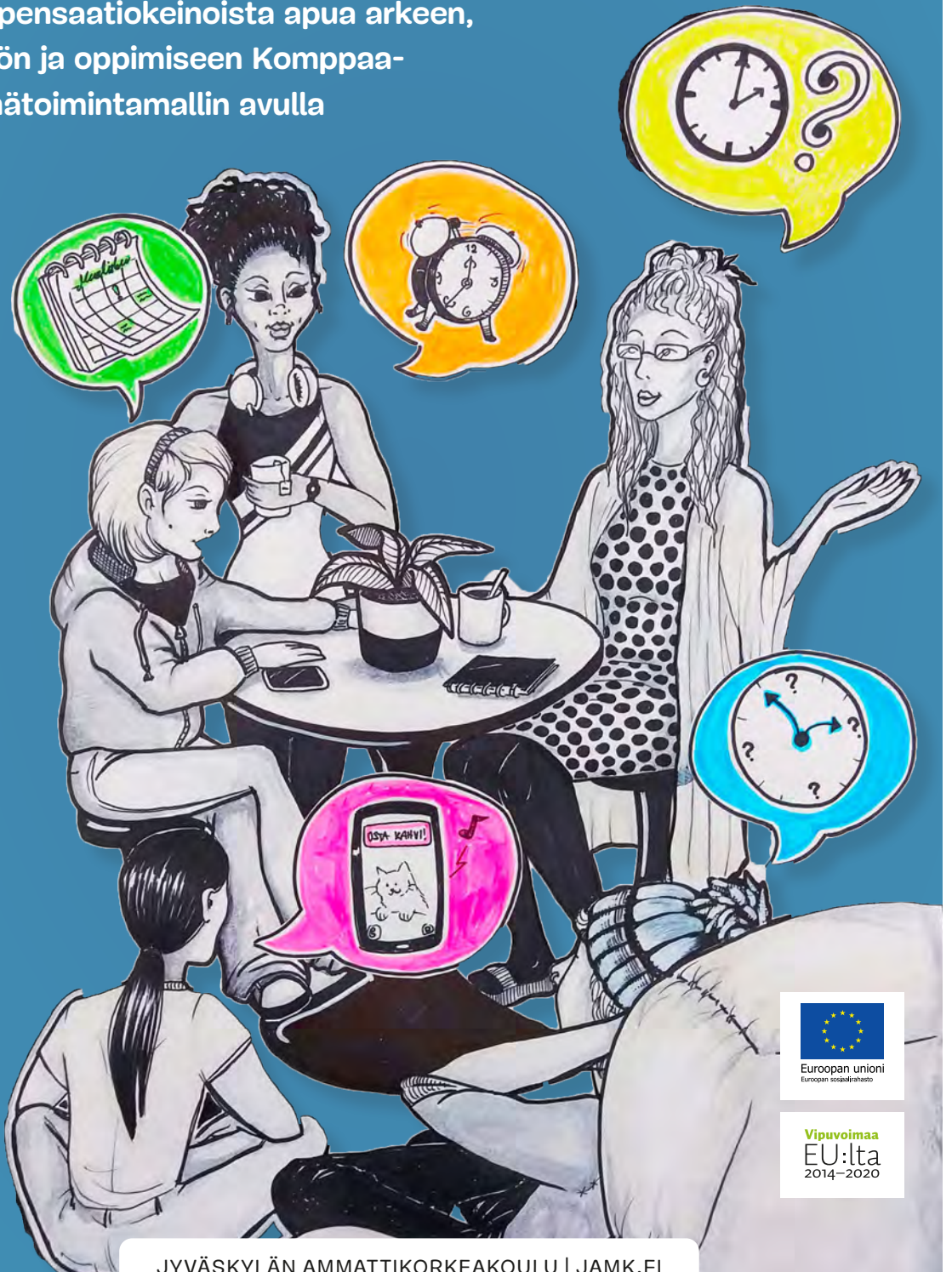


Aino Alaverdyan, Liisa Mattila, Kaija Peuna-Korpioja,  
Tuukka Kivioja & Tiina Lautamo

# Ryhmänohjaajan opas

Kompensaatiokeinoista apua arkeen,  
työhön ja oppimiseen Komppaa-  
ryhmätoimintamallin avulla



# Ryhmänohjaajan opas

JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULUN JULKAISUJA 271

AINO ALAVERDYAN, LIISA MATTILA, KAIJA PEUNA-KORPIOJA,  
TUUKKA KIVIOJA & TIINA LAUTAMO

## Ryhmänohjaajan opas

Kompensaatiokeinoista apua arkeen, työhön ja oppimiseen  
Komppaa-ryhmätoimintamallin avulla



# jamk.fi

Jyväskylän ammattikorkeakoulu

JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULUN JULKAISUJA -SARJA

© 2019

Tekijät & Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Aino Alaverdyan, Liisa Mattila, Kaija Peuna-Korpioja,  
Tuukka Kivioja & Tiina Lautamo

RYHMÄNOHJAAJAN OPAS

Kompensaatiokeinoista apua arkeen, työhön ja oppimiseen  
Komppaa-ryhmätoimintamallin avulla

Kannen kuva • Milka Heiskanen

Kuviot • Aino Alaverdyan

Muu kuvitus • Ina Majaniemi

Valokuvat • Komppaa-hankkeen työntekijät

Ulkoasu • JAMK / Pekka Salminen

Taitto ja paino • Punamusta Oy • 2019

ISBN 978-951-830-540-1 (Painettu)

ISBN 978-951-830-541-8 (PDF)

ISSN-L 1456-2332

JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULU

PL 207, 40101 Jyväskylä

Rajakatu 35, 40200 Jyväskylä

Puh. 040 552 6541

Sähköposti: [julkaisut@jamk.fi](mailto:julkaisut@jamk.fi)

[www.jamk.fi/julkaisut](http://www.jamk.fi/julkaisut)

# SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ .....	7
ABSTRACT .....	8
TULE MUKAAN KOMPPAAMAAN! JOHDATUS OPPAASEEN .....	9
1 OPPIMISEN VAIKEUDET AIKUISUUDESSA .....	12
2 KOMPPAA-RYHMÄTOIMINTAMALLIN TEOREETTINEN PERUSTA JA LÄHESTYMISTAPA.....	17
2.1 Ohjausmenetelmät Komppaa-ryhmässä.....	23
2.2 Ratkaisukeskeinen toiminnallinen valmennus .....	31
2.3 Digitaalisuuden hyödyntäminen ryhmätoiminnan ohjauksessa .....	35
3 ASIAKASOHJAUTUMINEN KOMPPAA-RYHMÄÄN .....	38
3.1 Ryhmätoiminnan soveltuvuuden arviointikriteerit .....	41
3.2 Työ- ja toimintakyvyn havainnointilomake asiakasohjauksen tukena .....	42
3.3 Kuntouttavan työtoiminnan palvelupolku .....	46
4 KOMPPAA-RYHMÄTOIMINNAN TOTEUTUS JA ARVIOINTI .....	51
4.1 Työ- ja toimintatilanteen havainnointi .....	58
4.2 Komppaa-peli yhteisten oivallusten innoittajana .....	60
4.3 Komppaa-kortti kompensatiokeinojen sanoittamisen tukena .....	62
4.4. Komppari-päiväkirja itsereflektoinnin vahvistajana .....	63
5 KOKEMUKSIA KOMPPAA-RYHMÄTOIMINTAMALLIN TOTEUTUKSESTA .....	66
5.1 Ohjaajien ja asiantuntijoiden kokemukset .....	68
5.2 Kehittämisideoita ja mallin soveltuvuus .....	72

6	KOMPPAA-RYHMÄTOIMINNAN TEEMAT JA TOIMINTA.....	75
6.1	Komppaa-ryhmätoiminnan teemat .....	80
6.2	Komppaa-ryhmän harjoitukset .....	101
6.2.1	Aloitus- ja ryhmäytymisharjoitukset.....	101
6.2.2	Sisältöharjoitukset .....	110
6.2.3.	Päätösharjoitukset .....	146
	LÄHTEET.....	152
	LIITTEET.....	166

# TIIVISTELMÄ

Aino Alaverdyan, Liisa Mattila, Kaija Peuna-Korpioja,  
Tuukka Kivioja & Tiina Lautamo

Ryhmänohjaajan opas – Kompensaatiokeinoista apua arkeen, työhön ja oppimiseen Komppaa-ryhmätoimintamallin avulla  
(Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja, 271)

Tämä opas esittelee ratkaisukeskeistä toiminnallista valmennusta hyödyntävän Komppaa-ryhmätoimintamallin. Oppaassa kuvataan ryhmätoimintamallin teoreettisia lähtökohtia ja sen sisältöä teemoineen, tavoitteineen sekä harjoituksineen. Oppaassa avataan keskeisiä näkökulmia oppimisen vaikeuksien kompensoinnista aikuisuudessa ja selkeytetään asiakasohjautumista Komppaa-ryhmään erityisesti kuntouttavan työtoiminnan kentällä.

Ryhmätoimintamalli on kehitetty erityisesti pitkään työelämän ulkopuolella olevien henkilöiden ohjaukseen. Ryhmäläiset ovat henkilöitä, jotka kokevat toiminnallisia haasteita omassa arjessaan, työssään tai/ja opinnoissaan johtuen todetuista tai/ja koetuista oppimisen vaikeuksista. Heillä tulee olla halu etsiä ja kokeilla erilaisia käytännön ratkaisuja eli kompensaatiokeinoja kokemiinsa haasteisiin.

Komppaa-ryhmätoimintamallin toimintaperiaatteita ovat ratkaisukeskeisyys, toiminnallisuus ja vertaisuus. Ryhmätoiminnan tavoitteena on vahvistaa ryhmäläisten minäpystyvyyden kokemusta ja sitä kautta tukea heidän arjen toimijuuttaan ja osallisuuden kokemustaan.

Opas syntyi Euroopan sosiaalirahaston rahoittaman Komppaa! Kompensaatiokeinoista apuaskelmia työtehtäviin -kehittämishankkeen (1.2.2018–31.1.2020) yhtenä tuotoksena. Ryhmätoimintamallia on kehitetty monialaisena yhteistyönä Jyväskylän ammattikorkeakoulun (JAMK) Hyvinvointiyksikön ja Ammatillisen opettajakorkeakoulun, Sovatek-säätiön, Jyväskylän kaupungin työllisyyspalveluiden, Honkalampi Kaski Jyväskylän, Visio-säätiön, Nuorten Ystävät ry:n ja Puustellin työkylän edustajien sekä Komppaa-ryhmiin osallistuneiden ryhmäläisten että JAMKin opiskelijoiden kanssa.

Avainsanat: toimijuus, osallisuus, minäpystyvyys, oppiminen, kompensaatiokeinot, ryhmätoiminta, ratkaisukeskeisyys, valmennus, toiminnallisuus, vertaisuus, sosiaalinen kuntoutus, kuntouttava työtoiminta, oppimisvaikeudet, oppimisen vaikeudet

# ABSTRACT

Aino Alaverdyan, Liisa Mattila, Kaija Peuna-Korpioja,  
Tuukka Kivioja & Tiina Lautamo

The group counsellor's guidebook – Compensation methods helping the daily life, work and studies through the Komppaa-group action model (Publications of JAMK University of Applied Sciences, 271)

This guidebook introduces the Komppaa-group action model, which utilizes solution-focused occupational performance coaching method. The guidebook opens theoretical principles as well as introduces content of the Komppaa-group action model. This guidebook also clarifies key perspectives to compensation of learning difficulties in adulthood as well as customer guidance to Komppaa-groups, especially in the field of rehabilitative work experience.

The group action model is developed as a job coaching model particularly for long-term unemployed individuals. Participants of the group are people who have experienced functional challenges in their daily lives, work or/and studies due to identified or/and experienced learning difficulties. They should also be motivated to seek and try different compensation methods for their experienced challenges. The main principles of the Komppaa-group action model include a solution-focused approach, agency and peer support. Group activities aim at increasing the experiences of self-efficacy among participants, thus contributing to their daily life agency and experiences of participation.

The guidebook was one of the outputs of the European Social Fund financed Seeking for compensation methods for learning difficulties among unemployed -project (1.2.2018–31.1.2020). The Komppaa-group action model has been developed through a multidisciplinary collaboration. The project used co-creation approach together with representatives from the University of Applied Sciences of Jyväskylä's (JAMK) School of Health and Social Studies and the School of Professional Teacher Education, as well as Sovatek Foundation, Jyväskylä City's Employment and Economic Development Unit, KASKI Job Coaching Jyväskylä, Visio Foundation, Nuorten Ystävät NGO, Puustellin Työkylä Association, participants of Komppaa-groups and JAMK students.

Keywords: agency, participation, self-efficacy, learning, compensation methods, group action, solution focused, coaching, occupational performance, peer support, social rehabilitation, rehabilitative work experience, learning difficulties



## TULE MUKAAN KOMPPAAMAAN! JOHDATUS OPPAASEEN



*”Komppaa-ryhmästä saa oppimisen kannalta hyvät avaimet jatkoa ajatellen. Tietää, että on monia, joilla on samoja pulmia oppimisen kanssa. Eikä tarvitse hävetä sitä, koska kukaan ei ole yksin näiden asioiden keskellä.”*

(Komppaa-ryhmäläinen)

Tämä opas avaa ratkaisukeskeistä toiminnallista valmennusta hyödyntävän Komppaa-ryhmätoimintamallin. Ryhmätoimintamalli on kehitetty erityisesti pitkään työelämän ulkopuolella oleville henkilöille, jotka kokevat toiminnallisia haasteita omassa arjessaan, työssään tai/ja opinnoissaan johtuen todetuista tai/ja koetuista oppimisen vaikeuksista. Samalla he haluavat etsiä ja kokeilla erilaisia käytännön ratkaisuja eli kompensatiokeinoja kokemuksiinsa haasteisiin.

Komppaa-ryhmänohjaajan opas tarjoaa ohjaus-, valmennus- ja opetustyötä tekeville tukea Komppaa-ryhmätoiminnan suunnittelulle, toteuttamiselle ja arvioinnille eri ohjaus-, valmennus- ja opetustyön toimintaympäristöissä. Harjoitukset ja teoriatieto ovat sovellettavissa myös yksilöohjauksessa.

Ryhmätoimintamalli on kehitetty osana Komppaa! Kompensatiokeinoista apuaskelmia työtehtäviin -kehittämishanketta (1.2.2018–31.1.2020), jonka rahoitti Euroopan sosiaalirahasto (toimintalinja 10). Hankkeen tavoitteena oli lisätä työelämän ulkopuolella olevien työkäisten itsetiedostusta omaa arkea, työtä ja oppimista mahdollistavista kompensatiokeinoista. Toisena hanketavoitteena oli edistää kuntouttavan työtoiminnan parissa työskentelevien ammattilaisten kykyä tunnistaa ja ohjata asiakaslähtöisesti sekä osallisuutta edistävästi niitä asiakkaita, joilla on oppimisen vaikeuksia.

Keskeisiä hanketuotoksia olivat (1) kuntouttavan työtoiminnan palvelupulun ja Komppaa-ryhmään ohjautumisen avaaminen, (2) Komppaa-ryhmätoimintamallin sekä (3) digitaalisen oppimispäiväkirjan Kompparin että kompensatiokeinojen oppimiskortin (Komppaa-kortti) kehittäminen. Kehittämistyön

aikana esille nousi myös uusia ideoita hanketavoitteita tukeville tuotoksille. Komppaa-peli kehitettiin osaksi ryhmätoimintamallia. Lisäksi tuotettiin videoiden sarja keskeisistä hanketuotoksista ja yhteistyökumppaneiden tarjoamista materiaaleista ja vinkeistä liittyen aikuisten oppimisen ohjaukseen.

Hankkeen aikana Komppaa-ryhmiä toteutettiin yhdeksän. Ryhmätoimintaan on osallistunut yhteensä 53 ryhmäläistä iältään noin 20–50-vuotiaita, joista miehiä oli 23 ja naisia 30. Kolme ryhmäläistä osallistui kaksi kertaa Komppaa-ryhmätoimintaan. Suurimmalla osalla ryhmäläisistä oli yli vuoden mittainen työttömyysjakso takanaan. Kussakin ryhmässä oli viidestä kahdeksaan ryhmäläistä. Komppaa-ryhmät kokoontuivat viikoittain kolmen kuukauden ajan noin kahdesta neljään tuntiin kerrallaan. Hankkeen aikana Komppaa-ryhmiä ohjattiin aina työparin kanssa.

Opas koostuu kuudesta luvusta.

- 1** Ensimmäisessä luvussa tarkastellaan oppimisvaikeuksien ja oppimisen vaikeuksien vaikutusta arkeen, työhön ja oppimiseen sekä Komppaa-ryhmätoimintamallin lähestymistapaa niihin.
- 2** Toisessa luvussa avataan Komppaa-ryhmätoimintamallin teoreettista viitekehystä osallisuuden, toimijuuden ja minäpystyvyyden käsitteiden avulla.
- 3** Kolmannessa luvussa kuvataan tarkemmin asiakasohjautumista Komppaa-ryhmään ja ryhmän kokoamista.
- 4** Neljännessä luvussa esitellään Komppaa-ryhmätoimintamallin toteutusta ja arviointikäytänteitä. Ryhmäprosessiin liittyvät työvälineet, Komppaa-peli, työ- ja toimintatilanteen havainnointi, Komppaa-kortti ja Komppari-päiväkirja, esitellään tarkemmin omissa kappaleissaan luvussa neljä.
- 5** Luvussa viisi kuvataan Komppaa-ohjaajien ja -asiantuntijoiden kokemuksia ryhmätoimintamallista sekä jaetaan ajatuksia mallin soveltuvuudesta eri toimintaympäristöihin.
- 6** Luvussa kuusi kuvataan Komppaa-ryhmätoiminnan teemat, tavoitteet ja sisällöt harjoituksineen.

Komppaa-ryhmätoimintamallia ja sen sisältöä olivat kehittämässä: Terjo Kiljunen, Sovatek-säätiö; Paula Tuomi, Visio-säätiö; Tuula Pullinen, Jyväskylän kaupungin työllisyyspalvelut; Henni Mustakorpi, Kaski Työvalmennus Jyväskylä; Heidi Lukkarinen, Nuorten Ystävät ry; Hilla Suoniitty, Puustellin työkylä ja JAMKin Hyvinvointiyksiköstä Aino Alaverdyan, Liisa Mattila, Tuukka Kivioja, Tiina Lautamo ja Taina Era (valmisteluvaihe) sekä Ammatillisesta opettajakorkeakoulusta Kaija Peuna-Korpioja.

Oppaan kaikkia lukuja työstettiin JAMKin hanketiimin yhteistyönä. Luvussa yksi oppimisen vaikeuksista aikuisuudessa kirjoitti Kaija Peuna-Korpioja. Luvun kaksi teoreettisia käsitteitä ja ohjausotetta avasi Aino Alaverdyan, Liisa Mattila (toiminnallinen kompensatio ja ratkaisukeskeinen toiminnallinen valmennus), Tiina Lautamo (toimijuus ja osallisuus), Kaija Peuna-Korpioja (minäpystyvyyden) ja Tuukka Kivioja (digitaalisuus). Luvusta kolme vastasi Aino Alaverdyan, luvusta neljä ja kuusi Liisa Mattila, Aino Alaverdyan ja Tuukka Kivioja (digitaaliset välineet). Luvun viisi kirjoittivat Aino Alaverdyan ja Liisa Mattila. Terjo Kiljunen toimi oppaan oikolukijana. Lisäksi Komppaa-ryhmien ohjaajat tuottivat sisältöä oppaaseen ja kommentoivat oppaan eri versioita. JAMKin opiskelijat Katja Huttula, Paula Pelttari, Marjaana Häyrinen, Sanna Karakorpi, Sallamaari Kuosmanen, Päivi Luukko ja Ilkka Andsten vaikuttivat kaikki osaltaan hanketuotoksien kehittämiseen.

Haluamme kiittää kaikkia ryhmäläisiä, ohjausryhmän edustajia, rahoittajaa ja muita yhteistyökumppaneita, joiden kanssa olemme yhdessä saaneet kehittää Komppaa-ryhmätoimintamallia ja sen sisältöä ja jotka ovat omalla ainutlaatuisella panoksellaan olennaisesti vaikuttaneet mallin kehittämiseen.

Kompaten eteenpäin!

Jyväskylässä 3.12.2019

Teoksen kirjoittajat

Aino Alaverdyan, Liisa Mattila, Kaija Peuna-Korpioja,

Tuukka Kivioja & Tiina Lautamo

# 1 OPPIMISEN VAIKEUDET AIKUISUUDESSA

*”Ryhmästä sai mielettömän paljon apuja ja keinoja elämään. Tällainen toiminta pitäisi aloittaa jo ekaluokkalaisille peruskoulussa.”*

(Komppaa-ryhmäläinen)



Oppimista tarvitaan kaikilla elämän osa-alueilla. Läpi elämän opimme erilaisia tietoja, taitoja ja asenteita niin varsinaisessa opiskelussa kuin työssä ja arjen tilanteissa. Mitä enemmän ympäristö odottaa erityysoasaamista, ongelmanratkaisutaitoja ja laajojen tietorakenteiden hallintaa, sitä haastavammaksi oppiminen ja erilaisissa tilanteissa toimiminen muuttuu, jos henkilöllä on oppimisvaikeuksia (Ahonen, Aro, Aro, Lerkkanen & Siiskonen 2019, 14). Tässä luvussa tarkastellaan oppimisvaikeuksien ja oppimisen vaikeuksien vaikutusta arkeen, työhön ja oppimiseen sekä Komppaa-ryhmätoimintamallin lähestymistapaa niihin.

Oppimisvaikeuksia voidaan määritellä eri tavoin. Spesifeistä oppimisvaikeuksista puhutaan silloin, kun vaikeudet ovat lukemisen, kirjoittamisen tai laskemisen alueella. Tautiluokitukset tarkastelevat oppimisvaikeuksia hermoston kehityksellisinä häiriöinä, joihin kuuluvat spesifien oppimisvaikeuksien lisäksi motoriset häiriöt, kommunikaatiohäiriöt, autismikirjo, aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriöt sekä älyllinen kehitysvammaisuus (Vrt. ICD-10-hakuohjelma. n.d.). Pedagogisessa kirjallisuudessa aistivammoista, kehitysvammasta, kulttuurisista ja opetuksellisista syistä tai harjaannuksen puutteesta johtuvia toiminnan puutteita ei pidetä oppimisvaikeutena, vaikka oppiminen olisikin hidasta, vaikeaa tai työlästä, vaan oppimisvaikeus rajataan useimmiten tarkoittamaan spesifejä oppimisvaikeuksia. Muita oppimista vaikeuttavia tekijöitä kutsutaan oppimisen vaikeuksiksi. Oppimisen vaikeuksia voivat aiheuttaa esim. mielenterveyden haasteet, vaikea elämäntilanne tai motoriikan häiriöt. (Ahonen ym. 2019.) Komppaa-ryhmätoimintamallissa käytetään termiä oppimisen vaikeudet, joka kattaa tässä yhteydessä kaikki neurologisista syistä johtuvat kehitykselliset ja synnynnäiset sekä muut oppimista vaikeuttavat tekijät.

Yleisen arvion mukaan noin 5–25 %:lla aikuisista on oppimisvaikeuksia, mutta yleisyys vaihtelee eri tutkimuksissa (Aro 2017; Korkeamäki 2010, 19; Oppi-va n.d.). Lapsuuden tai nuoruuden aikana tunnistetut lukemisen, kirjoittamisen ja matematiikan oppimisvaikeudet jatkuvat aikuisuudessa. Ne voivat aiheuttaa edelleen haittaa myös lapsuudessa saaduista tukipalveluista huolimatta. (Ahonen ym. 2019, 23; Korkeamäki 2010, 19; Eloranta, Närhi & Ahonen 2009, 4.) Aikuisuudessa oppimisvaikeudet eivät heijastu pelkästään opiskelutilanteisiin vaan myös arjen eri tehtäviin, sosiaaliin suhteisiin, mielenterveyteen, hyvinvointiin ja ammatilliseen kehittymiseen (Selkivuori 2015, 18; Hakkarainen 2016; Aro, Eklund, Eloranta, Närhi, Korhonen & Ahonen 2019, 79). Oppimisvaikeudet lisäävät riskiä koulunkäynnin keskeyttämiselle, pidentyneelle työttömyydelle ja oppivelvollisuuden jälkeisen koulutuksen sekä työelämän ulkopuolelle jäämiselle (Aro ym. 2019, 79–80; Hakkarainen 2016, Holopainen & Savolainen 2015, 417; Savolainen ym. 2008, 201).

Oppimisvaikeuksien ilmeneminen on yksilöllistä ja samoin ovat niiden vaikutukset aikuisuudessa. Läheskään kaikilla, joilla on lapsuudessa todettu oppimisvaikeus, ei ole nähtävissä esim. hyvinvoinnin haasteita aikuisuudessa, vaikka oppimisvaikeus onkin riski hyvinvoinnille niin lapsuudessa, nuoruudessa kuin aikuisuudessakin (Torppa 2019).

### Huomioitavaa

- Eri oppimisvaikeuksien esiintyminen samanaikaisesti on tavanomaista (komorbiditeetti).
- Oppimisvaikeus voi aiheuttaa seuraamuksia, joiden vaikutukset arjessa, työssä ja opiskelussa ovat suurempia (esim. käsitys itsestä oppijana) kuin itse oppimisvaikeuden aiheuttamat haasteet toiminnassa.
- Oppimisen vaikeuksien ilmenemismuodot voivat muuttua kehityksen kuluessa.
- Kehitykselliset vaikeudet ovat usein perinnöllisiä, mutta ilmenevät yksilöllisesti eri ihmisillä.
- Oppimisen vaikeudet eivät estä oppimista ja työntekoa, kunhan oppiminen tapahtuu henkilölle sopivalla tavalla ja hän saa tarvitsemaansa oikea-aikaista ja oikealla tavalla kohdennettua tukea.

(Korkeamäki 2010, 16–18; Ahonen ym. 2019.)



## Lue lisää

- [www.oppimisvaikeus.fi](http://www.oppimisvaikeus.fi)
- [www.lukihairio.fi](http://www.lukihairio.fi)
- [www.eoliitto.fi](http://www.eoliitto.fi)
- [www.hahku.fi](http://www.hahku.fi)
- [www.adhd-liitto.fi](http://www.adhd-liitto.fi)
- [www.lukimat.fi](http://www.lukimat.fi)
- Tukea aikuisten oppimisen vaikeuksiin. 2015. Vinkkejä ja työkaluja opetukseen. Kuntoutussäätiö. <https://oppimisvaikeus.fi/assets/files/2017/05/Tukea-oppimisvaikeuksiin.pdf>.
- Ahonen, T., Aro, M., Aro, T., Lerkkanen, M.-K. & Siiskonen, T. (toim.) 2019. Oppimisen vaikeudet. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti.



Työelämän eri toiminnoissa edellytetään usein erilaisia yksilön taitoja kuten kirjoittamista, lukemista, päättelyä, ymmärtämistä ja kuuntelemista, joissa esiintyvät ongelmat vaikeuttavat työpaikalla tapahtuvaa oppimista. Oppimisvaikeuksista johtuen jokin tai jotkin näihin taitoihin tarvittavista kognitiivisista prosesseista voivat olla häiriintyneitä. Näitä häiriöitä ei voida parantaa, mutta niistä aiheutuvia haittoja voidaan vähentää. Oppimisvaikeudesta aiheutuva haitta ilmenee tietyn ympäristön kanssa yhteisvaikutuksessa riippuen siitä, mitä henkilö on tekemässä ja miten sekä millaista suoritusta ympäristö henkilöltä odottaa (Ahonen ym. 2019).

Moniin asioihin, kuten esim. ohjauksen puutteeseen tai lukemisen, kirjoittamisen ja muistamisen helpottamiseen ja tarkkaavuuden ylläpitoon voidaan vaikuttaa ympäristöä ja työtehtäviä mukauttamalla sekä eri apuvälineitä hyödyntämällä. Näin kyseisen työtehtävän tekeminen vaatii työntekijältä haasteellisen taidon vähäisempää käyttöä, ja mahdollisuudet onnistua tehtävässä lisääntyvät merkittävästi. Ilman opiskelu- tai työpaikoilla tai muissa toimintaympäristöissä saatavaa tukea kasvaa riski toiminnan välttelyyn tai sen lopettamiseen kokonaan. Siksi onkin tärkeää edistää myös työnantajien ja sosiaali-, terveys-, opetus- ja kuntoutusalan ammattilaisten tietoutta oppimisen vaikeuksista ja saatavilla olevista eri tehtäviä sujuvoittavista kompensatiokeinoista (ks. taulukko 1 ja liite 1).

Oppimisen vaikeudet eivät ole esteinä ammatillisille kehitykselle ja opiskelulle (Reis, Mcguire & Neu 2000; Burns, Poikkeus & Aro 2013), mutta usein

tämä vaatii ympäristön mukautusten lisäksi myös yksilöltä kykyä kehittää henkilökohtaisia opiskelu- ja oppimistaitojaan sekä selviytymiskeinojaan ja -strategioitaan. Näitä varten henkilö tarvitsee itsereflektiotaitoja sekä tietoa omista kyvyistään, vahvuuksistaan ja rajoitteistaan (Burns ym. 2013, 78, 83). Keskeisiä selviytymistä edistäviä taitoja oppimisen vaikeuksia omaavilla ovat hyvä itsetuntemus, aktiivisuus, sitkeys, kärsivällisyys, tarkoituksenmukainen tavoitteiden asettaminen, sosiaalisen tuen tehokas käyttö ja emotionaalinen vakaus eli emotionaaliset selviytymisstrategiat (Goldberg, Higgins, Raskind & Herman 2003, 222). Siksi onkin tärkeää olla tietoinen omista rajoitteistaan ja vahvuuksistaan sekä itselle soveltuvista apu- ja tukikeinoista.

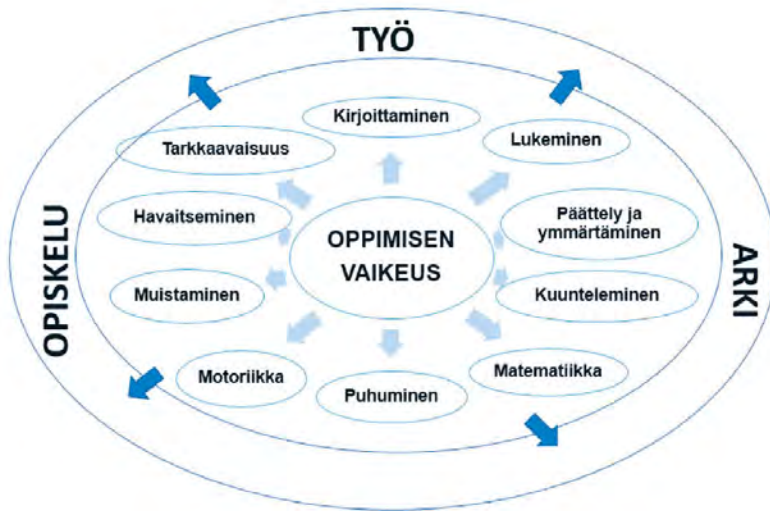
Oppimisen vaikeuksista johtuvia haasteita voidaan vähentää ja lieventää kompensoimalla niitä eri tavoin (Fisher & Marterella 2019). Ympäristön muutos haastaa uusien kompensatiokkeinojen etsimiseen ja käyttämiseen (Korkeamäki & Nukari 2014, 6). Osa aikuisista on pystynyt jopa kääntämään erityispiirteensä vahvuudekseen oppiessaan kompensoimaan oppimisen vaikeuksien tuomia haasteita.

### Sujuvuutta työelämään

- Tie työelämään: [www.tietyoelamaan.fi](http://www.tietyoelamaan.fi)  
OTE-kärkihanke (Sosiaali- ja terveysministeriö, Kuntoutussäätiö, Vates-säätiö & Vakuutuskuntoutus VKK ry)
- Työ sujuvaksi! -materiaali: [www.tyosujuvaksi.fi](http://www.tyosujuvaksi.fi)  
OPPI-VA -ESR-hanke (Työväen Sivistysliitto TSL ry, Erilaisten oppijoiden liitto ry, KSL-opintokeskus, Murikka Työelämän Kansanopisto & Tampereen yliopisto)



Komppaa-ryhmätöimintamallissa oppimisen vaikeuksia katsotaan siitä näkökulmasta, miten ne vaikuttavat tekijöihin, joita oppimisessa tarvitaan (muistamiseen, havaitsemiseen, tarkkaavaisuuteen, kirjoittamiseen, lukemiseen, päätelyyn ja ymmärtämiseen, kuuntelemiseen, puhumiseen jne.) ja niiden kautta arkeen, työhön ja opiskeluun (ks. kuvio 1). Jos esim. muistaminen tai lukeminen on vaikeaa, se saattaa rajata, haitata tai estää arjessa, työssä ja opiskelussa toimimista ja selviytymistä. Tämän vuoksi kompensatiokkeinojen löytäminen ja käyttäminen voivat edistää henkilön toimijuutta näillä kaikilla osa-alueilla.



Kuvio 1. Komppaa-ryhmätoimintamallin näkökulma oppimisen vaikeuksiin

*"Opin tekemään asioita eri tavalla ja näkemään ja jakamaan ystävien kanssa uusia keinoja."*

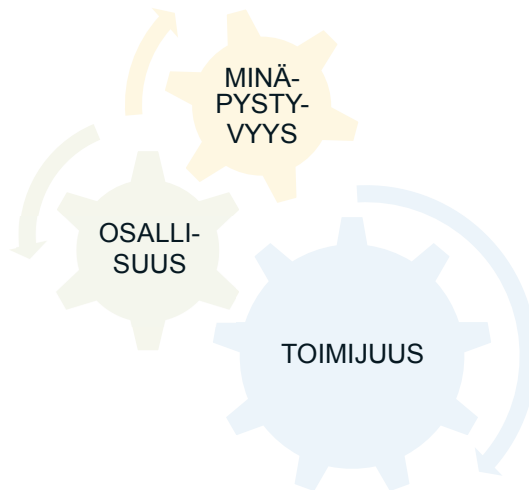
(Komppaa-ryhmäläinen)





## 2 KOMPPAA-RYHMÄTOIMINTAMALLIN TEOREETTINEN PERUSTA JA LÄHESTYMISTAPA

Komppaa-ryhmätoimintamallin tavoitteena on vahvistaa osallistujien minäpystyvyyden kokemusta ja sitä kautta tukea henkilön arjen toimijuutta ja osallisuuden kokemusta (ks. kuvio 2). Nämä kolme ilmiötä ovat tärkeinä vaikuttamassa kokonaisvaltaiseen elämänhallintaan sekä yhteiskuntaan että työelämään kiinnittymiseen. Osallisuuden kokeminen ja toimijuuden todentuminen voidaan nähdä laajempina yhteiskunnallisina arvopyrkimyksinä ja toiminnan tavoitteina. Näitä ilmiöitä on tarkasteltu ja käsitteellistetty monista teoreettisista lähtökohdista käsin. Tässä luvussa määritellään osallisuuden, toimijuuden ja minäpystyvyyden käsitteitä toiminnan- ja sosiaalitieteen näkökulmista johdattaen lukijaa Komppaa-ryhmätoimintamallin viitekehukseen.



Kuvio 2. Toimijuuden, osallisuuden ja minäpystyvyyden kokemukselliset rattaat aktivoituvat Komppaa-ryhmäprosessissa.

### Mitä on toimijuus?

- osallistumista ja liittymisen kokemista
- koettua toiminnallista identiteettiä ja pätevyyttä
- taitoja, jotka tulevat näkyväksi arjen tehtäviä tehdessä
- vuorovaikutteista tekemistä ympäristön haasteisiin ja mahdollisuuksiin vastaten
- toimintojen repertuaareja: harmoniaa ja tasapainon kokemista.

(Fisher & Marterella 2019; Kielhofner 2017; Imms ym. 2017; Eklund ym. 2017.)



Toimijuus on elämänkaaren aikana alati muuttuvaa ja rakentuvaa. Toimijuuden voidaan nähdä olevan samanaikaisesti sekä väylänä osallisuuteen että sen ehtona (Romakkaniemi, Lindh & Laitinen 2018, 16). Henkilön toimijuuden nähdään rakentuvan sekä toimintaympäristöjen ja niiden luomien mahdollisuuksien että henkilön omien toiminta-aikomusten ja pyrkimysten vuorovaikutuksessa (Giddens 1984).

Henkilö rakentaa omaa toimijan identiteettiään konkreettisesti toimien ja toiminnasta hankittujen kokemusten kautta. Toimija kerää itselleen konkreettisen tekemisen ja tapojensa kautta toimintojen repertuaareja elämänkaarensa aikana. Toiminnot, joita hän tekee vaihtuvat ja vaihtelevat tarkoituksenmukaisina ja merkityksellisinä tekemisinä. Toimijan identiteettiä vahvistavat tai kyseenalaistavat erilaisissa toimintatilanteissa henkilön kokemat liittymisen ja pätevyyden tunteet.

Toimijuuden rakentumiseen vaikuttavat henkilön kyvyt ja halu osallistua itselleen tarkoituksenmukaisiin ja merkityksellisiin toimintoihin valitsemallaan tavalla ja tyylillä. Toiminnassa syntyvät sekä toimintaa synnyttävät merkitykset ovat sidoksissa myös erilaisiin arvovalintoihin. Siihen, miten yksilö toimii tietyssä tilanteessa, vaikuttavat nämä kulttuuriset ja kokemukselliset tekijät ja silloisen toiminnallisen tilanteen herättämät minäpystyvyyden tunteet. Voidaan ajatella, että kun henkilöllä on negatiivisia käsityksiä itsestä toimijana, vaikuttaa se vahvasti edelleen oman toimijuuden rakentumiseen ja siihen, miten henkilö suhtautuu tuleviin toimintatilanteisiin.

Jyrkämä (2008, 195) on määritellyt kuusi vuorovaikutuksessa toisiinsa olevaa modaliteettia, joiden kautta toimijuuden rakentumista voidaan myös tarkastella. Näitä ovat henkilön kykeneminen (ml. fyysiset ja psyykkiset kyvyt ja kykenemiset), osaaminen (ml. tieto, taito, osaaminen), haluaminen (ml. motivaatio, tahtominen, päämäärät ja tavoitteet), täytyminen (ml. fyysiset kuin myös sosiaaliset esteet, pakot ja rajoitukset), voiminen (ml. tilanteiden avaamat mahdollisuudet) ja tunteminen (ml. asioiden ja tilanteiden herättämät tunteet).

Toimijuus tulee näkyväksi ja havaittavaksi käytännön toimintana, toiminnallisuutena, kun henkilö tekee päivittäisen elämän tehtäviään (Savolainen & Aralinnä 2017, 10). Taitava toiminta on tekemistä, jossa henkilö joustavasti vastaa ympäristön tarjoamiin mahdollisuuksiin. Toiminta tapahtuu aina vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Toiminta tulee näkyväksi havaittavissa olevina tekoina, joilla on selkeä tarkoitus ja tavoite. Tekojen tekemiseen ei tarvita ainoastaan toimintakykyä tai yksittäisiä opittuja taitoja, vaan tärkeimmäksi nousee taito joustavasti mukauttaa omaa tekemistään ympäristön vaatimusten muuttuessa tai taito mukauttaa tehtävää tai ympäristöä omia kykyjä vastaavaksi. (Fisher & Marterella 2019.) Kun henkilöllä on oppimisen vaikeuksia, tulee huomion kiinnittyä yksittäisten taitojen opetteluun lisäksi erityisesti näiden mukauttamisen taitojen harjoitteluun.

Henkilö tasapainoilee aina niiden tehtävien kesken, joita hänen täytyy tehdä ja joita hän haluaa tehdä jakaessaan päivittäistä ajankäyttöään. Toimintojen välinen harmonia synnyttää tasapainon kokemuksen, joka on yksilöllinen näkemys itselle tärkeiden ja ympäristön vaatimusten välillä. Yksilölliset toimintojen repertuaarit, jotka määrittävät henkilön arkea, liittyvät hyvin yksilöllisellä tavalla erilaisiin toimintakokonaisuuksiin: itsestä ja toisista huolehtimiseen, lepoon, vapaa-ajan toimintaan, sosiaaliseen toimintaan, työhön tai opiskeluun. (Fisher & Marterella 2019, 19; AOTA 2014, 19–20.)

Osallistumista toimintaan voidaan arvioida erilaisten toimintojen määrää, toistoa ja laatua kuvaamalla (Imms, Granlund, Wilson, Steenbergen, Rosenbaum & Gordon 2017). Toimintaan sitoutuminen vastaavasti on vaikeammin havaittavaa, ja tähän tarvitaan henkilön omaa kuvausta tekemisen merkityksestä ja liittymisen tunteen syntymisestä. Toimintaan liittymisen intensiteetti voi heijastella henkilön toimintahetkellä syntyvää merkityksen kokemista. Merkityksellisyys syntyy osaltaan myös, kun henkilö voi vaikuttaa omaan ympäristöönsä tekemällä aktiivisia valintoja. (Kielhofner 2019.)

Tärkeä osa toimijuuden rakentumista on koettu toimintojen harmonia, joka on oikea sekoitus toimintoja, jotka eivät ole ristiriidassa keskenään. Optimaalinen harmoninen rytmi ja ajankäyttö ovat aina yksilöllistä – ei liian vähän, ei liian paljon. Henkilöllä tulee olla yksilöllinen repertuaari toimintoja, joita haluaa tai

täytyy tehdä ja jotka eivät ylitä yksilön kykyjä ja mahdollisuuksia tekemiseen. Lisäksi toimintojen tulee olla yhdenmukaisia omien arvojen ja merkitysten kanssa. Tämä mahdollistaa tyytyväisyyden ja merkityksellisyyden kokemuksen syntymistä, joka synnyttää halun toimia. (Eklund, Orban, Argentzell, Bejerholm, Tjörnstrand, Erlandsson & Håkansson 2017.)

## OSALLISUUS

### Mitä on osallisuus?

- muuttuva ja kokemuksellinen ilmiö
- positiivisena kokemuksena edistää taitojen oppimista ja lisää minäpystyvyyttä
- mahdollistaa vertaisten toimintaan, yhteisöihin ja yhteiskuntaan liittymistä
- voimaannuttavana kokemuksena osaltaan estää syrjäytymistä
- edistää hyvinvointia ja hyvän elämän kokemusta.

(Leemann, Kuusi & Hämäläinen 2015, 5.)



Osallisuus tarkoittaa elämisen mahdollisuuksien toteutumista sekä henkilöiden keskinäistä vastavuoroisuutta. Yksilön tasolla osallisuus ilmenee kokemuksena, joka syntyy, kun henkilö tuntee kuuluvansa itselle merkitykselliseen ryhmään tai yhteisöön. Yhteisössä osallisuus ilmenee ryhmän jäsenten keskinäisenä luottamuksena sekä mahdollisuutena vaikuttaa ryhmän toimintaan. Konkreettisesti osallistumalla ja henkilökohtaisen kokemuksen kautta liittymällä toimintaan voi löytää osallisuuden kokemuksen (Imms ym. 2017; Romakkaniemi ym. 2018, 15). Osallisuuden käsitettä voidaan tarkastella sekä yhteiskunnallisena että henkilökohtaisena ilmiönä.

Yleisesti osallisuuden kokemus vahvistuu, kun henkilöllä on mahdollisuus vaikuttaa elämänsä kulkuun ja hän on omaa elämää koskevassa päätöksenteossa aktiivisessa roolissa (Närhi, Kokkonen & Matthies 2014, 232–233). Perusedellytyksenä on myös, että henkilöllä on riittävät aineelliset resurssit sekä sosiaalisesti merkityksellisiä, hyväksyviä ja tärkeitä vuorovaikutussuhteita. Henkilöllä tulee olla mahdollisuus myös vaikuttaa yhteisiin asioihin ja erityi-

sesti käyttämiinsä palveluihin (Isola, Kaartinen, Leemann, Lääperi, Schneider, Valtari & Keto-Tokoi 2017, 5; Raivio & Karjalainen 2013, 16–17; Romakkaniemi ym. 2018, 15).

Vertaisryhmätoiminta tarjoaa hyvän mahdollisuuden osallisuuden kokemiseen. Osallisuus ei kuitenkaan ole vain paikalla olemista vaan sen kokeminen vaatii sitoutumista ja liittymisen tunteen syntymistä. Olennaista on mukana olon intensiivisyys, oma aktiivisuus, toiminnan merkityksellisyyden löytäminen sekä mahdollisuus vaikuttaa ryhmän yhteiseen toimintaan. Aktiivinen osallistuminen vertaisryhmässä vaatii myös sosiaalista taitavuutta ja omien toimintakokemusten jakamista. Vertaisuus ei synny ryhmässä automaationa vaan ryhmän jäsenten toiminnan ja vertaisten hyväksynnän kautta. Kun henkilö kokee voivansa vaikuttaa vertaisryhmän toimintaan ja saa asioita tapahtumaan, vahvistaa se hänen minäpystyvyyttään, uskoa omiin kykyihinsä organisoida ja toteuttaa tavoitteellisesti omaa toimintaansa ja vaikuttaa omaan elämäänsä. (Raivio & Karjalainen 2013; Imms ym. 2017; Graham, Rodger & Kennedy-Behr 2017; Cole 2018.)

## MINÄPYSTYVYYS

### Mitä on minäpystyvyys?

Yksilön käsityksiä siitä, miten hän itse arvioi omia kykyjään tai pystyvyyttään sekä suoriutumistaan tietyssä tilanteessa tai tehtävässä.

Minäpystyvyyttä vahvistaa, jos henkilö voi

- määritellä uudestaan kokemuksiaan ja löytää niihin uusia tulkintoja ja näkökulmia
- kuulla vertaisten esimerkkejä ja jakaa omia kokemuksiaan muille
- saada kannustavaa palautetta pystyvyydestään ja selviytymisestään
- jäsentää eri tilanteiden herättämiä tunnereaktioita ja niiden vaikutusta omaan toimintaansa.

(Koskela 2015, 175.)

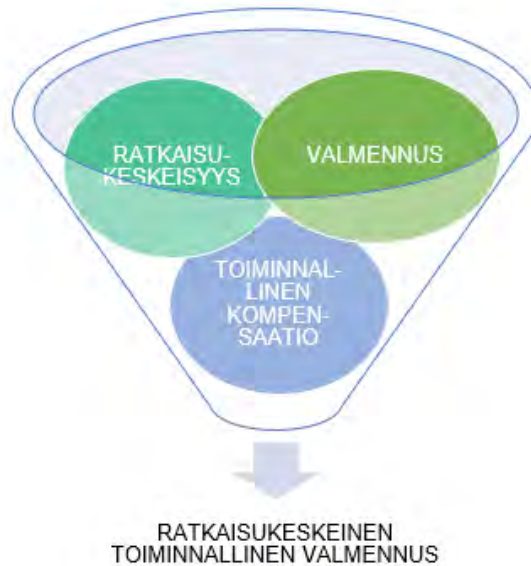


Minäpystyvyydellä tarkoitetaan yksilön uskoa omiin mahdollisuuksiinsa vaikuttaa oman elämänsä tapahtumiin omalla toiminnallaan. Minäpystyvyyden komukset määrittelevät sen, kuinka yksilöt tuntevat, ajattelevat, motivoituvat ja käyttäytyvät. (Bandura 1997.) Minäpystyvyydellä on keskeinen merkitys siinä, miten ihminen hyödyntää olemassa olevia tietojaan ja taitojaan sekä tarttuu tarjolla oleviin tilaisuuksiin ja mahdollisuuksiin (Partanen 2011, 242).

Kun yksilö onnistuu itselle tärkeän asian saavuttamisessa, lisää se hänen minäpystyvyyden tunnettaan, mikä puolestaan vahvistaa toimijuuden kokemusta. Vertaiskokemuksen omaavan henkilön esimerkki siitä, kuinka jokin haaste on ratkaistu, vaikuttaa myös positiivisesti minäpystyvyyden kokemukseen. (Bandura 1997; Partanen 2011, 242; Koskela 2015, 175.) Henkilö, jolla on vahva usko pystyvyyteensä, lähestyy ongelmia ratkaistavissa olevina haasteina. Henkilöt, joilla on vahva minäpystyvyys eivät myöskään viivyttelä samalla tavalla toimimisen suhteen kuin ne henkilöt, joilla on heikompi minäpystyvyyden tunne (Haycock, McCarthy & Skay 1998).

Kun henkilö pohtii elämänsä suurempia tai pienempiä päätöksiä, hän tarvitsee päätöksenteossa ns. metakognitiivisia taitoja, joita ovat mm. toiminnan ohjaustaidot, sisäinen puhe, itsetietoisuus ja em. minäpystyvyys. Ohjauksella ja vertaistuella voidaan vaikuttaa näihin kaikkiin. Keskeistä minäpystyvyyden tukemisessa on osallistuvuuden, riittävyyden tunteen ja sosiaalisen menestymisen vahvistaminen. (Koskela 2015, 173, 175.)

## 2.1 OHJAUSMENETELMÄT KOMPPAA-RYHMÄSSÄ



Kuvio 3. Komppaa-ryhmän ohjausmenetelmä

Komppaa-ryhmän ohjausmenetelmässä hyödynnetään ratkaisukeskeisyyttä ja valmennuksen periaatteita yhdistettynä toiminnallisen kompensaaion lähestymistapaan (ks. kuvio 3). Tässä kappaleessa avataan erikseen kaikkia kolmea näkökulmaa sekä niitä yhdistävää ratkaisukeskeistä toiminnallista valmennusta. Kappaleessa tuodaan myös esille esimerkkejä, kuinka ohjausmenetelmä ja sen elementit ilmenevät käytännön Komppaa-ryhmätilanteissa. Ohjausotteen elementit on myös integroitu luvussa kuusi esiteltyihin Komppaa-ryhmän teemoihin ja harjoituksiin. Komppaa-ryhmän ohjausmenetelmä on sopusoinnussa työpajojen edustajien esille nostamien, työtänsä ohjaavien keskeisten arvojen kanssa, joita ovat: ihmisarvo, aito kohtaaminen, itsetutkiskelu ja itsetuntemus, kannustaminen, usko omaan kykyihinkin ja tulevaisuuteen, osallisuus, ratkaisukeskeisyys, ryhmähenkisyys, toisten kunnioittaminen, yhdessä tekeminen, yhteisöllisyys ja yksilöllisyys (Hämäläinen & Palo 2014, 29–30).

## VALMENNUS

Valmennus on suunnitelmallinen ja tavoitteellinen prosessi, jossa asiakkaan oman valmentautumisen merkitys on keskeistä (Pekkala 2005, 22). Kaikissa valmennusta hyödyntävissä ohjausmenetelmissä on yleensä ainakin kolme seuraava vaihetta: lähtötilanteen kartoitus, tavoitteen määrittely ja toimintasuunnitelman laatiminen. Keskeisenä nähdään, että asiakas itse kuvaa ongelmansa ja tuen sekä muutoksen tarpeensa valmennuksen alkaessa. Tavoitteen määrittely voi olla mm. muutostoive, uusi toimintapa tai oppimiseen ja itsensä kehittämiseen liittyvä. Tavoitteen tulee olla yksilöllinen, määritelty, mitattavissa, saavutettavissa, realistinen, merkityksellinen ja mahdollinen aikatauluttaa eli SMART-periaatteen mukainen (Sukula, Vainiemi & Laukkala 2015, 14).

### Miten määritellä tavoitteet Komppaa-ryhmässä Smart-periaatetta käyttäen?



#### Yksilöllinen ja määritetty

- Kuvaako tavoite selvästi, konkreettisesti ja tarkasti, mihin toimintaan tai käyttäytymiseen haluat saada muutosta sen avulla?
- Mitä tämä tavoite käytännössä tarkoittaa omassa arjessasi, työssäsi tai opinnoissasi?

#### Mitattavissa

- Mistä tiedät tai huomaat, että olet päässyt lähemmäksi asettamaasi tavoitetta tai saavuttanut sen, esim. toimitko itsenäisemmin, turvallisemmin tai teetkö asian useammin, nopeammin tai täsmällisemmin?
- Miten tavoitteen saavuttamista voisi parhaiten mitata (esim. kokemus, tuntemus, taito tai aika, nopeus, prosenttiosuus, jokin muu laskettavissa oleva asia)?

#### Saavutettavissa

- Miten sinä voit omalla toiminnallasi vaikuttaa tämän tavoitteen saavuttamiseen?
- Miten muiden antama tuki voi edistää tämän tavoitteen saavuttamista?



### **Realistinen ja merkityksellinen**

- Mitä henkilökohtaista merkitystä tavoitteella on omassa arjessasi, työssäsi tai opinnoissasi?
- Miten tavoite auttaa sinua selviytymään paremmin arjessasi, työssäsi tai opinnoissasi?

### **Mahdollinen aikatauluttaa**

- Onko asetettu tavoite saavutettavissa Komppaa-ryhmän aikana?
- Milloin ja miten tavoitteessa etenemistä arvioidaan?

(Mukaiillen Autti-Rämö, Salminen, Rajavaara & Ylinen 2016, 234; Hautala, Hämäläinen, Mäkelä & Rusi- Pyykkönen 2011.)

Henkilökohtaiset tavoitteet pilkkotaan usein pienemmiksi osatavoitteiksi, jotta ne ovat helpompi saavuttaa ja siten saada onnistumisen kokemuksia. Mahdollisiin takapakkeihin tulee myös osata varautua tavoitetyöskentelyn aikana. (Ahola & Furman 2015; Ahola 2018; Vuokila-Oikkonen & Keskitalo 2018.) Valmentajan roolina on koko valmennusprosessin ajan tiivistetysti keskittyä, kuunnella, kunnioittaa, kannustaa ja kysyä (ks. esim. Carlsson & Forssell 2017). Valmentajan tulee omata taitoa myös vaihtaa valmennustyyliään valmentautujan osaamisen, kykyjen ja motivaation mukaisesti (Pekkala 2005, 43).

Valmennuksen neliapilamalli avaa hyvin valmennuksen eri tyylit, joita valmentaja voi vaihdella eri tilanteiden ja asiakkaiden tarpeiden mukaan. Tarkoituksvalmennuksessa keskitytään asiakkaiden mission, vision, arvojen ja vahvuksien kartoittamiseen sekä mahdollisten esteiden selvittämiseen näiden toteutumiseksi. Toimintavalmennuksen avulla tuetaan konkreettisen tavoitteen saavuttamista, mietitään toiminnan onnistumisen edellytyksiä ja mahdollisia esteitä sekä niiden ylittämistä. Tunnetilavalmennuksessa tunnistetaan ja nimetään niitä tunteita, mitä erilaiset asiat ja toiminnat herättävät sekä mietitään innostumisen kohteita. Tasapainovalmennuksessa kiinnitetään huomiota elämän muihin osa-alueisiin ja siihen, kuinka ne ovat suhteessa asetettuun tavoitteeseen sekä kehitetään stressinhallinnan taitoja. (Carlsson & Forssell 2017.)

## RATKAISUKESKEISYYS

Ratkaisukeskeinen ohjausmenetelmä perustuu lyhytterapiaan, missä keskeistä on tunnistaa se, mikä jo toimii, ja vahvistaa jo entisestään toimivaa asiaa. Ohjaajilla on ei-tietämisen asenne ja he näkevät asiakkaat kumppaneina sekä oman elämänsä asiantuntijoina, joilla on itsellään jo tarpeelliset resurssit ja voimavarat muutoksen aikaansaamiseksi. (De Jong & Berg 2008; Blundo & Simon 2015, 54, 176; Ahola & Furman 2015; Ahola 2018.) Kysymysten esittäminen asiakkaille on keskeinen osa ratkaisukeskeistä työskentelyä; seuraava kysymys liitetään aina edellisen kysymyksen vastaukseen, joten kyse ei ole tietyn kysymyslistan toteuttamisesta tietyssä järjestyksessä. Kysymyksillä pyritään ensisijaisesti auttamaan asiakkaita määrittelemään omat muutostavoitteensa ja sen jälkeen tukemaan heitä niiden tavoittamisessa mm. voimavaroja vahvistamalla, aikaisempia onnistumisia, positiivisia poikkeuksia ja toimivia ratkaisuyrityksiä kuvaamalla sekä kannustavaa palautetta antamalla. (Ahola 2018; De Jong & Berg 2008, 32; Bezanson 2004, 186.)

### **Ratkaisukeskeisiä kysymyksiä (koostanut: Karakorpi 2019)**

**Avoimet kysymykset** sopivat asiakkaan asenteiden, ajatusten, havaintojen ja tunteiden selvittämiseen. Avoimilla kysymyksillä halutaan saada lisää tietoa yksityiskohdista ja niistä välittyy aito kiinnostus. Ne jättävät asiakkaalle vallan päättää vastauksen sisällöstä, mitä ja minkä verran he haluavat antaa tilanteessa itsestään. (De Jong & Berg 2008, 35–36; Bezanson 2004, 185.)

**Ihme kysymys** (ks. harjoitus 21) antaa vapauden ajatella sitä tilaa, kun haluttu muutos olisi jo tapahtunut ja asiat olisivat niin kuin niiden haluaisi olevan. Kysymys auttaa asiakasta nimeämään haluttuja muutoksia elämässään. Kysymys on tulevaisuussuuntautunut kääntäen huomion pois menneisyydestä. Ihme kysymyksen kautta saa johdettua monia lisäkysymyksiä, joilla tulevaisuuden tavoitetilaa alkaa hahmottua. Ihme kysymys ei sovellu kaikille asiakkaille, minkä sijaan voi esimerkiksi pyytää asiakasta ”tekemään matkan aikakoneella” tai ”katsomaan kristallipallosta tulevaisuuteen”. (De Jong & Berg 2008, 88–89; Bezanson 2004, 188.)



**Poikkeuskysymyksillä** haetaan tietoa siitä, onko tilanne ollut joskus toisenlainen, jolloin vallitsevaa ongelmaa ei ole ollut läsnä. Poikkeamia tutkitaan kysymyksillä: kuka, missä, mitä ja milloin. Kun poikkeava tilanne selviää, mietitään, mikä on saanut poikkeaman aikaan kyseisessä tilanteessa. Poikkeamien tutkimisen avulla selviää myös asiakkaan vahvuuksia ja hänen itse tunnistaessa poikkeamia motivoi se häntä entistä enemmän rakentamaan ratkaisua tilanteeseensa. (De Jong & Berg 2008, 106, 108; Burwell & Chen 2006, 196–197.)

**Mitta-asteikkokysymyksillä** (ks. harjoitus 26) asiakas voi arvioida tulevaisuuden mahdollisuuksiaan, tuntemuksiaan ja havaintojaan. Mitta-asteikkona käytetään usein 1–10. Mitta-asteikkokysymyksiä voidaan monipuolisuutensa vuoksi käyttää useissa eri tilanteissa, esimerkiksi muutosvalmiuksien, toiveikkuuden tai edistyksen arvioimisessa tai tavoitteiden asettamisessa tärkeysjärjestykseen. Mitta-asteikkokysymyksiä voidaan käyttää prosessin joka vaiheessa konkretisoimaan tavoitetyöskentelyn etenemistä. (De Jong & Berg 2008, 109–110; Burwell & Chen 2006, 198–199; Bezanson 2004, 190.)

## TOIMINNALLINEN KOMPENSAATIO

Toiminnallisessa kompensaatiossa keskitytään henkilön valitseman toiminnallisen tilanteen osatekijöiden muuttamiseen tavoitteellisesti ja tietoisesti niin, että toiminnassa onnistuminen ei vaadi häneltä riittämättömän tai puuttuvan taidon käyttämistä juuri ollenkaan. Kun tämä mukauttaminen onnistuu, toiminnan laatu paranee, vaikka henkilön toimintakapasiteetti pysyykin samana. (Fisher & Marterella 2019, 102.) Henkilöä tuetaan tunnistaamaan käytössään olevia kompensatiokeinojaan sekä etsimään, kokeilemaan ja ottamaan käyttöön myös uusia keinoja, joiden avulla hänen on mahdollista mukauttaa haasteellisiksi kokemiaan toimintoja. Tavoitteena on, että henkilö saa uudet keinot luontevaksi osaksi toimintaansa ja pystyy hyödyntämään niitä eri toimintatilanteiden muutoksista ja yllätyksellisyydestä huolimatta. (Fisher & Marterella 2019; Graham ym. 2017; Fisher 2009.)

Toiminnan mukauttamisessa henkilö voi hyödyntää kompensatiokeinoja, jotka voivat olla toiminnassa onnistumista edistäviä vahvuuksia, omia apu-



keinoja ja muiden tarjoamaa tukea (ks. taulukko 1). Konkreettisemmin nämä voivat olla tehtävän tai toiminnan ja tekemisen tavan mukauttamista, apuvälineiden käyttämistä tai sosiaalisen tai fyysisen ympäristön mukauttamista (Fisher 2009, 52).

TAULUKKO 1. Näkökulmia toiminnassa eteen tulevien haasteiden kompensointiin				
	(1) Tehtävän mukauttaminen	(2) Tekemisen tavan mukauttaminen	(3) Apuvälineen käyttäminen	(4) Ympäristön mukauttaminen
(a) Vahvuudet	Henkilöllä on hyvä <b>näkömuisti</b> .	Henkilö kykenee <b>joustavasti</b> mukauttamaan toimintaansa.	Henkilö osaa <b>käyttää taitavasti digitaalisia sovelluksia</b> .	Henkilö on <b>hyvä keskittymään</b> työhön häiriöttömässä ympäristössä.
(b) Omat apukeinot	Työvaiheet hahmottuvat ja pysyvät muistissa <b>ajatuskartan</b> avulla.	Tehtävien <b>tautus</b> auttaa pitämään vireystilaa ja työtahtia yllä.	<b>Kännykkämuistutus</b> auttaa huomioimaan sovitun tapaamisajan.	Henkilö <b>siirtyy hiljaisempaan tilaan</b> , jos ympäristössä on häiritseviä ääniä.
(c) Tuki muilta	<b>Kuvalliset ohjeet</b> helpottavat ohjeiden ymmärtämistä.	<b>Työkaverit muistuttavat</b> , kun on aika pitää taukoa työskentelyssä.	Työnantaja <b>tarjoaa digitaalisia apuvälineitä</b> henkilön käyttöön.	Työnantaja <b>minimoi työympäristön taustamelun</b> .

## VAHVUUDET

Henkilö voi kompensoida oppimisen vaikeuksien tuomia haasteita vahvuksiensa avulla (Mäkihonko, Hakkarainen & Holopainen 2017, 69), jolloin oppimisen, arkitöiden ja työssä onnistumisen mahdollisuudet lisääntyvät (van Viersen, de Bree & de Jong 2019; Bos, Snippe, Jonge & Jeronimus 2016). Yksilön jo olemassa olevien vahvuuksien tiedostaminen ja hyödyntäminen on tärkeää oman voimaantumisen kannalta (Weick, Rapp, Sullivan & Kisthardt 1989, 354). Vahvuuksina on tärkeä huomioida persoonallisuuden ominaisuudet, joiden avulla henkilö pystyy saavuttamaan toivomiaan asioita sekä kehittymään niissä. Stressin ja vastoinkäymisten sietämistä helpottavat ominaisuudet katsotaan myös vahvuuksiksi. Keskeisiä ovat myös tunne- ja



## TUKI MUILTA

Lisääntynyt itsetuntemus omista vahvuuksista ja rajoituksista auttaa henkilöä itse nimeämään niitä asioita, joissa tarvitsee kompensointina muiden tukea (Reid, Came & Price 2008, 486), mutta myös auttaa työympäristön mukauttamisessa itselle sopivammaksi toimia (ks. esim. Burns & Bell 2010). Oma-aloitteinen tuen tarpeiden puheeksi ottaminen esimerkiksi ohjaajan, opettajan, työnantajan tai työ-kaverin kanssa on usein tarpeellista tarvittavan tuen, apuvälineiden tai etujen saamiseksi (Prater, Redman, Anderson & Gibb 2014, 303). Oppimisen vaikeuksista puhuminen on henkilön oma valinta, jota edeltää etujen ja mahdollisten haittojen kuten leimaantumisen tai väärinymmärryksen riskin punnitseminen suhteessa vastapuoleen ja toimintaympäristöön. Luottamuksellinen ilmapiiri sekä vastapuolen tukeva ja ymmärtävä asennoituminen helpottavat olennaisesti puheeksiottamista. Avoimuus kertoa omista haasteista ja tuen tarpeista nähdään kuitenkin positiivisena selviytymiskeinona. (Korkeamäki 2010; Price & Gerber 2008.)

### Esimerkki eri kompensatiokeinojen hyödyntämisestä toiminnan mukauttamiseksi



Toiminnallinen haaste: Kaupassa kassalla tulee usein eteen tilanne, että käytettävissä olevat varat eivät riitäkään ostosten maksamiseen, koska ostosten kokonaishinta on arvioitu väärin.

Tavoite: Käytettävissä olevat varat riittävät kaupan kassalla ostosten maksamiseen.

Erlaisia kompensatiotapoja:

- ✓ **Oma apukeino (tehtävän mukauttaminen):** Henkilö tekee normaalia pienemmät ostokset.
- ✓ **Oma apukeino (tekemisen tavan mukauttaminen):** Pyöristää jokaisen tuotteen hinta ylöspäin lähimpään tasaeuroon yhteenlaskua helpottamaan, esim.  $4,75\text{€} = 5\text{€}$  ja  $3,30\text{€} = 4\text{€}$ .
- ✓ **Oma apukeino ja vahvuus (apuvälineiden käyttäminen):** Henkilö käyttää puhelimen laskinta ostosten kokonaishinnan laskemiseksi.
- ✓ **Muiden tuki (ympäristön mukauttaminen):** Toinen henkilö on tukena kaupassa tai puhelimen päässä.

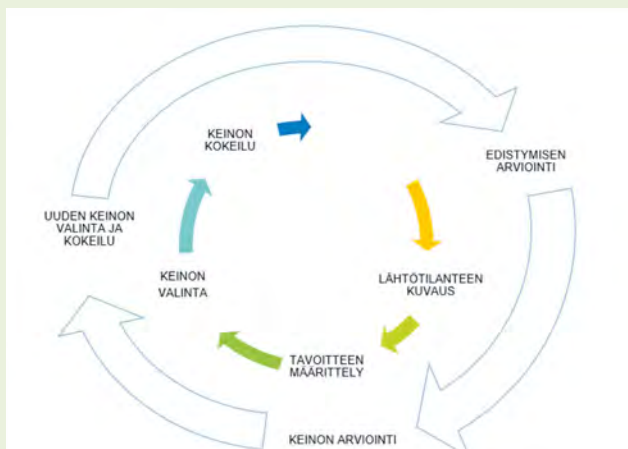


## 2.2 RATKAISUKESKEINEN TOIMINNALLINEN VALMENNUS

Komppaa-ryhmätoiminnassa sovelletaan Grahamin, Rodgerin ja Kennedy-Behrin (2017) alun perin perhelähtöiseen kuntoutukseen kehitettyä menetelmää, jossa yhdistyvät ratkaisukeskeisyyden, valmennuksen ja toiminnan mahdollistamisen elementit, mihin on lisätty kompensaation näkökulma (Fisher 2009; Fisher & Marterella 2019). Menetelmän kolme ydinolettamusta ovat: (1) yksilön, toiminnan ja ympäristön yhteensopivuutta edistämällä voidaan lisätä toimintamahdollisuuksia ja oppimista, (2) keskeistä on ymmärtää valmentautujan tarpeita eikä niinkään tietää soveltuvimpia keinoja haasteiden ratkaisemiseen sekä (3) toiminnan mahdollistaminen on keskeisin tekijä koko valmennusprosessin ajan. Valmennusprosessi koostuu kolmesta toisiinsa liittyvästä elementistä: strukturoidusta prosessista, tiedon vaihdosta ja emotionaalisesta tuesta. (Graham ym. 2017.)

Strukturoitu prosessi rakentuu lähtötilanteen ja siihen pohjautuvan tavoitteen määrittelemisen, vaihtoehtoisten ratkaisukeinojen pohtimisen, suunnitelman laatimisen ja toteuttamisen sekä arvioinnin kautta. Lähtötilanteena on jokin valmentautujan kokemaa toiminnallista haastetta, ja siten tavoitteeksi määritellään jokin hänen elämäänsä kuuluvaan toimintaan kohdistuva muutos. Tavoitteen määrittämiseen on tärkeää käyttää riittävästi aikaa. Eri prosessin vaiheet limittyvät usein keskenään. Lopulta hyväksi havaittu toimintatapa yleistetään eri tilanteisiin. (Mts. 250–260.)

## Strukturoitu prosessi Komppaa-ryhmässä



Kuvio 5. Strukturoitu prosessi Komppaa-ryhmässä

Komppaa-ryhmän valmennusprosessissa lähdetään liikkeelle lähtötilanteen kuvauksesta: ryhmäläiset nimeävät arkeensa, työhönsä tai muuhun elämän alueeseensa kuuluvan toiminnallisen tilanteen, jonka he toivoisivat sujuvan paremmin. Tilanne voi olla esim. sellainen, jossa oppimisen vaikeus aiheuttaa haasteita ja johon tarvitaan kompensatiokeinoja. Ryhmäläiset määrittelevät tavoitetilanteen, mihin haluaisivat päästä Komppaa-ryhmän aikana ja avulla. Ryhmässä pohditaan yhdessä vaihtoehtoisia keinoja, joiden avulla tavoitetta kohti on mahdollista edetä. Tässä huomioidaan henkilön vahvuudet, omat apukeinot sekä muiden tarjoama tuki.

Seuraavien ryhmäkertojen aikana voidaan lähteä liikkeelle tavoite-työskentelyn edistymisen arvioimisesta, jatkaa eri keinojen valintaa ja kokeilua sekä tehdä suunnitelmia ryhmäläisten oman tavoitetyöskentelyn seuraavista askelista. Ryhmäprosessin aikana voidaan muodostaa uusia tavoitteita ja kokeilla uusia keinoja. Ryhmäläiset voivat myös kokeilla samaa keinoa uudessa tilanteessa, mikä on jo opitun yleistämistä ja soveltamista.

Tiedonvaihdossa kumpikin osapuoli saa tarvittavaa tietoa toisiltaan. Valmentaja saa tarvitsemaansa tietoa valmentautujalta esimerkiksi koskien hänen toiminnallisia taitojaan, valmiuksiaan, terveydentilaansa ja toimintakykyään. Valmentautuja kertoo valmentajalle, kuinka tavoitetyöskentelyssä on edetty ja kysyy tarvittaessa lisää tukea prosessiinsa. Lähtökohtaisesti valmentaja



luottaa siihen, että valmentautujalla on tietoa, taitoa ja resursseja ratkaista haastavat tilanteet itse ja antaa hänelle ainoastaan tarvittavaa tietoa tavoitetyöskentelyssä etenemiseksi. Ratkaisukeskeisten kysymysten hyödyntäminen edesauttaa tiedonvaihtoa yksilö- ja ryhmätilanteissa. (Graham ym. 2017.)



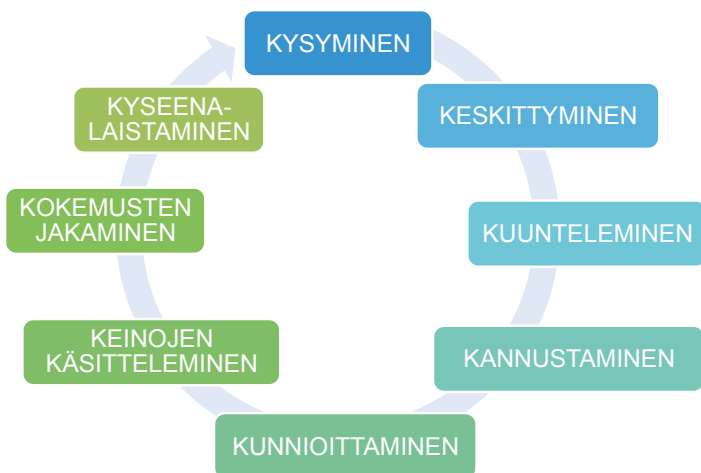
### **Tiedonvaihto Komppaa-ryhmässä on:**

- ryhmäläisten omien tavoitetyöskentelyjen ja niiden edistymisen, eri ratkaisuvaihtoehtojen ja kompensaatiokeinojen jakamista
- tiedon jakamista eri ryhmäteemoihin liittyvistä asioista
- ryhmätoiminnan ja ryhmäläisten tavoitteiden kannalta tarpeelliseen ja olennaiseen tietoon keskittyvää.

Työ- ja toimintatilanteen havainnointi, Komppari-päiväkirja ja Komppaa-kortti edistävät tiedonvaihtoa ryhmäläisen, ohjaajien, työvalmentajien ja muiden tahojen välillä.

Emotionaalinen tuki sisältää erityisen suuntautumisen kuunnella, myötäelää, jäsentää, ohjata ja rohkaista valmentautujaa tavoitetyöskentelyssä. Kuunteleminen on tärkeää valmentautujan näkökulman ja tulkinnan ymmärtämiseksi hänen toiminnastaan omassa ympäristössään. Kuuntelemalla voidaan saada tietoa myös valmentautujan motivaatiosta muutokseen, aiemmista onnistumisista sekä muutokseen toteuttamiseen tarvittavasta oppimisesta. Tärkeää on kunnioittaa valmentautujan kertomaa hänen omana totuutenaan ja arvostaa sitä. (Mt.)

Jäsentäminen sanoittamalla ja tulkitsemalla uudelleen tilanteita auttaa valmentautujaa löytämään uudenlaisia ratkaisuja ja tekniikoita. Valmennuksessa pyritään suuntaamaan huomio toimimisen mahdollistamiseen auttamalla ensisijaisesti valmentautujaa itseään tiedostamaan, löytämään ja käyttämään omia ratkaisukeinojaan. Valmentaja rohkaisee valmentautujaa kiinnittämällä huomiota oppimiseen ja edistymiseen kohti tavoitetta sekä tuomalla esille esimerkkejä vastaavista tilanteista, joissa vertainen on onnistunut voittamaan kyseisen haasteen. (Mt.)



Kuvio 6. Kompjaa-ohjaajan emotionaalisen tuen 10 K:ta

### Emotionaalinen tuki kompjaa-ryhmässä



**Kysyminen:** Ohjaaja esittää ryhmäläisille ratkaisukeskeisiä kysymyksiä eri tilanteisiin sopivalla tavalla. Ohjaaja huomaa tilanteet, joissa hän voi pyytää ryhmäläisiä esittämään kysymyksiä toisilleen. Ryhmäläiset kysyvät omatoimisesti toisiltaan neuvoja eri tilanteisiin.

**Keskittyminen:** Ohjaaja suunnittelee oppimisympäristöt siten, että ne ottavat huomioon kunkin ryhmäläisen eri oppimistarpeet. Ohjaajan esimerkki luo ainutlaatuisia kohtaamisia, joissa ollaan aidosti läsnä yhteisen aiheen äärellä.

**Kuunteleminen:** Ryhmäkerta on onnistunut, kun jokainen ryhmäläinen tuntee tulevansa kuulluksi ja ymmärretyksi. Ohjaaja rohkaisee ryhmäläisiä kuuntelemaan ja tukemaan toisiaan. Hän kuuntelee ryhmäläisiä heidän näkökulmansa ymmärtämiseksi ja sen hahmottamiseksi, kuinka he toimivat omassa käytännön tilanteissaan.

**Kannustaminen:** Ohjaaja luo kannustavaa ilmapiiriä, jossa huomataan pienetkin onnistumiset ja edistymiset tavoitteissa. Ohjaaja tukee ja kannustaa oivallettujen asioiden yleistämisessä. Ryhmän ja ohjaajan kannustus rohkaisee ryhmäläisiä yrittämään uudelleen epäonnistumisista tai takapakeista huolimatta.

**Kunnioittaminen:** Ohjaaja edistää kunnioitettavaa ilmapiiriä ryhmässä. Ryhmäläisten itsemääräämisoikeutta kunnioitetaan. Ohjaaja edistää positiivista puhetapaa ja suhtautumista ryhmätoimintaan ja ryhmäläisten omiin elämäntilanteisiin.

**Keinojen käsitteleminen:** Ohjaaja tukee ryhmäläisten keskinäistä keinojen jakamista. Ohjaaja on avoin itse kertomaan omia käyttämiään keinoja sekä esittelemään uusia keinoja.

**Kokemusten jakaminen:** Ohjaaja tukee ryhmäläisiä jakamaan kokemuksiaan ja osallistuu siihen myös itse. Näin opitaan toisten kokemuksista. Ohjaaja johdattelee ryhmäläisiä reflektoinnin avulla tunnistamaan omien ajatustensa, tunteidensa ja käyttäytymisensä välisiä yhteyksiä.

**Kiitollisuuden osoittaminen:** Ryhmätoiminnassa harjoitellaan kiitollisuutta elämää kohtaan: hyvän huomaamista omassa elämässään. Ryhmässä vallitsee myönteinen ilmapiiri ja siellä uskalletaan jakaa myös negatiivisia sekä vaikeita tunteita.

**Kannatteleminen:** Ryhmäläiset voivat luottaa siihen, että ohjaaja kannattelee ryhmää haastavienkin tilanteiden yli. Ohjaaja huolehtii tasapuolisesti ryhmäläisten välisestä vuorovaikutuksesta.

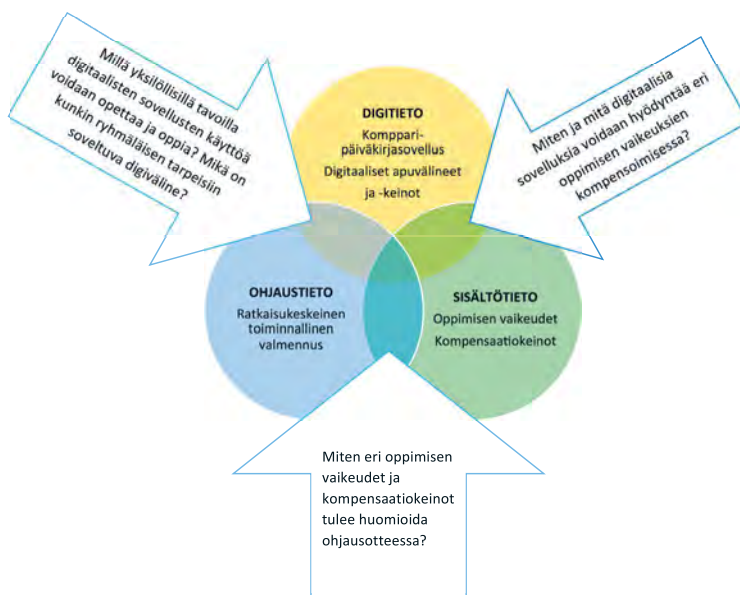
**Kyseenalaistaminen:** Ohjaaja kyseenalaistaa sensitiivisesti ryhmäläisten negatiivisia ajatusmalleja. Hän auttaa ryhmäläisiä löytämään vaihtoehtoisia tulkintoja heidän kertomiinsa tilanteisiin ja kannustaa kaikkia ryhmäläisiä tarkastelemaan asioita monista eri näkökulmista. Ohjaaja tiedostaa omat rajoitteensa ja on valmis muuttamaan käsityksiään asioista.



## 2.3 DIGITAALISUUDEN HYÖDYNTÄMINEN RYHMÄTOIMINNAN OHJAUKSESSA

Erialaisten digitaalisten ratkaisujen soveltaminen ohjaus-, valmennus- ja opetustyössä on tätä päivää ja niiden hyödyntäminen voi edistää osallistumista ja osallisuutta (Hietajärvi, Tuominen-Soini, Hakkarainen, Salmela-Aro & Lonka 2015, 1165). Digitaaliset taidot luetaan yhdeksi keskeiseksi työelämätaidoksi ja työntekijöiden itsenäisen oppimisen mahdollistajiksi (Estervan, van Deursena, van Dijka & Haanb 2017).

Ohjaajan digitieto (ks. kuvio 7) tarkoittaa tietoa erilaisten digitaalisten laitteiden käytöstä ja taitoa soveltaa digitaalisia laitteita arjessa, työssä ja oppimisessa. Digitietoinen ohjaaja huomaa myös ne eri tilanteet, joissa erilaiset digitaaliset sovellukset voi edistää ryhmäläisten oivalluksia ja oppimista. Ohjaajan hyvä sisältötieto oppimisvaikeuksista, kompensatiokeinoista ja muusta olennaisesta sisällöstä, mitä ryhmäläiset odottavat ohjaajalta, auttaa arvioimaan myös sitä, mitä mahdollisia eri digitaalisia sovelluksia kannattaa hyödyntää ryhmäläisten kanssa tietyn asian yhteydessä. Esimerkiksi lukemisen helpottamiseksi voidaan käyttää erilaisia tekstinäkymää yksinkertaistavia sovelluksia, ääneenlukijaa ja ladattavia näytön lukukalvoja, joista löytyy useita eri värejä. (Mukaillen Mishra & Koehler 2006, 1026–1028; Koskelo & Kaisto 2014, 66–67.)



Kuvio 7. Digitaalisuuden hyödyntäminen ohjauksessa (mukaillen TPACK-malli, Mishra & Koehler 2006, 1025; Reproduced by permission of the publisher © 2012 by tpack.org)

Kun ohjaajalla on sisältötietoa liittyen esim. oppimisvaikeuksien ilmenemiseen eri toiminoissa, auttaa se häntä myös soveltuvan ohjaustiedon tai -menetelmän käyttämiseen tilanteessa. Esimerkiksi ohjaaja huomioi yksilöllisesti eri ryhmäläisten tarpeet digitaalisten laitteiden ja sovellusten perehdytyksen yhteydessä (ml. riittävä aika, monikanavaiset ohjeet, vaiheiden näyttäminen, riittävä kertaaminen, vertaisoppiminen). Digitaalisuuden hyödyntäminen on

tilannekohtaista ja vaatii ohjaus-, valmennus- ja opetustyötä tekevilta aina arviointia sen soveltamisen eduista kyseisen ryhmän tai ryhmäläisen kohdalla. Joskus saattaa olla hyödyllistä esitellä joku tietty sovellus tai ehdottaa perinteistä paperista vaihtoehtoa jollekin yksittäiselle ryhmäläiselle hänen tavoitetyöskentelyään tukemaan. (Mts. 1026–1027; Mts. 66–67.)

Tietoturva- ja tietosuoja-asiat ovat myös hyvä pitää mielessä, kun suunnittelee ryhmätoiminnan tueksi digitaalista välinettä tai sovellusta. Ryhmäläisten kanssa kannattaa käydä läpi perusteita turvallisesta internetin käytöstä liittyen esimerkiksi tiedon luotettavuuteen, julkaisujen leviämiseen, hyviin salasanoihin ja erilaisiin haittaohjelmiin. Ohjaajan tulee varmistaa, että kaikki ryhmäläiset ymmärtävät internetin käytön perusteet ja osaavat yksinkertaiset toimintaperiaatteet. Tämä on erityisen tärkeää, jos ryhmällä on käytössään lainalaitteita, joita muutkin käyttävät.

Ryhmätoiminnassa käytettävää digitaalista sovellusta valitessa kannattaa eri sovellusvaihtoehtoja punnita tarkasti eri näkökulmista. Ohjaajan kokeillessa ja vertaillen eri sovelluksia on syytä kiinnittää huomiota seuraaviin kohtiin. Jo ennen sovelluksen lataamista on suositeltavaa vilkaista sovelluksen tietoja laitteen sovelluskaupassa: millaisia arviointeja se on saanut ja millainen kuvaus sovelluksesta on kirjoitettu. Nämä antavat usein jo hyvän taustatiedon päätöksenteolle. Seuraavaksi ohjaajan kannattaa kiinnittää huomiota sovelluksen kirjautumistapaan. Riippuen täysin siitä, että millaiseen tarpeeseen kyseistä sovellusta on mietitty käytettäväksi. Joskus helpompia ovat sovellukset, joihin ei kirjauduta ja joskus taas on turvallisempaa, kun jokaisella osallistujalla on oma tunnus kirjautumiseen. Viimeisenä tärkeänä kohtana ohjaajan tulee kiinnittää huomiota sovelluksen käyttöluupiin: mitä tietoja sovellus kerää ja mihin tarkoitukseen se niitä käyttää.

Parhaassa tapauksessa digitaaliset ratkaisut tarjoavat ryhmäläisille vaihtoehtoisia tapoja toimia tuoden uusia näkökulmia ja mahdollisuuksia erilaisten arjen, työn ja oppimisen haasteiden ratkaisemiseen. Ohjaajan kannattaa vain rohkeasti kokeilla ja testata erilaisia digitaalisia ratkaisuja siihen, mikä yhdistelmä toimii kyseisessä tilanteessa parhaimmalla tavalla.

Kun laitteiden ja sovellusten käyttö on ryhmäläisille luontaista, kannattaa niitä hyödyntää heidän kanssaan toiminnassa ja rohkaista myös epävarmempia kokeilemaan, mutta liikaa ei kannata sisältöjä väkisin vääntää digitekniikkaan; ei digiä digin vuoksi!



### 3 ASIAKASOHJAUTUMINEN KOMPPAA-RYHMÄÄN

*”Suosittelen tätä ryhmää vahvasti sellaisille, joilla on oppimisessa vaikeuksia tai jotka kokevat, että niitä on. Komppaa-ryhmästä saat tosi hyvin vertaistukea muilta ihmisiltä, joilla on samoja ongelmia oppimisessa kuin sinulla.”*

(Komppaa-ryhmäläinen)



Kuvio 8. Komppaa-ryhmään ohjautumisen välineet

Tässä luvussa kuvataan tarkemmin asiakasohjautumista (ks. kuvio 8) Komppaa-ryhmään ja ryhmän kokoamista. Komppaa-ryhmätoiminnan soveltuvuuden arviointikriteerien (ks. kappale 3.1) avulla ammattilaiset voivat tehdä alustavaa harkintaa siitä, kenelle asiakkaista ryhmätoiminta voisi soveltua ja kenelle he voisivat ehdottaa Komppaa-ryhmätoimintaa. Lisäksi tehdyt videot

ryhmätoiminnasta ja sen sisällöstä sekä ohjausotteesta antavat ammattilaisille hyvää lisätietoa asiakasohjauksen tueksi. Ammattilaiset voivat aloittaa alustavaa keskustelua asiakkaan kanssa mahdollisesta kiinnostuksesta osallistua ryhmään myös Komppaa-ryhmätoiminnan esitteen avulla. Kuntoutussäätiön kehittämän KOMO-kyselyn (Kysely oppimisen ja mielenterveyden ongelmista) avulla on mahdollista tunnistaa työttömyysuhan alaisia nuoria ja aikuisia, jotka kokevat oppimisen ja mielenterveyden haasteita (Peltonen, Gustavsson-Lilius, Parkkila, Stenberg, Poutiainen 2019). KOMO-kyselyn<sup>1</sup>(n.d.) oppimisen vaikeuksiin keskittyvä puoli (kysymykset 1–23) toimii hyvin myös asiakasohjauksen tukena Komppaa-ryhmiin.

### Löydät materiaalipankista

- Komppaa-ryhmätoiminnan ja ohjausotteen esittelyvideot
- Komppaa-ryhmätoiminnan muokattavat esitepohjamallit

<https://blogit.jamk.fi/komppaa/materiaalipankki/>



Työ- ja toimintakyvyn havainnointilomakkeen (ks. kappale 3.2 ja liite 3) tavoitteena on auttaa kuntouttavan työtoiminnan ohjaajia havainnoimaan asiakkaiden, joilla on erilaisia työ- ja toimintakyvyn haasteita, toimintakykyä kokonaisvaltaisemmin. Työ- ja toimintakyvyn havainnointilomake voi toimia kuntouttavan työtoiminnan tai muun vastaavan jakson väli- ja loppuarvioinnin välineenä tarjoten samalla tietoa myös koordinoivalle taholle (esim. aikuis-sosiaalityölle tai työllisyyspalveluille) jaksosta asiakkaan ja ohjaajan näkökulmasta. Tiivistettyä lomaketietoa on mahdollista hyödyntää esim. lääkärin arvioinnin taustatietona sekä asiakkaan palvelupolun jatkosuunnittelun tukena. Asiakkaalle lomake tarjoaa jäsenytyneen keinon pohtia oman työ- ja toimintakyvyn eri osa-alueita suhteessa kuntouttavan työtoiminnan jakson työympäristöön ja -tehtäviin sekä tuoda esille omia tuen tarpeitaan ja ajatuksiaan jatkosuunnitelmien osalta. (Huttula 2018.)

Jyväskylän ja Saarijärven kuntouttavan työtoiminnan palvelupoluista on tunnistettu ne keskeiset palvelutuokiot, joissa asiakasohjausta voidaan toteut-

<sup>1</sup> KOMO-kysely ja ohjeistus ammattilaisille: <https://kuntoutussaatio.fi/oppimisentuki/menetelmat/>

taa kuntouttavan työtoiminnan Komppaa-ryhmiin. Kehittämisehdotuksia (ks. kappale 3.3) voi myös soveltaa muiden kuntien järjestämään kuntouttavaan työtoimintaan. Palvelupolkujen avaamisessa kiinnitettiin huomiota siihen, miten tieto oppimisen vaikeuksista kulkeutuu eri palvelupolkujen tahojen välillä ja mitä kautta ohjaututaan eri palveluihin esimerkiksi neuropsykologisiin tutkimuksiin. Kuntouttavan työtoiminnan palvelupoluissa tuli esille eri palveluiden tuottajien ja toimijoiden arviointimenetelmiä (ml. lomakkeet, kyselyt, mittarit), joissa osassa nostettiin esille myös oppimiseen vaikeuksiin liittyviä asioita. Näiden, jo olemassa olevien, oppimisen vaikeuksia huomioivien arviointimenetelmien avulla voi alustavaa keskustelua käydä asiakkaan kanssa siitä, kaipaako hän tukevia omien kompensatiokeinojen tunnistamiseen ja löytämiseen sekä tarvittaessa ohjata hänet Komppaa-ryhmätoimintaan. Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden (n=2) teemahaastattelujen avulla avataan näkemyksiä ja kokemuksia hyvästä palveluohjauksesta kuntouttavan työtoiminnan palvelupolulla (Luukko 2019).

### **Katso palvelupolut ja tutkiva kehittäminen materiaalipankista**

Jyväskylän ja Saarijärven kuntouttavan työtoiminnan palvelupolkuja on avattu kuvion muotoon sekä niihin on merkattu tähdillä ne palvelutuokit, joissa oppimisen vaikeuksia tällä hetkellä tunnustetaan ja jatko-ohjausta tehdään esim. neuropsykologisiin (nepsy) tutkimuksiin. Tähdillä on merkitty myös ne palvelutuokit, joissa oppimisen vaikeuksia olisi hyvä tunnistaa (esim. KOMO-kyselyn avulla) ja tehdä jatko-ohjausta esim. nepsy-tutkimuksiin sekä Komppaa-ryhmätoimintaan.

Tutkivan kehittämistyön tarkoituksena oli asiakkaiden monialaisen palvelutarpeen ja oppimisen vaikeuksien varhaisen tunnistamisen edistäminen ja palveluohjauksen kehittäminen kuntouttavan työtoiminnan palvelupolulla Jyväskylässä.

Huttula, K. 2019. Työelämän ulkopuolella olevien monialainen palvelupolku ja -ohjaus. Tutkiva kehittäminen Jyväskylän kuntouttavan työtoiminnan monialaisesta yhteistyöstä. Opinnäytetyö, AMK. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala, kuntoutuksen ohjaajan tutkinto-ohjelma. Julkaistaan myöhemmin osoitteessa: [www.theseus.fi](http://www.theseus.fi).

[www.blogit.jamk.fi/komppaa/materiaalipankki/](http://www.blogit.jamk.fi/komppaa/materiaalipankki/)





### 3.1 RYHMÄTOIMINNAN SOVELTUVUUDEN ARVIOINTIKRITEERIT

Komppaa-ryhmätoiminnan soveltuvuuden arviointikriteerit on jaoteltu seuraavasti: 1) tarve kompensatiokeinojen löytämiselle, 2) haasteet, joihin kompensatiokeinoja etsitään ja 3) ryhmätoimintaan sitoutuminen. Ryhmätoiminnan soveltuvuuden arviointikriteereiden suhteen on hyvä olla joustava, sillä Komppaa-ryhmätoiminnasta voivat myös hyötyä ne henkilöt, jotka eivät suoraan vastaa mainittuihin kriteereihin. Ryhmätoiminnan soveltuvuuden arviointikriteerien tarkoituksena on tarjota ammattilaisille alustavia ajatuksia siitä, kenelle asiakkaille Komppaa-ryhmätoiminta voisi parhaiten soveltua ja kenelle sitä voisi lähteä ehdottamaan.

TAULUKKO 2. Komppaa-ryhmätoiminnan soveltuvuuden arviointikriteerit

TARVE KOMPENSAATIO-KEINOJEN LÖYTÄMISELLE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Henkilöt, joilla on todettuja oppimisen vaikeuksia ja tarvetta löytää oppimiseen, arkeen ja/tai työhön kompensatiokeinoja.</li><li>• Henkilöt, joilla saattaa olla oppimiseen liittyviä vaikeuksia ja tarvetta löytää oppimiseen, arkeen ja/tai työhön kompensatiokeinoja.</li><li>• Henkilöt, joilla on oppimisvaikeusdiagnoosin saamisesta pitkä aika ja joilla on tarvetta kerrata tai päivittää omia kompensatiokeinojaan.</li><li>• Henkilöt, joilla on kompensatiokeinot selvillä jo koulumaailmaan, mutta kaipaavat apu- ja tukikeinoja työelämään.</li><li>• Henkilöt, joilla ei ole koulutusta tai joilla on useita keskeytyneitä opintoja.</li><li>• Henkilöt, joilla on haasteita työllistymisessä ja työssä pärjäämisessä.</li></ul>
HAASTEET, JOIHIN KOMPENSAATIO-KEINOJA ETSITÄÄN	Henkilöt, joilla on tarkkaavaisuuden, keskittymisen, muistamisen, toiminnanohjauksen, lukemisen, kirjoittamisen, matemaattisen toiminnan tai hahmottamisen vaikeuksia ja tarvetta löytää oppimiseen, arkeen ja/tai työhön kompensatiokeinoja.

## TAULUKKO 2. jatkuu

RYHMÄTOIMINTAAN SITOUTUMINEN	<ul style="list-style-type: none"><li>• Henkilöiden tulee omata kiinnostusta ja valmiuksia reflektoida oppimiseen, arkeen ja/tai työhön liittyviä taitojaan ja ratkaisukeinoja (esim. toimintakyky, kielitaito).</li><li>• Henkilöt, jotka pystyvät olemaan samassa tilassa muiden ihmisten kanssa.</li><li>• Henkilöt, jotka pystyvät sitoutumaan kolmen kuukauden ryhmätoimintaan.</li></ul>
---------------------------------	--

### 3.2 TYÖ- JA TOIMINTAKYVYN HAVAINNOINTILOMAKE ASIAKASOHJAUKSEN TUKENA

Työ- ja toimintakyvyn havainnointilomake (ks. liite 3) on suunniteltu käytettäväksi kuntouttavan työtoiminnan ohjauksen ja arvioinnin työvälineenä erityisesti niiden asiakkaiden kohdalla, joilla on havaittavissa erilaisia työ- ja toimintakyvyn haasteita. Lomaketiedon on tarkoitus tukea asiakkaan kanssa käytyä arviointikeskustelua (väli- ja loppuarviointi) kuntouttavan työtoiminnan jakson aikana havainnoidusta työ- ja toimintakyvyn vahvuuksista sekä haasteista kuten myös tuen tarpeista. Asiakkaan työntekemisen havainnoimiseen ja havainnointilomakkeen täyttämiseen ja sen pohjalta käytävään yhteiseen keskusteluun on hyvä varata riittävästi aikaa. (Huttula 2018.)

Asiakas ja kuntouttavan työtoiminnan jakson ohjaaja, valmentaja tai työpaikkaohjaaja täyttävät kumpikin samanlaiset lomakkeet. Lomaketiedon pohjalta käydään keskustelu yhdessä asiakkaan ja kuntouttavan työtoiminnan jakson ohjaajan, valmentajan tai työpaikkaohjaajan kanssa osana arviointia. Mukana keskustelua ohjaamassa voi toimia myös kuntouttavaa työtoimintaa koordinoiva palvelu- tai sosiaaliohjaaja. (Mt.)

Toimijoiden tulee miettiä, kuinka toteuttaa palveluprosessissa täytettyjen lomakkeiden säilytys ja minne raportoida ja miten säilyttää yhteisen keskustelun kirjaukset. Lomaketta voi soveltaa omaan toimintaan sopivaksi sekä luoda siitä tarvittaessa digitaalisen version. Lomakkeesta saatua tietoa voidaan hyödyntää asiakkaiden ohjauksen, tavoitteiden asettamisen ja jatkopolkujen suunnittelemisen (esim. Komppaa-ryhmään ohjautumisen; ks. taulukko 3) tukena. (Mt.)

Lomakkeen kehittämisesä on hyödynnetty kansainvälistä toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden luokitusta (ICF)<sup>2</sup>. Toimintakyky tarkoittaa ihmisen fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia edellytyksiä selviytyä hänelle itselleen merkityksellisistä ja välttämättömistä jokapäiväisen elämän toiminnoista. Asiakkaan ollessa pitkään pois koulutusta vastaavasta työstä arvioidaan työkykyä suhteessa työelämän yleisiin vaatimuksiin, joista suurin osa ihmisistä suoriutuu lyhyen perehdytyksen jälkeen. Tulostetut havainnointilomakkeet täyttävät sekä asiakas että kuntouttavan työtoiminnan ohjaaja. Suositeltavaa on täyttää lomake yhtä aikaa asiakkaan kanssa samassa tilassa, jotta tarvittaessa asiakas voi kysyä ohjausta lomakkeen täyttämisesä. Ohjaajan on hyvä kertoa asiakkaalle lomakkeen tarkoitus ennen sen täyttämistä. (Mt.)

Työ- ja toimintakyvyn havainnointilomake koostuu neljästä eri osiosta (ks. kuvio 9).



Kuvio 9. Työ- ja toimintakyvyn havainnointilomakkeen eri osiot (Huttula 2018)

1) Perustiedot-osioon voi kirjata tarpeelliset tiedot mm. asiakkaan henkilötiedot, kuntouttavan työtoiminnan paikan ja ohjaajan nimet, jakson pituus sekä työpäivän kesto että lomakkeen täyttöpäivämäärä eli arviointipäivämäärä.

2) Työympäristö-osio havainnollistaa, kuinka työympäristön eri tekijät vaikuttavat asiakkaan työssä selviytymiseen. Tärkeää on avata avoimeen kohtaan mahdollisimman tarkasti työympäristö sekä -tehtävät, joissa asiakkaan työssä selviytymistä arvioidaan. Lomakkeen perustelut-kohtaan voi tarkentaa yhdessä käydyn keskustelun pohjalta valittuja asioita.

3) Työssä suoriutuminen -osio sisältää luokittelun: suoritukset, osallistuminen ja yksilölliset valmiudet, jotka pohjautuvat ICF-luokitukseen. Mitta-asteikon tarkoitus on tuoda esille asiakkaan työ- ja toimintakyvyn vahvuudet sekä antaa tietoa mahdollisista haasteista. Perustelut-kohtaan on tärkeä avata jokaisen arvioidun tekijän osalta vielä tarkemmin perusteluja. Jos jotain tekijää ei voida havainnoida kyseissä työtehtävissä tai toiminnassa, valitaan ei arvioitavissa -kohta.

<sup>2</sup> <https://thl.fi/fi/web/toimintakyky/icf-luokitus>

4) Jatkosuunnitelmat-osio suuntaa katseet tulevaan. Siinä pohditaan, kuinka vahvistetaan asiakkaan toimijuutta ja edistetään hänen työllistymistään. Työllistymisessä huomioitavaa -kohtaan asiakas ja ohjaaja voivat täsmentää yhdessä käydyn keskustelun pohjalta, kuinka näihin valittuihin tekijöihin voi vaikuttaa. Tavoitteet ja toiveet -kohtaan voi merkitä ajatuksia tulevan jatko-palvelun ja -polun suhteen. (Mt.)

Työ- ja toimintakyvyn havainnointilomakkeeseen on otettu mukaan sellaisia työympäristöön ja työssä suoriutumiseen liittyviä asioita (ks. taulukko 3), joihin oppimisen vaikeudet voivat vaikuttaa. On syytä kuitenkin huomioida, että oppimisen vaikeudet näkyvät jokaisella yksilöllisesti, joten samankin oppimisen vaikeuden omaavilla henkilöillä voivat vaikutukset olla hyvinkin erilaisia.

**TAULUKKO 3. Työ- ja toimintakyvyn havainnointilomakkeella kerätyn tiedon merkitys oppimisen vaikeuksien tunnistamisessa**

LOMAKKEEN KOHDAT	HUOMIOITA OHJAAJILLE
(2) TYÖ- YMPÄRISTÖ	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Työympäristön ja -tehtävien kuvaus: on tärkeää kuvata työympäristö ja -tehtävät tarkasti, sillä työssä selviytyminen on aina tilannesidonnaista. Työyhteisön ja yksittäisten henkilöiden asema, odotukset ja asennoituminen sekä työtehtävien, tilojen ja välineiden sopivuus henkilölle vaikuttavat kaikki olennaisesti annetun tehtävän suorittamiseen. (Fisher &amp; Marterella 2019, 23–28.)</li> <li>2. Äänet ja valaistus: ääni- ja valoärsykkeet voivat joko vaikeuttaa tai helpottaa työtehtäviin keskittymistä (Virta &amp; Salakari 2018, 32; Cline, Connolly &amp; Nolan 2016).</li> <li>3. Siisteys ja selkeys: hahmottamisen vaikeuksien työskentelylle aiheuttama haitta voi vähentyä, kun esim. työvälineet ovat helposti löydettävissä (ks. esim. Isomäki 2015). Työympäristön sekavuus ja kaoottisuus voivat vaikeuttaa työskentelyä.</li> <li>4. Työn henkinen kuormittavuus: henkilöt, joilla on oppimisen vaikeuksia, saattavat kokea työn henkistä kuormittavuutta, jos heillä ei ole riittävästi ja oikeita kompensatiokeinoja tehtävistä selviytymiseksi (ks. esim. Gronsky 2015).</li> </ol>




TAULUKKO 3. jatkuu

LOMAKKEEN KOHDAT	HUOMIOITA OHJAAJILLE
(2) TYÖ- YMPÄRISTÖ	<p>5. Työkoneet ja -laitteet: henkilöt, joilla on vaikeutta hahmottamisessa tai motoriikassa saattavat kokea vaikeuksia käyttää tietokonetta ja uusia laitteita omatoimisesti ja -aloitteisesti (ks. esim. Isomäki 2015; Tal-Saban, Ornoy &amp; Parush 2014). Joidenkin laitteiden tai koneiden käyttäminen saattaa edellyttää matemaattisia ja lukemisen taitoja, jolloin vaikeudet niissä aiheuttavat haasteita näiden käytössä.</p>
(3) TYÖSSÄ SUORIUTUMINEN	<p>6. Keskittyminen työn tekemiseen: henkilöt, joilla on oppimisen vaikeuksia, saattavat kokea haasteellisenä työtehtäviin keskittymisen (ks. esim. Virta &amp; Salakari 2018, 31–33; Isomäki 2015, 32–34). Oppimisen vaikeudet voivat välillisesti aiheuttaa stressiä ja psyykkistä kuormitusta, mikä voi vaikeuttaa keskittymistä.</p> <p>7. Käsien liikkeiden sujuvuus ja tarkkuus: henkilöt, joilla on motorisen oppimisen vaikeutta, voivat kokea käsien sujuvaa ja tarkkaa käyttöä vaativat tehtävät haastavina ja tarvitsevat niihin enemmän aikaa suhteessa muuhun toimintaansa (ks. esim. Tal-Saban ym. 2014; Asunta 2018; Rodrigues, Barros, Lopes &amp; Vasconcelos 2019).</p> <p>8. Tavoitteellinen työtehtävien tekeminen: henkilöt, joilla on oppimisen vaikeuksia erityisesti tarkkaavaisuudessa, saattavat kokea tavoitteellisten työtehtävien tekemisen haastavina. Ajatukset voivat harhailla, huomio voi kiinnittyä epäolennaiseen tai ympäristön virikkeet voivat hankaloittaa tavoitteellista työskentelyä. Toiminnanohjauksen vaikeudet voivat myös aiheuttaa haasteita tavoitteelliselle työskentelylle. (Ks. esim. Virta &amp; Salakari 2018.)</p> <p>9. Työtehtävien muistaminen ja mieleen palauttaminen: eri oppimisen vaikeudet ja muu henkinen kuormitus voivat vaikuttaa työmuistiin (ks. esim. Mokhtar, Aghababaei &amp; Abedi 2013). Henkilöllä voi olla myös kapea-alainen työmuisti (Korkeamäki 2010, 18).</p> <p>10. Ohjeiden ymmärtäminen ja hyödyntäminen: henkilön oppimisen tavasta ja mahdollisesta vaikeudesta riippuen voi olla tarpeen käyttää sanallisia, kirjallisia, kuvallisia tai näytettyjä ohjeita tai näiden yhdistelmiä.</p>



### TAULUKKO 3. jatkuu

LOMAKKEEN KOHDAT	HUOMIOITA OHJAAJILLE
(4) JATKO-SUUNNITELMAT 	<p>11. Koulutus: henkilöt, joilla on oppimisen vaikeuksia, voivat usein kokea oppimisen ja opiskelun vaikeana ja epämiellyttävänä, joten heillä saattaa olla useampiakin keskeytyneitä opintoja takanaan.</p> <p>12. Oppimiskyky: henkilöt, joilla on kehityksellisiä oppimisen vaikeuksia, oppivat asioita omalla tavallaan ja voivat hyödyntää erilaisia keinoja helpottaakseen oppimistaan. Jos henkilöllä on laaja-alaisia oppimisvaikeuksia, tulee ne ottaa huomioon jatkosuunnitelmissa.</p> <p>13. Kielitaito: henkilöt, joilla on oppimisen vaikeuksia, saattavat kokea eri kielten opiskelun haasteellisena (Korkeamäki, 2010, 18).</p>

### 3.3 KUNTOUTTAVAN TYÖTOIMINNAN PALVELUPOLKU

Kuntouttava työtoiminta on sekä sosiaalihuoltolain (1301/2014, 14 §) että työttömyysturvalain (1290/2002, 5 §) mukainen palvelu, joka edustaa siten sekä sosiaalipalvelua että työllistymistä edistävää palvelua. Kuntouttavalla työtoiminnalla tarkoitetaan kunnan järjestämää toimintaa, jonka tarkoitus on parantaa henkilön elämänhallintaa sekä luoda edellytyksiä työllistymiselle (laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001, 2 §). Kuntouttavalla työtoiminnalla pyritään edistämään yksilön arjenhallinnan taitoja sekä työ- ja toimintakykyä (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja 2017). Kuntouttavaa työtoimintaa järjestetään osallistujille 3–24 kuukauden mittaisissa jaksoissa kerrallaan. Jakson aikana henkilön tulee osallistua kuntouttavaan työtoimintaan vähintään yhden ja enintään neljän päivän aikana viikossa. Yhden päivän aikana kuntouttavan työtoiminnan tulee kestää vähintään neljä tuntia kerrallaan. (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001, 13 §.) Kuntouttavaa työtoimintaa järjestetään kunnissa eri toimintamalleilla: ostopalveluina, kunnan omilla pajoilla, kunnan yksiköissä integroituna toimintana, järjestöissä (mm. avustukset) ja isompien kumppanuussopimusten kautta (Työllisyyden kuntavaikutukset kunnittain 2017. 2018). Kuntouttava työtoiminta perustuu tehdylle aktivointisuunnitelmalle (laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001, 5 §) tai monialaiselle työllistymissuunnitelmalle (laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001, 9 §; laki työllistymistä edistävästä monialaisesta yhteispalvelusta 1369/2014, 4 §).

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (2000/812, 8 §) velvoittaa myös kuntouttavan työtoiminnan järjestäjiä ottamaan ensisijaisesti huomioon asiakkaiden toivomukset ja mielipiteet. Tämän lain mukaan asiakkaille on annettava mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa palvelujensa suunnitteluun ja toteuttamiseen. Kuntoutuksen uudistamiskomitea määritteli kuntoutuksen seuraavalla tavalla:

*”Kuntoutus on kuntoutujan tarpeista ja tavoitteista lähtevä, suunnitelmallinen prosessi, jossa kuntoutuja ylläpitää ja edistää toiminta- ja työkykyään ammattilaisten tuella. Kuntoutukseen kuuluu kuntoutujan toimintaympäristöjen kehittäminen. Kuntoutus tukee kuntoutujan ja hänen lähipiirinsä voimavaroja, itsenäistä elämää, työllistyvyyttä ja sosiaalista osallisuutta. Kuntoutus on osa hyvinvointipalvelujärjestelmää ja edellyttää useiden toimijoiden oikea-aikaisia ja saumattomia palveluja ja etuuksia.” (Kuntoutuksen uudistamiskomitean ehdotukset kuntoutusjärjestelmän uudistamiseksi 2017, 35.)*

Asiakkaan palvelupolun eheys ja eri palveluiden saumattomuus eivät tapahdu automaattisesti, vaan vaativat taustalle ammattimaista ja koordinoitua palveluohjausta. Vaikuttava palveluohjaus muodostuu itse ohjaustilanteessa ja sen ulkopuolella vaikuttavien tekijöiden välityksellä. Esimerkiksi asiakkaan yhteistyökyky ja osallistuminen sekä palveluohjaajan ammattitaito, työkokemus ja toimintatavat vaikuttavat ohjaustilanteen onnistumiseen. Toisaalta vaikuttava palveluohjaus edellyttää myös toimivia järjestelmätason linjauksia ja resursseja, ammattieettisiä vaatimuksia sekä eri toimijoiden välistä yhteistyötä ja tiedonkulkua. (Ristolainen, Tiilikainen & Rissanen 2019, 268.)

## Hyvä palveluohjaus (Luukko 2019)

Ajatuksia hyvästä palveluohjauksesta, erityisesti oppimisen vaikeuksien huomioimisen näkökulmasta, muutaman kuntouttavan työtoiminnan asiakkaan (n=2) mukaan:



- systemaattisen ja konkreettisen avun ja keinojen tarjoaminen esim. lomakkeiden ja hakemusten täyttämässä sekä arjen eri haasteellisissa tilanteissa
- selkeiden ohjeistusten antaminen ja ohjeiden avaaminen ymmärrettäviksi
- avun ja tuen tarjoaminen oppimisen vaikeuksien kanssa pärjäämiseksi ja uusien keinojen oppiminen
- soveltuvien palveluiden tarjoaminen osaaminen ja toimintakyky huomioiden
- vahvuuksien löytämisen tukeminen ja niiden hyödyntämisen mahdollistaminen jatkopolulla
- henkilökohtaisen palvelun saaminen.

*" Ohjeiden antaminen selkeämmin, joutuu vähän avaamaan enemmän, ettei se ole niin vaan, että lappu eteen ja tervemenoa. " (H2)*

Haastateltavat näkivät hyvän palveluohjauksen tuovan heille toivoa ja uskoa siihen, että he menevät eteenpäin elämässään sekä mahdollistavan tulevaisuuden suunnittelun. Haastateltavat mainitsivat, että tieto siitä, että aina saa apua, tuli mitä ongelmia tahansa, lisää luottamusta palvelupolun eri tahoihin sekä myös itse järjestelmään.

*" On paljon toiveikkaampi ja iloisempi, että lähtee asiat menemään, niin kyllä sen huomaa omissa olossaan. " (H1)*





Seuraavassa on kymmenen keskeistä suositusta kuntouttavan työtoiminnan palvelupolkujen kehittämiseksi paremmin tunnistamaan ne asiakkaat, joilla on oppimisen vaikeuksia ja ottamaan tavoitteellisesti huomioon tämän kohderyhmän tarpeet sekä ohjaamaan heitä asiakaslähtöisesti palvelupolulla.

- 1** Eri ammattilaisten osaamista oppimisen vaikeuksista ja niiden vaikutuksista arkeen, työn tekemiseen ja oppimiseen tulee lisätä sekä ylläpitää säännöllisesti, jotta he osaavat tunnistaa ja ohjata oikea-aikaisesti ja ratkaisukeskeisesti oppimisen vaikeuksia omaavia asiakkaita eteenpäin palvelupolulla.
- 2** Ammatillaiset voivat käyttää KOMO-kyselyä asiakastyössään auttamaan asiakkaiden tutkimuksiin sekä tukitoimiin (ml. Komppaaryhmätoimintaan) ohjaamista. KOMO-kyselyssä on 23 oppimisen vaikeuksiin ja 15 mielenterveyteen liittyvää väitettä. (Peltonen ym. 2019; KOMO-kysely n.d.; Gustavsson-Lilius, Ketola, Mentula, Parkkila, Peltonen, Poutiainen, Stenberg & Turunen 2017.)
- 3** Työttömille, joilla on tunnistettuja tai/ja koettuja oppimisen vaikeuksia ja joilla on tarvetta löytää erilaisia kompensatiokeinoja arjessa, työssä tai/ja opiskeluissa haasteellisiksi kokemiinsa tehtäviin, on hyvä olla tarjolla myös ratkaisukeskeisiä, lyhytkestoisia ja ryhmämuotoisia palveluja, kuten Komppaaryhmätoiminta.
- 4** Jos TE-toimiston, aikuissosiaalityön tai työllisyyspalveluiden asiakastiedoissa tai monialaisen yhteispalvelun TYPPI-asiakastietojärjestelmässä on maininta henkilön oppimisen vaikeuksista, on tämän tiedon hyvä siirtyä (huom. asiakkaan suostumuksesta) myös kuntouttavan työtoiminnan järjestäjille (esim. lähetteen, saatteen tai kuntouttavan työtoiminnan sopimuksen yhteydessä) niissä tapauksissa, joissa se auttaa jakson tavoitteiden ja sisällön räätälöidympää suunnittelua sekä toteutusta.
- 5** Aktivointisuunnitelmaan ja monialaiseen työllistymissuunnitelmaan on hyvä kirjata kuntouttavasta työtoiminnasta myös sen tavoite sekä henkilölle annettavaa tuki ja ohjaus jakson aikana (Hallituksen esitys Eduskunnalle laiksi kuntouttavasta työtoiminnasta 2018, 10). Kuntouttavan työtoiminnan jakson tavoitteena voi olla mm. eri apukeinojen löytäminen ja kokeileminen sekä tukikeinojen tiedostaminen eri työtehtävissä (vrt. Komppaaryhmän tavoitteet). Kuntouttavan työtoiminnan jakson yhtenä henkilölle annettavana tukena ja ohjauksena voidaan myös mainita Komppaaryhmätoiminta sekä Komppaakortti.

- 6** Asiakkaan ja työtoimintapaikan välisen sopimuksen kohtaan työtoiminnan sisältö voidaan mainita Komppaa-ryhmään osallistuminen ja Komppaa-kortin tekeminen (ml. omat vahvuudet, apukeinot ja tuki muilta) ja tavoitteiksi voidaan kirjata mm. eri apukeinojen löytäminen, kokeileminen ja koostaminen sekä tukikeinojen tiedostaminen eri työtehtävissä.
- 7** Työ- ja toimintakyvyn havainnointilomaketta (ks. kappale 3.2 ja liite 3) voi hyödyntää kuntouttavan työtoiminnan väli- ja loppuyhteenvetokeskusteluissa erityisesti niiden asiakkaiden kanssa, joilla on havaittavissa erilaisia työ- ja toimintakyvyn haasteita (ml. oppimisen vaikeuksia). Asiakkaan ja kuntouttavan työtoiminnan työvalmentajan, vastaavan ohjaajan tai työpaikkaohjaajan täyttämät lomakkeet tulee käydä läpi keskustellen, mieluiten koordinoivan tahon (esim. työllisyyspalveluiden palveluohjaajan, sosiaalityön sosiaaliohjaajan) johtaessa keskustelua ja tehden siitä kirjaukset asiakastietojärjestelmään. Lomakkeesta saatua tietoa voidaan hyödyntää asiakkaiden ohjauksen, tavoitteiden asettamisen ja jatkopolkujen suunnittelun tukena.
- 8** Asiakkaalla tulee aina tarvittaessa olla vastuutyöntekijä, joka koordinoi hänen palveluverkostaan ja suunnittelee hänen kanssaan yhteistyössä jatkopolkua, ettei asiakas tipu eri siirtymävaiheissa palveluohjauksen ulkopuolelle (Kuntoutuksen uudistamiskomitean ehdotukset kuntoutusjärjestelmän uudistamiseksi 2017, 43–44).
- 9** Komppaa-ryhmän aikana koostettu henkilökohtainen Komppaa-kortti on hyvä tallentaa asiakkaan kanssa sovittuihin asiakastietoihin, mistä se löytyy tarvittaessa. Häntä on hyvä tarvittaessa kannustaa ottamaan puheeksi tai/ja näyttämään Komppaa-kortissa olevia asioita esimerkiksi ohjaajan, opettajan tai esimiehen kanssa tukien keskustelua koskien mm. työn tai/ja opintojen mukautuksia tai/ja ohjauksen tarvetta.
- 10** Osatyökykyisten työvoiman kysyntää ja sen kehittämistä koskevan tutkimuksen mukaan yritykset toivoivat saavansa nykyistä yksilöllisempää tietoa osatyökykyisen työnhakijan ominaisuuksista ja rajoitteista rekrytoinnin yhteydessä (Ala-Kauhaluoma, Kesä, Lehtinen, Pitkänen & Ylikojola 2017, 80). Komppaa-kortin sisältämiä tietoja voidaan hyödyntää palvelemaan myös yritysten rekrytointiprosessien kehittämistä tukemalla työnhakijoita sanoittamaan omat kompensatiokeinonsa, mikä edistää samalla myös työn mahdollista mukauttamista ja räätälöintiä.

## 4 KOMPPAA-RYHMÄTOIMINNAN TOTEUTUS JA ARVIOINTI

*”Mahtava ryhmähenki ja ympäristö ilman turhia pakotteita. Mukavaa ryhmässäoloa ja paljon uusia vinkkejä.”*

(Komppaa-ryhmäläinen)



Komppaa-ryhmätoiminnan sisällön suunnittelussa on huomioitu erityisesti se, että toiminta tukee ryhmäläistä tulemaan tietoisiksi omasta toiminnastaan ja tavastaan oppia, uskomaan omaan pystyvyyteensä toimia eri tilanteissa, ratkaisemaan oman toimintansa haasteita ja ottamaan aktiivisesti sekä tavoitteellisesti käyttöön kompensatiokeinoja toimijuutensa edistämiseksi. Tässä luvussa avataan Komppaa-ryhmätoimintamallin toteutusta (ml. ryhmäprosessin toteutus, ryhmäkertojen sisällöt) ja arviointikäytänteitä (ks. kuvio 10). Ryhmäprosessiin liittyvät Komppaa-peli, työ- ja toimintatilanteen havainnointi, Komppaa-kortti ja Komppari-päiväkirja esitellään tarkemmin omissa kappaleissaan.



Kuvio 10. Komppaa-ryhmätoiminnan toteutus ja arviointi

## ARVIOINTI

Alkuhaastattelu on hyvä toteuttaa kunkin ryhmäläisen kanssa ennen ryhmätoiminnan alkua. Siinä keskustellaan ryhmäläisten omista tavoitteista ja odotuksista ryhmätoiminnalle, mikä auttaa siihen orientoitumista ennen yhteistä aloitusta. Samalla ohjaaja saa tietoa ryhmäläisten yksilöllisistä tavoitteista ja tarpeista, jotta hän voi ottaa ne huomioon ryhmätoiminnan suunnittelussa. Ohjaaja voi hyödyntää taulukon neljä väittämiä alkuhaastatteluissa tukemaan ryhmäläisten viritäytymistä ryhmäprosessiin. Väittämien on tarkoitus toimia ryhmäläisten tavoitteiden asettamisen apuna heidän pohtiessaan ryhmätoiminnan merkitystä ja odotettuja hyötyjä itselleen.

**TAULUKKO 4. Komppaa-ryhmäläisen tavoiteltua prosessia kuvaavat väittämät ja yhteys teoreettisiin käsitteisiin**

Väittämä	Kartoituksen kohde
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Tiedän, millä tavalla opin uudet asiat parhaiten.</li><li>2. Tiedän keinoja helpottaa työtehtävien sujumista.</li><li>3. Tiedän keinoja helpottaa arjen toimintoja.</li><li>4. Tiedän keinoja helpottaa oppimista.</li><li>5. Tunnistan omat vahvuuteni.</li><li>6. Tunnistan tilanteet, joihin tarvitsen apukeinoja.</li><li>7. Tunnistan tilanteet, joihin tarvitsen muiden tukea.</li></ol>	<b>Itsetietoisuus:</b>  Toiminnan haasteiden ja kompensatio-mahdollisuuksien tiedostaminen ja tunnistaminen
<ol style="list-style-type: none"><li>8. Uskon, että voin itse helpottaa työni sujumista.</li><li>9. Uskon, että voin itse helpottaa arkitoimiani</li><li>10. Uskon, että voin itse helpottaa oppimistani.</li></ol>	<b>Minäpystyvyys:</b>  Luottamus omaan mahdollisuuteen vaikuttaa toimintatapoihin
<ol style="list-style-type: none"><li>11. Pystyn helpottamaan työni sujumista vahvuuksieni, omien apukeinojeni ja/ tai muilta pyytämäni tuen avulla.</li><li>12. Pystyn helpottamaan arkitoimieni sujumista vahvuuksieni, omien apukeinojeni ja/ tai muilta pyytämäni tuen avulla.</li><li>13. Pystyn helpottamaan oppimistani vahvuuksieni, omien apukeinojeni ja/ tai muilta pyytämäni tuen avulla.</li></ol>	<b>Olemassa olevat kyvyt ja resurssit:</b>  Voimavarat ja taidot vaikuttaa omaan toimintaan ja arjen haasteiden ratkaisemiseen

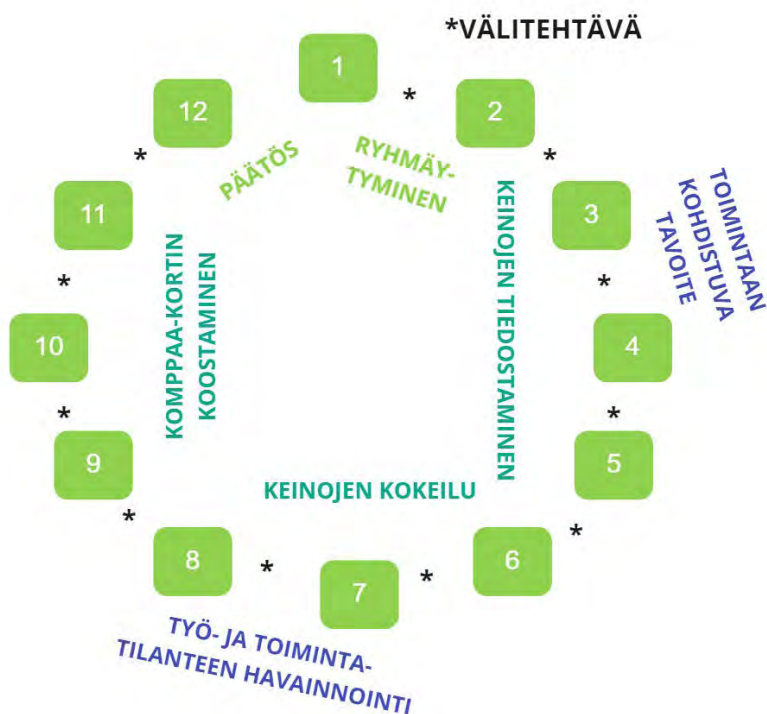
#### TAULUKKO 4. jatkuu

Väittäjä	Kartoituksen kohde
14. Pyydän tarvitsemani apua ja tukea. 15. Hyödynnän tarpeen mukaan vahvuuksiani, omia apukeinojani sekä muiden tukea onnistuakseni työssäni. 16. Hyödynnän tarpeen mukaan vahvuuksiani, omia apukeinojani sekä muiden tukea onnistuakseni arjen tehtävissä. 17. Käytän vahvuuksiani, omia apukeinojani sekä muiden tukea tarvittaessa oppimistilanteissa. 18. Käytän minua auttavia digitaalisia apuvälineitä.	<b>Käytössä olevat kyvyt ja resurssit:</b>  Aktiivisessa käytössä olevat kompensatiokeinot ja toiminnalliset vahvuudet

Osana Komppaa-ryhmäläisten alku- ja loppuhaastatteluita voidaan käyttää myös Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen kehittämiä osallisuuden kokemuksen väittämiä kartoittamaan mm. päivittäisten tekemisten merkityksellisyyttä ja henkilökohtaisia vaikuttamisen mahdollisuuksia (Osallisuuden kokemuksen mittaaminen n.d.; Isola ym. 2017, 53–55). Ohjaaja voi pyytää ryhmäläisiä täyttämään oppimistaan koskevan alkukyselyn (ks. liite 2) tukemaan ryhmään orientoitumista ja suunnittelua. Alkukyselyä voi myös hyödyntää Komppaa-ryhmän kokoamisen apuna. Ohjaajien on hyvä toteuttaa sellaiset alku- ja loppuhaastattelut mahdollisine kyselyineen, mitkä palvelevat parhaiten ryhmäläisten orientoitumista ryhmätoimintaan, ohjaajien suunnittelutyötä sekä organisaation arviointikäytänteitä.

#### TOTEUTUS

Komppaa-ryhmäprosessi koostuu 12 ryhmätapaamisesta kolmen kuukauden jaksolla (ks. kuvio 11) alkaen kompensatiokeinojen tiedostamisesta ja jatkuen niiden kokeilemiseen sekä koostamiseen Komppaa-korttiin. Suositeltava ryhmäkerran pituus on 3–4 tuntia. Ryhmässä voi olla yksi tai kaksi ohjaajaa. Ryhmäprosessin kannalta on hyvä, jos ryhmäläiset voivat olla yhteydessä ohjaajaan myös ryhmäkertojen välillä saaden tukea heille heränneisiin kysymyksiin esim. välitehtävien tekemiseen liittyen.



Kuvio 11. Komppaa-ryhmäprosessi ja sen tavoitteet

Ryhmäläiset tekevät Komppaa-ryhmän teemoihin liittyviä välitehtäviä omaan Komppari-päiväkirjaansa (ks. kappale 4.4. ja harjoitus 11). Välitehtävien tarkoituksena on ryhmissä käsiteltujen teemojen tarkastelu ryhmäläisten oman arjen konteksteissa tukien opitun siirtymistä arkiympäristöihin. Välitehtävät toimivat myös orientoitumisena seuraavan ryhmäkerran teemaan. Välitehtävien tekemiseen kuuluu noin puolesta tunnista kahteen tuntiin riippuen tehtävästä ja ryhmäläisten paneutumisesta siihen. Ohjaajan on hyvä tarjota mahdollisuus tehdä välitehtäviä tuetusti esim. heti ryhmäkerran jälkeen. Ryhmäläisiä on tärkeä kannustaa vaihtoehtoisten tapojen hyödyntämiseen tehtävien tekemisessä kuten valokuvaus, äänittäminen, videointi, piirtäminen sekä kirjoittaminen. Ryhmäläiset voivat jakaa välitehtävänsä ohjaajalle. Tämä mahdollistaa motivoivan ja voimaannuttavan palautteen antamisen tavoitetyöskentelystä ryhmäläisille ennen seuraavaa tapaamista.

## RYHMÄKERTOJEN SISÄLLÖT



Kuvio 12. Esimerkki yhden Komppaa-ryhmän luomista toimintaperiaatteista

Ensimmäisellä ja toisella ryhmäkerralla, ryhmän ollessa vasta muodostumisvaiheessa, on hyvä aloittaa teemoista ja toiminnoista, jotka luovat turvallista ilmapiiriä sekä edistävät osallistujien ryhmäytymistä. Esimerkiksi yhteisten toimintaperiaatteiden muodostaminen (ks. kuvio 12) ja onnistumisten sekä vahvuuksien pohtiminen soveltuvat hyvin ensimmäisten ryhmäkertojen toiminnoiksi. Kompensaatiokokoelmaa (ks. harjoitus 35) aletaan koota yhteiselle alustalle viimeistään toisesta kokoontumiskerrasta alkaen. Näiden ryhmäkertojen teemojen välitehtävät käsittelevät mm. toimintaperiaatteiden muodostamista, omia onnistumisia ja digitaalisen Komppari-päiväkirjan käyttöön tutustumista (ks. harjoitus 11).

Kolmannella tai neljännellä ryhmäkerralla ryhmäläiset muodostavat omia toimintaan kohdentuvia tavoitteitaan, jotka ovat saavutettavissa Komppaa-ryhmän aikana ja tuella. Ryhmäläiset miettivät myös osatavoitteita ja laativat toimintasuunnitelman henkilökohtaisessa tavoitetyöskentelyssä etenemiseksi (harjoitus 18 ja 20). Tavoitteiden tulee koskea ryhmäläisten sen hetkisiä elämäntilanteita, ja niiden tulee liittyä konkreettisiin toimintoihin, joita ryhmäläisten on mahdollista toteuttaa omissa toimintaympäristöissään (ks. kappale 2.1 SMART-periaatteet). Näillä ryhmäkerroilla välitehtävinä pohditaan esimerkiksi sitä, mitä omaan arkeen tai työhön kuuluvia asioita itse kukin haluaisi tehdä paremmin, ja kuinka on mahdollista edistää oman halutun muutoksen saavuttamista. Näillä ryhmäkerroilla on keskeistä tunnistaa, etsiä, jakaa, ideoida ja kirjata erilaisia kompensatiokeinoja (ks. kuvio 13).



Kuvio 13. Kompensaatiokokoelman esimerkki

Viidennellä, kuudennella ja seitsemännellä ryhmäkerralla palataan kunkin ryhmäläisen toimintaan kohdistuviin tavoitteisiin ja siihen, kuinka niissä on edetty, miten valitut kompensatiokeinot ovat toimineet ja miten jatketaan eteenpäin. Näillä ryhmäkerroilla painottuu ryhmäläisille sopivien keinojen kokeilu ryhmätapaamisilla ja oman elämän konteksteissa. Erilaisten kompensatiokeinojen tiedostamista, valitsemista ja kokeilemistä jatketaan ryhmässä tarkastelemalla kunkin omaa tapaa oppia ja ottaa vastaan informaatiota, perehtymällä ryhmäläisille tärkeisiin oppimisen teemoihin sekä eri digitaalisiin ja muihin apuvälineisiin (ks. harjoitus 25). Välitehtävinä voidaan pohtia esimerkiksi sitä, millaista oppimista omassa arjessa ja työssä tapahtuu sekä kokeilla erilaisia kompensatiokeinoja ja apuvälineitä omien toimintaan kohdistuvien tavoitteiden saavuttamiseksi.

Noin kahdeksannella ryhmäkerralla tai siihen liittyen toteutetaan työ- ja toimintatilanteen havainnointi yhteisesti ryhmäläisten, toimipaikan työvalmentajien tai muiden ohjaajien sekä Komppaa-ohjaajan kanssa (ks. kappale 4.1). Työ- ja toimintatilanteen havainnoinnin tarkoituksena on havainnoida eri arjen, työn tai oppimisen tilanteita käytännön tekemisen yhteydessä ja tunnistaa näissä tilanteissa ryhmäläisten vahvuudet, käytetyt kompensatiokeinot, toimivat tuen muodot sekä ideaalin toimintaympäristön elementit. Ryhmäläisille sopivien ja ryhmätoiminnan avulla siihen mennessä löydettyjen keinojen kokeileminen todellisissa tilanteissa on myös keskeistä. Työ- ja toimintatilanteen havainnoinnin voi toteuttaa ryhmäläisille parhaiten soveltuvalla tavalla (ks. harjoitus 29). Yhdeksännellä ryhmäkerralla voidaan vielä keskit-



tyä syventämään keinovalikoimaa esimerkiksi johonkin tiettyyn oppimisen teemaan liittyen. Näihin ryhmäkertoihin liittyvissä välitehtävissä keskeistä on pohtia, mitkä kompensatiokeinot edistävät omaa oppimista ja toimimista arjessa ja työssä ja millä tavalla.

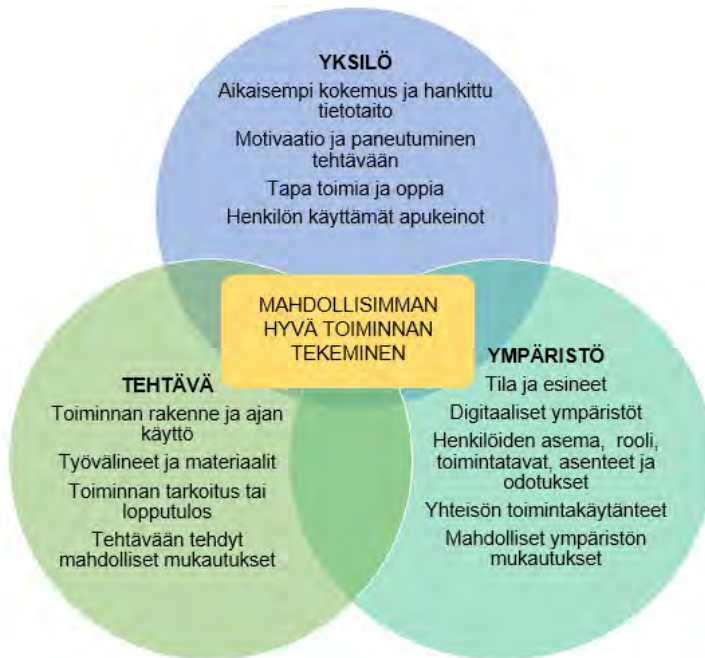
Neljällä viimeisellä ryhmäkerralla (9–12) paneudutaan henkilökohtaisten Komppaa-korttien koostamiseen (ks. kappale 4.3) ja suuntaudutaan ryhmän jälkeisiin suunnitelmiin. Ryhmäläiset koostavat itselle parhaiten soveltuvat kompensatiokeinot eli omat vahvuutensa, apukeinonsa sekä tarvitsemansa tuen muilta vai Komppaa-kortteihinsa hyödynnettäväksi jatkopoluillaan, esim. opiskelussa, työssä tai muussa työllistymistä edistävässä toiminnassa tai kuntoutuksessa. Ryhmäläisiä kannustetaan tekemään Komppaa-korttien koostamista myös välitehtävinä itsenäisesti. Jokaisen ryhmäläisen kanssa on hyvä käydä vielä keskustellen läpi ne asiat, joita henkilökohtaiseen Komppaa-korttiin kirjataan. Ohjaajat koostavat valmiit Komppaa-kortit jaettavaksi ryhmäläisille viimeisessä kokoontumisessa. Tärkeää on myös pohtia ja harjoitella yhdessä ohjaajan ja ryhmäläisten kanssa, miten Komppaa-kortteja voidaan jatkossa hyödyntää.

Viimeisillä ryhmäkerroilla ohjaajan on hyvä käydä läpi erilaisia tarjolla olevia palveluita ryhmäläisten jatkosuunnitelmien tueksi. Ryhmään voidaan kutsua vierailijoita, esimerkiksi kokemusasiantuntijoita, tai vieraila ryhmän kanssa jossain ryhmäläisiä kiinnostavassa toimipaikassa. Viimeisillä ryhmäkerroilla jaetaan myös ryhmäläisten kesken ajatuksia siitä, mitä Komppaa-ryhmä on merkinnyt itse kullekin ja miltä tulevaisuus näyttää Komppaa-ryhmän jälkeen. Näillä kerroilla on tärkeää varata riittävästi aikaa ryhmän päättymiseen liittyvälle prosessoinnille ja siihen liittyville tunteille.

Ryhmäläisten loppuhaastatteluissa on hyvä palata jokaisen ryhmäläisen kanssa heidän alussa asettamiin tavoitteisiin sekä arvioida niiden toteutumista yhdessä esim. taulukon neljä väittämien avulla. Ohjaajan on hyvä huomioida, että ryhmäläisten itsetietoisuuden lisääntyessä heidän tekemät arviot väittämistä saattavat myös hyvin laskea. Loppuhaastatteluissa ohjaajan on hyvä käydä ryhmäläisen kanssa läpi ryhmän aikana koostettuja henkilökohtaisia Komppaa-kortteja sekä miettiä yhdessä, missä yhteydessä ja miten itse kukin ryhmäläinen voi hyödyntää niitä. Loppuhaastatteluissa ohjaajan tulee mainita mahdollisesta jälkiseurannasta, jos sellainen on aikeissa toteuttaa muutamia kuukausia (noin 3–6 kk) ryhmätoiminnan päättymisestä joko kasvotusten tai puhelimitse. Jälkiseurannan avulla saadaan arvokasta tietoa ryhmätoiminnan ja Komppaa-kortin vaikutuksista ryhmäläisille. Seurannan avulla saatua tietoa voidaan myös hyödyntää tulevien Komppaa-ryhmien suunnittelun tukena.

## 4.1 TYÖ- JA TOIMINTATILANTEEN HAVAINNOINTI

Oppimaan ohjaaminen, kiinnostuksen herättäminen ja mahdollisten oppimisen esteiden tunnistaminen sekä purkaminen kuuluvat valmentajan työhön (Hämäläinen & Palo 2014, 36). Työvalmentajat mukauttavat usein automaattisesti työtehtäviä, ohjaamisen tapojaan ja ympäristöjä varmistaakseen valmentautujien työtehtävissä onnistumisen. Työ- ja toimintatilanteen havainnoinnin tavoitteena on tuoda ryhmäläisten, työvalmentajien ja Komppaa-ryhmän ohjaajien yhteiseen tietoisuuteen työvalmentajien käyttämiä tukikeinoja kunkin ryhmäläisen kohdalla. Samassa yhteydessä myös ryhmäläisiä tuetaan kertomaan itse tunnistamistaan kompensatiokeinoista työvalmentajille.



Kuvio 14. Työ- ja toimintatilanteen havainnoinnin eri osatekijät (mukaillen Fisher & Marterella 2019; Law & McColl 2010, 6)

Havainnoinnissa ollaan kiinnostuneita siitä, miten mahdollistetaan yksilön eli ryhmäläisen työhön kuuluvan tehtävän tai muun tarkoituksenmukaisen toiminnon, kuten jonkin arkitoiminnon, tekeminen tietyssä ympäristössä kuten työpajalla niin hyvin kuin mahdollista (ks. kuvio 14). Työ- ja toimintatilanteen havainnointi on hyvä toteuttaa mahdollisimman luonnollisessa tilanteessa. Havainnoitava toiminta tulee valita yhteistyössä valmentautujan kanssa palvelun hänen tavoitetyöskentelyään. Työtehtävän tai toiminnan haastavuuden tulee olla sellainen, että ryhmäläisellä on hyvät mahdollisuudet suoriutua siitä, mutta samalla omien kompensatiokeinojen avulla työ- ja toimintatilanteessa toimiminen todennäköisesti paranee, esim. virheiden määrä vähenee, nopeus tai tarkkuus lisääntyvät tai itsenäinen työote vahvistuu. Kompensatio voi koskea työympäristön, työvälineiden, työtavan tai työtehtävän mukauttamista, annetun tuen ja avun määrää tai laatua tai apuvälineiden käyttämistä (ks. kappale 2.2, taulukko 1 ja liite 1).

Toiminnallinen tilanne muuttuu jatkuvasti yksilön, ympäristön ja toiminnan osatekijöiden vaikuttaessa toisiinsa (Fisher & Marterella 2019, 16–17). Esimerkiksi työtehtävään, tilaan ja välineisiin tutustuminen ja niihin tuntuman saaminen tai läsnä olevien henkilöiden vuorovaikutus voivat muuttua tilanteen aikana vaikuttaen samalla myös yksilön työskentelyyn. Yksilön oma vireystila tai motivaatio voivat myös muuttua tilanteen kuluessa.

Työvalmentaja voi havaita ainoastaan ne asiat, jotka hän näkee ryhmäläisen tekevän (ks. liite 7). Havainnoinnit tulee keskustella ryhmäläisen kanssa läpi yhteisen ymmärryksen saamiseksi ja hänen itsetiedostuksen vahvistamiseksi eri kompensatiokeinoista. Valmennusprosessin yksi keskeinen vuorovaikutukseen perustuva elementti on se, että valmentautuja tulee tietoisemmaksi omasta kehitysprosessistaan (Pekkala 2005, 26). Näin hän saa paremmat mahdollisuudet käyttää keinoja eri tilanteissa toiminnan mukauttamiseksi ja toiminnassa onnistumiseksi (vrt. kappale 2.1). Työ- ja toimintatilanteessa esille nousevat ryhmäläisen vahvuudet, omat apukeinot ja muiden tarjoamat tukikeinot kirjataan henkilökohtaiseen Komppaa-korttiin.

Työ- ja toimintatilanteen havainnointi voidaan toteuttaa myös yhteistoiminnallisesti Komppaa-ryhmäläisten, työvalmentajien ja Komppaa-ryhmän ohjaajan kesken (ks. harjoitus 29). Ryhmäläiset voivat vertaisina havaita ja keskustella eri kompensatiokeinoista, saada oivalluksia toistensa toimintatavoista sekä tukea että kannustaa toisiaan. Yhteisesti toteutetussa havainnointitilanteessa on tärkeä varmistaa, että havainnointi palvelee tarkoituksenmukaisesti jokaista ryhmäläistä.

### Työ- ja toimintatilanteen havainnoinnin tavoitteena on, että:

- ryhmäläisten tietoisuus omista vahvuuksistaan, toimivista apukeinoistaan sekä muilta saatavan tuen merkityksestä työtehtävän tai toiminnan suorittamisessa vahvistuvat
- ryhmäläisten tietoisuus työvalmentajien käyttämistä keinoista ja niiden merkityksestä omien työtehtävien tekemiselle vahvistuu
- ryhmäläisten rohkeus kertoa omaa työskentelyä tukevista kompensatiokeinoista lisääntyy
- työvalmentajien taito tukea ja tarjota kunkin ryhmäläisen sanoittamia kompensatiokeinoja hänen työtehtävän tai toiminnan suorittamisessa lisääntyy
- Komppaa-ohjaaja ja työvalmentajat lisäävät ymmärrystään kunkin ryhmäläisen osaamisesta ja tuen tarpeista.



## 4.2 KOMPPAA-PELI YHTEISTEN OIVALLUSTEN INNOITTAJANA

Komppaa-peli tarjoaa välineen yhteiseen keskusteluun oppimisen vaikeuksien aiheuttamista haasteista ja niihin liittyvistä mahdollisista ratkaisuista. Pelin pelaaminen auttaa ymmärtämään paremmin, miten oppimisen vaikeudet voivat näkyä aikuisen arjessa, työssä ja oppimisessa. Komppaa-pelin keskeinen viesti on, että erilaiset toiminnalliset haasteet ovat ratkaistavissa. Komppaa-pelin avulla ryhmäläiset pääsevät miettimään kompensatiokeinoja toiminnan helpottamiseksi arjessa, työssä ja oppimisessa eri toimintaympäristöissä ja tehtävissä, keskustelemaan niistä pelaamisen lomassa sekä saamaan vinkkejä oman Komppaa-korttinsa koostamiseen. Komppaa-pelitarvikkeisiin kuuluvat: peliohjeet, seitsemän pelihahmoa, konstikortti-pohja (vrt. Komppaa-kortti), 40 apukeinokorttia sekä pelilauta (ks. kuvio 15). Komppaa-pelikokonaisuuteen kuuluu kolme erilaista peliä: muistipeli, kaverille keinoja -peli ja Komppaa-lautapeli. (Häyrinen & Pelttari 2019.)

Muistipeliä pelataan apukeinokorteilla perinteisen muistipelin tapaan keskustellen apukeinojen käyttömahdollisuuksista pelaamisen yhteydessä. Apukeinot ovat koottuna kortteihin Komppaa-ryhmäläisten ideoiden ja kirjallisuuden pohjalta (ks. liite 1, teemoitellut kompensatiokeinot). Kaverille

keinoja -pelissä hyödynnetään apukeinokorttien lisäksi pelihahmoja, joilla on erilaisia ominaisuuksia: vahvuuksia, mielenkiinnonkohteita ja oppimisen vaikeuksia. Ryhmäläiset voivat samaistua näihin hahmoihin ja havaita itsellään samoja ominaisuuksia. Toisaalta he voivat pohtia ja huomata, miten hah-



Kuvio 15. Komppaa-pelin pelilauta (kuvitus: Ina Majaniemi)

moille sopivat ratkaisut voivat toimia myös heidän omassa päivittäisessä arjessaan. Komppaa-lautapelissä käytetään korttien ja hahmojen lisäksi pelilautaa, noppaa ja pelimerkkejä. Lautapeli mahdollistaa paitsi apukeinojen löytämisen pelihahmolle, mutta myös keskustelun käymisen oppimisen vaikeuksien ilmenemisestä arjen eri ympäristöissä sekä ratkaisujen pohtimisen että löytämisen niihin. Pelilaudalla on myös pysäkki, jossa pohditaan, kuinka vahvuudet voivat auttaa pelihahmoja sekä pysäkki, jossa pohditaan, miten toisilta ihmisiltä saatava tuki voi olla avuksi hahmoille. (Mts. 1–34.)

Komppaa-peli auttaa Komppaa-ryhmän muodostumisvaiheessa keskustelemaan sekä suuntaamaan toimintaa ja ajatuksia ryhmän tarkoituksen kannalta keskeisiin näkökulmiin ilman, että ryhmäläisten tarvitsee avautua omista henkilökohtaisista asioistaan heti ryhmän alussa. Kun ryhmän ilmapiiri muodostuu luottamukselliseksi, peliversioita voidaan pelata myös omana itsenään, jolloin se tukee keskustelua ryhmäläisten omista oppimisen vaikeuksistaan ja ratkaisuisistaan eri tilanteissa sekä ympäristöissä. Komppaa-peliversioita voi soveltaa tarkoituksenmukaisesti eri tavoin eri tilanteissa. (Mts. 42.)

### Tulosta Komppaa-peli täältä:

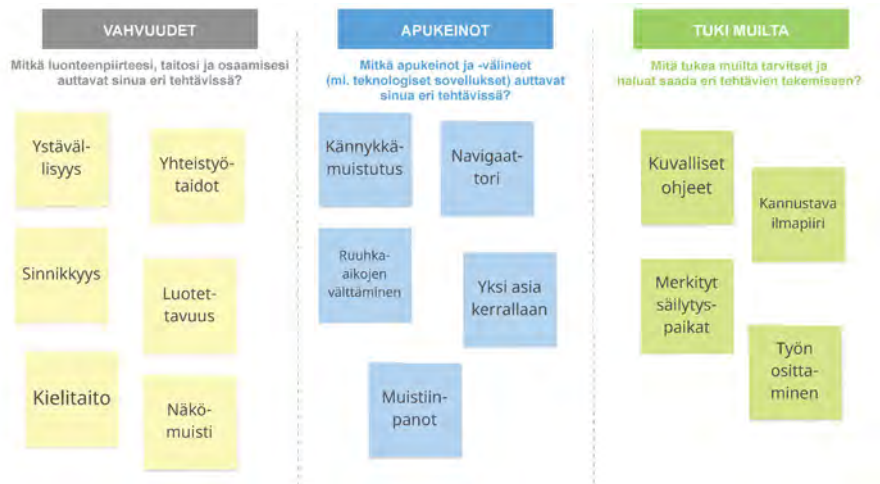
<https://blogit.jamk.fi/komppaa/komppaa-peli/>

Katso myös pelin esittely- ja pelaamisvideot!



### 4.3 KOMPPAA-KORTTI KOMPENSAATIOKEINOJEN SANOITTAMISEN TUKENA

Komppaa-kortti toimii henkilön tukena erilaisissa tilanteissa, joissa tietoinen vahvuuksien hyödyntäminen ja esille tuominen, omien apukeinojen käyttäminen sekä tarvittavan tuen pyytäminen muilta voivat auttaa onnistumaan eri tehtävissä, joita hän haluaa tehdä tai joita häneltä odotetaan. Komppaa-kortin koostamisen tarkoituksena on tukea ryhmäläisten itsetiedostuksen lisääntymistä omista kompensatiokeinoistaan (ml. vahvuudet, apukeinot, tuen tarve muilta) ryhmäprosessin aikana (ks. kuvio 16). Lisääntyneen itsetiedostuksen avulla ryhmäläisten toivotaan rohkaistuvan kertomaan muille omista kompensatiokeinoistaan ja hyödyntämään niitä tietoisesti eri tilanteissa ja toiminnoissa. Henkilö, jolla on Komppaa-kortti, voi oman harkintansa mukaan myös käyttää sitä opinnoissa, työelämässä, kuntoutuksessa tai muissa palveluissa ja paikoissa, joissa katsoo sen edistävän omaa asiaansa, esimerkiksi koskien työn tai opintojen mukautuksia.



Kuvio 16. Esimerkki Komppaa-kortin sisällöstä: vahvuudet, apukeinot ja tuki muilta

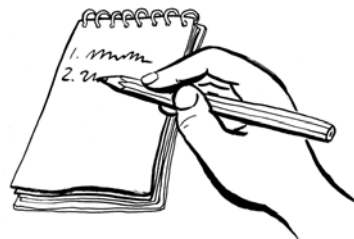
Kompensaatiokeinojen nimeäminen ja kerääminen yhteiselle alustalle aloitetaan heti Komppaa-ryhmäprosessin alussa. Yhteiset kompensatiokeinojen koosteet toimivat ryhmäläisten tukena myös henkilökohtaisten Komppaa-korttien koostamisessa. Jokainen ryhmäläinen kerää omaan Komppaa-korttipohjaansa kompensatiokeinoja koko ryhmäprosessin ajan. Komppaa-korttipohja

luodaan omaan Komppari-päiväkirjaan, josta tunnistetut ja mahdollisesti myös kokeillut kompensatiotekniikat valitaan ryhmäläisten toimesta Komppaa-korttiin laitettavaksi. Ohjaajat koostavat ryhmäläisten valitsemat kompensatiotekniikat itse kunkin omaan tulostettavaan Komppaa-korttipohjaan (ks. harjoitus 32). Valmis Komppaa-kortti on hyvä tallentaa myös digitaaliseen muotoon ja antaa ryhmäläiselle myös tiedostona, jota hän voi jälkikäteen tarpeen mukaan päivittää. Yksilön henkilökohtainen kompensatiotekniikoiden lista ei ole useinkaan pysyvä, vaan se päivittyy eri syistä esim. uuden oppimisen, ympäristön tai tehtävän vaihdoksen johdosta.

Komppaa-kortin käyttämistä eri konkreettisissa tilanteissa on hyvä harjoitella yhdessä jo ryhmäprosessin aikana, jotta ryhmäläiset voivat jakaa toisilleen kokemuksiaan ja saada tukea toisiltaan Komppaa-kortin hyödyntämiseen liittyen. Ryhmän jälkeen ohjaajan on hyvä rohkaista ja tarjota tarpeen mukaan tukea Komppaa-kortin haltijalle sen hyödyntämiseksi eri tilanteissa ja erityisesti siirtymävaiheissa esim. opintoihin tai työelämään.

#### 4.4. KOMPPARI-PÄIVÄKIRJA ITSEREFLEKTOINNIN VAHVISTAJANA

Komppaa-ryhmätoimintamallissa ryhmäläisten henkilökohtaisen päiväkirjan pitämällä ryhmäprosessin ajan on keskeinen merkitys. Komppari-päiväkirjan avulla tuetaan ryhmäläisiä itsereflektomaan oman ajattelun, käyttäytymisen ja tunteiden välisiä suhteita ja tulemaan niistä tietoisemmiksi. Usein ryhmäläisten elämässä voi olla muita heidän huomio-



taan vaativia asioita, jolloin Komppaa-ryhmätoiminta tavoitteineen voin hukua muiden asioiden joukkoon. Komppari-päiväkirja voi auttaa säilyttämään ryhmäprosessin tavoitteellisenä ja selkeänä suhteessa muuhun elämään, mikä lisää siitä saatavaa hyötyä.

Komppari-päiväkirja auttaa ryhmäläisiä tarkastelemaan, millä tavalla Komppaa-ryhmätoiminnassa käsitellyt teemat ilmenevät oman elämän konteksteissa sekä pohtimaan ryhmäkertojen tulevia teemoja niihin orientoivien tehtävien avulla. Omaan Komppari-päiväkirjaan tehdyt merkinnät ovat ryhmäläisten tukena, kun näitä jaetaan keskustellen ryhmässä. Kun ryhmässä käsitellyt asiat on laitettu päiväkirjaan muistiin, niiden tarkastelu välitehtävää tehdessä on helpompaa kuin pelkästään muistin varaisesti.



Kun ryhmäläiset tekevät säännöllisesti merkintöjä Komppari-päiväkirjaansa, mahdollistaa se oman tavoitteissa edistymisen havaitsemisen ja seuraamisen konkreettisesti sekä myös matkan varrella ohjaajalta saatuun kannustavaan ja rakentavaan palautteeseen palaamisen. Mahdollisuus palata päiväkirjaan tehtyihin merkintöihin myös ryhmätoiminnan ulkopuolella on edellytys sille, että ryhmässä oivalletut ideat ja käsitellyt aiheet saadaan liitettyä kiinteämmin ryhmäläisten oman elämän konteksteihin. Lisäksi Komppaa-päiväkirjaan on hyvä tehdä oma sivunsa Komppaa-kortille (vahvuudet, omat apukeinot ja tuki muilta), jota voi päivittää koko ryhmäprosessin ajan ja josta on hyötyä ryhmäprosessin lopussa Komppaa-korttia kootessa.

Digitaalinen päiväkirjasovellus valitaan niin, että se mahdollistaa päiväkirjamerkintöjen tekemisen eri tavalla, esim. äänittämällä, videoiden ja kuvien avulla tai tekstinä (ks. harjoitus 11). Näin esimerkiksi vaikeudet lukemisessa tai kirjoittamisessa eivät tule esteeksi päiväkirjamerkintöjen tekemiselle. Myös haasteet käsien käytössä on hyvä huomioida ja tarpeen mukaan tarjota kosketusnäyttökynää helpottamaan kommentojen antamista. Päiväkirjan digitaalinen muoto ei ole välttämätön ja myös paperinen versio päiväkirjasta toimii yhtä hyvin. On hyvä kuitenkin muistaa, että digitaalisuuden hyödyntäminen voi osaltaan tukea ryhmäläisten työelämätaitojen kehittymistä digitaalojen osalta. Digitaalista ja paperista päiväkirjaa voidaan yhdistää tekemällä piirros tai kirjoitettu merkintä paperille ja ottaa siitä kuva omaan digitaaliseen Komppari-päiväkirjaan.

### Löydät materiaalipankista

- Komppaa-kortin pohjan ja ohjeet
- Komppari-päiväkirjan ohjeet

<https://blogit.jamk.fi/komppaa/materiaalipankki/>





## Digitaalisen Komppari-päiväkirjan käytössä huomioitavaa

- Ohjaajan tulee varmistaa valitun sovelluksen tietosuoja-asiat, jotta luottamuksellisuus ryhmässä on turvattu ja että asiat, joita ryhmäläiset lisäävät päiväkirjaansa, jäävät vain heidän haluamiensa henkilöiden tietoon. Tämän vuoksi on tärkeää varmistaa ja myös ryhmäläisten kanssa keskustella käytettäväksi valitun sovelluksen tietosuoja-asioista.
- Jos älylaitteen käyttäminen on ryhmäläisille uutta, on hyvä lähteä liikkeelle yksinkertaisesta laitteeseen ja sen käyttöön tutustumisesta vaihe vaiheelta.
- Leikillisyyden hyödyntäminen, esim. kuvankäsittelyä kokeilemalla, voi helpottaa laitteen käyttöönottoa, jos siihen liittyy jännitystä tai epämukavuuden tunteita.
- Päiväkirjasovelluksen lataaminen älypuhelimien on suositeltavaa, sillä silloin se kulkee usein mukana ja siihen on helppo lisätä tarpeen tullen erilaisia merkintöjä.



## 5 KOKEMUKSIA KOMPPAA- RYHMÄTOIMINTAMALLIN TOTEUTUKSESTA

*”Olen saanut Komppaa-ryhmästä voimavaroja olla rohkea, uskaltaa unelmoida ja tehdä unelmien eteen töitä. Ja opin, että vaikka minulla on haasteita, ei ole kuitenkaan mahdottomuus päästä eteenpäin elämässä. Lisäksi sain paljon vertaistukea ja huomasin olevani tärkeä ryhmässä. Komppaa-ryhmä siis auttaa löytämään omat vahvuudet ja kokeilla uusia keinoja työelämään, arkeen ja opiskeluun.”*

(Komppaa-ryhmäläinen)



Komppaa-ryhmätoimintamallin kehittämistyön eri vaiheissa on aktiivisesti kerätty palautetta Komppaa-ohjaajilta, ryhmäläisiltä ja keskeisiltä muilta sidosryhmiltä. Ryhmäläisten osalta on kerätty digitaaliset alku- ja loppuarvioinnit, suullista tai kirjallista palautetta jokaisen ryhmäkerran lopussa sekä järjestetty mahdollisuuksien mukaan ryhmäläisten kanssa jälkiseuranta (kasvotusten tai puhelimitse) noin kolmen kuukauden jälkeen ryhmän päättymisestä. Ryhmäläisten osalta tarkempaa palautetietoa on hyödynnetty vain hankkeen sisäisessä raportoinnissa ja ryhmätoimintamallin kehittämistyötä tukemaan. Ryhmäläisten loppuarvioinneissa kysyttiin, miten he markkinoisivat Komppaa-ryhmää muille ihmisille. Näitä markkinointilauseita on käytetty läpi oppaan kuvaamaan yksittäisten ryhmäläisten saamia kokemuksia ja hyötyjä ryhmätoiminnasta. Komppaa-ohjaajat ja asiantuntijat ovat jakaneet kokemuksiaan ryhmäprosessin suunnittelusta ja toteutuksesta yhteisissä kehittämissarjoissa ja ohjaajatyöparin tai kaikkien ohjaajien keskeisillä tapaamisilla projektiasiantuntijan Kaija Peuna-Korpiojan mentoroimana. Jokaisen ryhmäkerran jälkeen ohjaajapari on reflektoinut yhdessä kyseistä ryhmäkertaa ohjaajien digitaalisiin sabluunoihin. Ohjaajilta on kysytty myös kirjallinen välipalautte hankkeen puolivälissä. Merja Angle (2019) on toteuttanut yksilöhaastattelut ohjaajille kartoittaen mm. Komppaa-ryhmämallin soveltuvuutta kuntouttavan työtoiminnan kenttään osana opinnäytetyötään Sosiaali-, ja terveysalan johtamisen ja kehittämisen koulutusohjelmaan (ylempi AMK, JAMK). Komppaa-hankkeen

ohjausryhmän edustajat ovat aktiivisesti jakaneet näkemyksiään ja antaneet suuntaviivat toimintamallin kehittämiseksi. Lisäksi useat kohtaamiset eri seminaareissa, konferensseissa, asiantuntijapäivillä tai yhteistyötapaamisilla ovat poikineet ideoita toimintamallin kehittämiseksi ja jalkauttamiseksi eri toimintaympäristöihin.



### **Ryhmäläiset kertovat Komppaa-ryhmätöinnasta**

*"Opin kaikkea uutta: sosiaalisia taitoja ja erilaisia keinoja arjessa selviytymiseen."*

*"Jos arjen tekemisissä haasteita, niin suosittelen..."*

*"Oli kiva kuulla, mitä muut käyttävät apukeinoina keskittymis- ja tarkkaavaisuushäiriön kanssa pärjäämiseen."*

*"Ryhmässä on paljon tietoa, mitä ei itse hoksaa. Opit uutta."*

*"Jos on pieniäkin mietteitä arjen puuhiin ja jaksamiseen tai haluaa kuulla vertaisilta ideoita, tämä ryhmä on loistava."*

*"Opi tunnistamaan apukeinot ja tunnistettavat apuvälineet."*

*"Itse sain poimittua uusia eväitä ryhmästä, joita voin hyödyntää myöhemmin elämässäni."*

## 5.1 OHJAAJIEN JA ASIAANTUNTIJOIDEN KOKEMUKSET

Komppaa-ohjaajilta (n=6) kerättiin digitaalinen hankkeen välipalautte, minkä perusteella hankeyhteistyössä erityisen hyväksi koettiin mentorointitapaamiset ja yhteiset kehittämispajat. Mentorointitapaamisissa Komppaa-ryhmän ohjaajapari keskusteli projektiasiantuntijan kanssa niistä teemoista, jotka juuri sillä hetkellä olivat ohjaajille merkityksellisiä. Tällaisina teemoina nousivat esille mm. oman ohjausotteen ja toiminnan reflektointi, parityöskentelyn merkitys, erilaisten oppimisen vaikeuksien ilmeneminen asiakkaiden elämässä ja ryhmätoiminnan suunnittelu. Kehittämispajoissa olivat mukana kaikki ohjaajat yhdessä. Pajoissa suunniteltiin, arvioitiin ja kehitettiin Komppaa-ryhmätoimintamallia yhteistoiminnallisilla menetelmin. Niissä tehtiin näkyväksi ja jaettiin ohjaajien ohjaustyötä ja -otetta sekä työmenetelmiä. Kehittämispajat ja ohjaajien työpanos niissä edistivät merkittävästi Komppaa-ryhmätoimintamallin kehittymistä.

Välipalautteen ja avoimen suullisenkin palautteen mukaan toimijat ovat kokeneet saaneensa vastuuta kehittää Komppaa-ryhmätoimintamallista omannäköistään. Komppaa-ryhmätoimintamallin vahvuutena nähtiin se, että se tarjoaa työvalmennukseen (tai sosiaaliseen kuntoutukseen) uuden lähestymistavan eli oppimisen vaikeuksien kompensoinnin näkökulman. Välipalautteen ja kehittämispajojen keskusteluiden mukaan avoin ja tiivis yhteistyö toimijoiden työyhteisöjen sisällä edistää parhaiten Komppaa-ryhmätoimintamallin käytänteisiin juurtumista. Komppaa-ryhmätoimintamallin juurtuminen omaan työyhteisöön koettiin ohjaajien mielestä täysin mahdollisena, sillä toimintatavan arvioidaan istuvan jo olemassa oleviin käytänteisiin luontevasti.

Komppaa-ryhmien ohjaajien ja asiantuntijoiden yhteisen arviointikeskustelun perusteella tärkeimmiksi Komppaa-ryhmien tavoitteiksi nähtiin ryhmäläisten itsetiedostuksen lisääntyminen, vertaisuuden ja osallisuuden kokemusten mahdollistaminen sekä minäpystyvyyden vahvistuminen liittyen oppimisen vaikeuksien tuomien haasteiden ratkaisemiseen omassa arjessaan.

Ohjaajien arvion mukaan Komppaa-ryhmätoimintaan osallistuessaan ryhmäläiset saivat uusia ideoita ja konkreettisia keinoja päivittäiseen arkeensa, työhönsä ja opiskeluunsa omia tarpeitaan vastaavasti. Ohjaajat näkivät ryhmäläisten omien vahvuuksien tunnistamisen ja vertaistuen saamisen olevan ryhmätoiminnassa keskeistä. Ohjaajat nostivat esille myös, että vertaisryhmässä ryhmäläisten itsetuntemus ja sosiaaliset taidot vahvistuivat. Uudenlaisten toimintatapojen oppimisen sekä itsetuntemuksen ja itseluottamuksen vahvistumisen myötä usein ryhmäläisten jatkosuunnitelmat myös selkeytyivät

Komppaa-ryhmäprosessin aikana. Komppaa-kortti auttoi ryhmän päättymisen jälkeen ryhmäläisiä omien keinojen tietoisessa käyttämisessä, mutta myös tuen tarpeiden ja itselle sopivien toimintatapojen kertomisessa muille, esimerkiksi opettajalle, psykologille tai ohjaajalle.

Komppaa-ryhmien ohjaajat toivat esille monia ryhmän ohjaamiseen liittyviä onnistumisien elementtejä, joista keskeiseksi nousivat käytetty ohjausote, ryhmäprosessin kuljettaminen eli käytetty ryhmäpedagogiikka sekä ryhmäprosessissa hyödynnetty ryhmätoiminta sisältäen eri harjoitukset ja toiminnot (ks. kuvio 18).



Kuvio 18. Komppaa-ryhmätoiminnan onnistumisen elementit ohjaajien mukaan

Ohjaajat näkivät ohjausotteessa keskeisenä sekä ryhmäläisten että ohjaajien osallistumisen ja osallisuuden vahvistumisen. Ryhmäläisten kokemusten samankaltaisuudet sekä ohjaajien avoimuus ja pyrkimys tasavertaisuuteen mahdollistivat vertaisuuden kokemukset ja vertaistuen toteutumisen. Komppaa-ryhmissä sovellettiin toiminnallista ratkaisukeskeistä valmennusta tukemalla ryhmäläisiä tavoitteellisuuteen omien haasteidensa ratkaisemisessa sekä heille soveltuvien keinojen tiedostamisessa että kokeilemisessä. Komppaa-ohjaajat toimivat ryhmäläisten kokemusten ja ideoiden sanoittajina sekä tukivat ryhmän yhteistä kokemusten peilaamista. Ohjaajat antoivat ryhmäläisistä kumpuavalle keskustelulle tilaa silloin, kun sitä syntyi luontevasti. Ohjaajat kokivat dialogisen työskentelytavan (ml. arvostava ja sanaton ohjausote) soveltuvan hyvin Komppaa-ryhmän ohjausotteeksi.

Ryhmäpedagogiikkana hyödynnettiin myös ryhmäläisiä kuuntelevaa ja osallistavaa lähestymistapaa eli yhdessä oppimista. Ohjaajat kokivat tärkeänä, että jokaisen ryhmäkerran jälkeen refleктоitiin yhdessä toteutunutta ryhmäkertaa ja suunniteltiin seuraavaa ryhmäkertaa ryhmäläisten esille nostamat tarpeet ja toiveet huomioiden. Ryhmäkertojen suunnitelmat laadittiin aina pääpiirteittäin ennen ryhmätapaamisia. Ryhmien alussa ohjaajat näyttivät ja jakoivat ryhmäläisille Komppaa-ryhmän alustavan sisällön teemoineen ja tavoitteineen, mihin liittyen eri toimintoja voitaisiin yhdessä suunnitella. Jokaisen Komppaa-ryhmän ohjaajan mielestä yhteistyö ohjaajaparin kanssa toimi hyvin ja työparityöskentely koettiin antoisana ja innostavana. Ohjaajien mielestä ryhmäytyminen on keskeistä ryhmäprosessin alussa. Ryhmissä onnistuttiin luomaan hyvä, luottamuksellinen ja avoin ilmapiiri. Ohjaajat arvioivat ryhmäläisten sitoutumisen Komppaa-ryhmiin olleen hyvää, sillä ryhmäläisillä ei ollut turhia poissaoloja ilman erityisiä tai ennalta sovittuja syitä.

Ryhmätoiminnaksi valitut harjoitukset ja toiminnot sekä myös spontaanit ryhmäkeskustelut linkitettiin aina tukemaan Komppaa-ryhmän tavoitteita. Komppaa-ryhmämallin idea eli kompensatiokeinojen löytäminen ja kokeileminen toimivat hyvin eri ryhmissä; ohjaajien mukaan ryhmäläiset saivat ideasta nopeasti kiinni toteutetun ryhmätoiminnan kautta. Ohjaajat näkivät, että erityisesti kokemusasiantuntijavideoiden ja -vierailujen avulla ryhmäläiset oivalsivat oppimisen vaikeuksien ja arjen välisiä yhteyksiä sekä samastuivat vahvemmin muiden kokemuksiin ja jakoivat avoimemmin omia kokemuksiaan. Ohjaajien arvion mukaan ryhmäläiset arvostivat sitä, kun he saivat jakaa omia kompensatiokeinojaan muille sekä kuulla muiden kompensatiokeinoja. Tunnistettuja kompensatiokeinoja koostettiin aktiivisesti kaikissa ryhmissä ryhmätilojen seinille erilaisin luovoin tavoin. Komppaa-ohjaajat kokivat toimivana tapana saada välitehtävät heille nähtäväksi ja kommentoitavaksi, minkä katsottiin samalla motivoivan ryhmäläisiä niiden tekemiseen.

## Ohjaajien arviointia Komppaa-ryhmätoimintamallista ja yhteiskehittämisestä

(hyödynnetty haastatteluaineistoa Angle 2019)



Kaikilla haastateltavista Komppaa-ryhmien ohjaajista (n=5) oli ohjausalan tutkinto mm. yhteisöpedagogi, kuntoutuksen ohjaaja, luokanopettaja ja työvalmentaja. Käytettyjä työnimikkeitä oli yksilövalmentaja, työhön valmentaja, työvalmentaja tai opinto-ohjaaja. Haastateltavien työnkuvat olivat moninaisia pitäen sisällään hyvinkin erilaisia työtehtäviä mm. kouluttamista, tuotantopuolesta vastaamista ja työtehtävien ohjaamista. Kaikkien ohjaajien työhön kuului sekä yksilö- että ryhmävalmennuksen toteuttaminen.

Ohjaajat näkivät ryhmätoiminnan olevan hyödyllistä ryhmäläisille, mikä näkyi myös ryhmäläisten sitoutumisessa ryhmätoimintaan ja sen eri toimintoihin sekä korkeina osallistumisasteina eri ryhmäkerroille.

*"...Niin se tuossa kertoo, ettei meillä ole poissaoloja yhtään." (H1)*

*"...tosi moni ihan oikeasti hyötyi siitä ryhmästä ja se sopi varsinkin meille tänne toimintaan..." (H2)*

Ohjaajien mukaan he ovat itsekin saaneet uutta tietoa eri apukeinoista ja -välineistä (erityisesti digitaalisista) sekä eri ratkaisukeskeisistä ja osallistavista menetelmistä ohjaustyönsä tueksi kehittämistyön aikana. Ohjaajien vastauksissa heidän valmiudet tunnistaa ja havainnoida oppimisen vaikeuksia toiminnassa sekä ottaa ne puheeksi olivat vahvistuneet.

*"...nyt osaa enemmän havainnoida niitä oppisvaikeuksia... ja osaa ottaa ne puheeksi paremmin." (H2)*

*"... luottaa siihen, mitä havainnoi, ei tarvii välttämättä hakee sitä vahvistusta ihan joka asiaan." (H5)*

*"Saanut itsekin ahaa- elämyksiä...niin kun on näitä apuvälineitä, niin näitten taitojen kautta on itsekin oppinut." (H1)*

Vastaavia räätälöityjä yhteen kattoteemaan keskittyviä ryhmätoimintoja järjestetään toimijoiden toimesta jo nykyisellään, mihin Komppaa-ryhmä on tuonut oppimisen ja kompensatioiden näkökulman. Ohjaajat korostivat ryhmäläisten oikeanlaisen vireystilan, valmiuden ja elämänvaiheen merkitystä sille, että oppimiseen liittyvien asioiden käsittely on oikea-aikaista heille.

*”...elämässä on jäätävästi muita haasteita (perhe- tai rahaongelmia), niin se oppimisen haaste on siellä portaikon aika alhaalla.” (H1)*

Komppaa-ryhmätoimintamallin katsottiin soveltuvan hyvin kuntouttavan työtoiminnan kenttään jo sellaisenaankin. Malli mahdollistaa myös sen joustavan soveltamisen kuntouttavassa työtoiminnassa tai muussa työhön valmistuksessa esim. osana isompia toimintaryhmiä tai valittujen teemojen (harjoitusten) kautta yksilö- tai ryhmäohjauksen parissa.

*”Kyllä mä oon niitäkin noissa mun isommissa ryhmissä käyttänyt...jotakin tiettyjä juttuja, mitä voi isossa ryhmässä tehdä.” (H4)*

Ohjaajat näkivät yhteiskehittämisen antoisana, mikä edisti monipuolista ajatusten vaihtoa ja myös mallin juurtumismahdollisuuksia laajemminkin eri kuntouttavan työtoiminnan kentän toimijoiden keskuudessa.

*”...kehitystyö nimenomaan kannattaisi olla tällaista, että ei pelkälleen tahkota siellä omassa työyhteisössä...” (H3)*



## 5.2 KEHITTÄMISIDEOITA JA MALLIN SOVELTUVUUS

Komppaa-ryhmien avulla halutaan mahdollistaa ryhmäläisille merkityksellisten ja tarkoituksenmukaisten toimintojen tekeminen heidän päivittäisessä arjessaan. Heitä tuetaan mukauttamaan haasteellisiksi kokemiaan toimintoja tavoitteellisesti eri kompensatiokeinojen avulla. Komppaa-ryhmätoimintamallin idea nähdään hanketoimijoiden mukaan olevan linjassa vallitsevan työpaja-pedagogiikan kanssa tuoden siihen mukaan uuden kompensatiokeinojen näkökulman.

*”...löytää itselleen merkityksellisen ja omannäköisen elämän ja sitä kautta kokee myös itsensä osalliseksi johonkin yhteisöön.” (Ohjausryhmän jäsen)*

Hanketoimijat kertoivat, kuinka usean kuntouttavan työtoiminnan asiakkaan kohdalla ”työpaja” näyttäytyy turvallisena paikkana toimia ja sinne haluttaisiin jäädä pidemmäksikin aikaa tarjolla olevista työmahdollisuuksista huolimatta. Kuntouttavan työtoiminnan kuntaselvityksen (2016) mukaan kuntouttavan työtoiminnan jakson jälkeen siirryttiinkin eniten uudelle kuntouttavan työtoiminnan jaksolle tai sitten palkkatyöhön, palkkatuettuun työhön tai työkokeiluun (Kuntakyselyn osaraportti 2017). Hanketoimijoiden mukaan tämä ”työpajalta”



työelämään siirtymisvaiheen tuki sekä työntekijälle että työnantajalle on erittäin tärkeää, mitä osaltaan myös Kompkaa-kortti on edistämässä. Kompkaa-kortin jatkokäyttöä olisi hyvä seurata, jotta saadaan enemmän tietoa siitä, miten ja missä tilanteissa niitä on käytetty sekä minkälaisen vastaanoton ne ovat saaneet työnantajien ja ammattilaisten keskuudessa.

Jatkossa on hyvä kehittää vielä systemaattisempaa tukea sekä työntekijöille että työnantajille ottaa huomioon erilaiset tuen tarpeet ja mukauttamismahdollisuudet työn suunnittelussa ja rekrytoinnissa. Monimuotoisuuden johtaminen käsittää ihmisten eri eroavaisuuksien yhdenvertaista huomioimista ja mukaan ottamista työpaikoilla, mitä kehittämällä voidaan edistää työn sujumista (Monimuotoisuuden johtaminen sosiaali- ja terveydenhuollon työssä. n.d.; Ferdman 2013, 4; Monimuotoisuus, yhdenvertaisuus ja tasa-arvo työelämässä 2016). Monimuotoisuuden omaksuminen organisaatioissa voi erityisesti vaikuttaa organisaatioiden tulevaisuuden ennakoitukykyyn vahvistumiseen sekä selviytymistaitojen että sopeutumiskyvyn lisääntymiseen (Duchek, Raetze & Scheuch 2019, 27).

Kompkaa-ryhmätoimintamallia on kehitetty ja testattu yhdeksän eri toimintaryhmän kanssa kuntouttavassa työtoiminnassa. Työmarkkinoiden ulkopuolella olevien kohderyhmän tulkittiin edustavan myös sosiaalihuoltolain (1301/2014, 14 §) piirissä olevia asiakkaita sekä Kansaneläkelaitoksen (KELA) kuntoutuksen (Kansaneläkelaki 11.5.2007/56, 14 §) piirissä olevia asiakkaita. Kompkaa-ryhmätoiminta voi hanketoimijoiden mukaan ennaltaehkäistä KELAn kuntoutuksen tai sosiaalitoimen kautta ohjautuvien sosiaalisen kuntoutuksen tarpeessa olevien asiakkaiden syrjäytymistä työelämästä ja edistää näiden työelämäosallisuutta (kuntoutuksellinen näkökulma). Toisaalta taas eri yhteistyötapaamisilla nousi esille tarvetta vastaavalle ryhmämallille jo varhaisemmassa vaiheessa, kun kuntoutus ei ole vielä ajankohtaista (ennaltaehkäisevä näkökulma).

Kompkaa-ryhmän ohjaajien ja asiantuntijoiden haastatteluiden perusteella ryhmämalli soveltuisi hyvin myös perusopetuksen, toisen asteen ja korkeasteen koulutukseen sekä valmentavaan koulutukseen että nuorten työpajoille ohjausmalliksi. Kompkaa-ryhmätoimintamallia voi hyvin soveltaa erilaiseen kuntoutus- ja valmennustyöhön sekä työhön valmennukseen erityisesti niiden nuorten ja aikuisten parissa, joilla on mahdollisista oppimisen vaikeuksista johtuvia toiminnallisia haasteita ja tarvetta sekä halua löytää niihin kompensatiokeinoja. Muistettava on, että Kompkaa-ryhmien asiakkailla ei tarvitse olla oppimisvaikeusdiagnoosia. Kompkaa-ryhmätoimintamallia on mahdollista soveltaa myös henkilöille, joilla on laaja-alaisia oppimisen haasteita ja kyky reflektoida omaa toimintaansa.

*”...mistä asiakkaat tietävät, että eivät tiedä, eli miten ihminen voi kertoa asiastaan, jota ei tiedä olevan olemassa tai tunnista itse.”* (Ohjausryhmän jäsen)

Hankkeen aikana järjestetyissä ryhmissä on toiminut kaksi ohjaajaa, mutta ryhmämalli soveltuu myös yksin ohjattavaksi, kun ryhmäkoko on noin kuusi ryhmäläistä. Komppaa-ryhmänohjaajina voivat toimia sosiaali-, terveys-, kuntoutus- tai opetusalan ammattilaiset. Eri asiakas- ja voimavaralähtöisiä ohjausotteita voi soveltaa Komppaa-ryhmäohjauksessa. Komppaa-ryhmätoimintamallista voi myös ottaa ideoita ja jotain osia sovellettavaksi omaan yksilö- ja ryhmäohjaukseen.

*”...kun sanot jotain muille, kuulet sen myös itse ja sisäistät paremmin.”* (Ohjausryhmän jäsen)

Tässä oppaassa kuvattu toiminnallisen kompensaation lähestymistapa kuten myös kompensaatiokeinojen ja ratkaisuvaihtoehtojen etsiminen ja kokeileminen (vrt. valikointi, optimointi ja kompensointi, SOC-malli) soveltuu myös muille kohderyhmille kuin vain oppimisen vaikeuksia omaaville, kuten esimerkiksi ikäihmisille (ks. esim. Baltes 1997), perhe- ja työelämän yhdistämisen haasteita omaaville (ks. esim. Baltes & Clark 2009) tai yleisestikin työntekijöiden työssä selviytymistä ja jaksamista parantamaan (ks. esim. Mullera & Weigl 2015).

Hanketoimijoiden kanssa keskusteluissa on tullut esillä se, että Komppaa-ryhmätoiminnasta hyötyisivät melkein kaikki kuntouttavan työtoimintapaikkojen valmennuksessa olevat asiakkaat. Kehittämistyön kohderyhmänä on pidättyäytytty kuitenkin henkilöissä, joilla on toiminnallisia haasteita koetuista tai/ja todetuista oppimisen vaikeuksista johtuen ja tarvetta sekä halua löytää niihin kompensaatiokeinoja; heidän kanssaan on Komppaa-ryhmätoimintamalla kehitetty vastaamaan erityisesti heidän tarpeisiinsa. Onnistuneen ohjauksen ja valmennuksen perustana nähdäänkin olevan asiakkaiden yksilöllisiä tarpeita vastaavat palvelukokonaisuudet – oikeat toimet kunkin asiakkaan tarpeisiin.

## 6 KOMPPAA-RYHMÄTOIMINNAN TEEMAT JA TOIMINTA

*”Ryhmä, jossa tutustut itseesi ja kykyihisi suvaitsevassa ja miellyttävässä ympäristössä.”*

(Komppaa-ryhmäläinen)



Komppaa-ryhmätoimintamalli sisältää 12 eri teemakokonaisuutta – yksi teema yhtä ryhmäkertaa kohden – tukien Komppaa-ryhmätoiminnan pää-tavoitteita (ks. kuvio 19). Teemat 1–4 sisältävät ryhmäytymiseen, Komppaa-ryhmätoiminnan tarkoituksen kirkastamiseen ja omien kompensatiokeinojen tiedostamiseen liittyviä harjoituksia ja keskustelun aiheita. Teemat 5–9 keskittyvät erityisesti omaa toimintaa ja onnistumisia edistävien keinojen kokeilemiseen mm. työ- tai toimintatilanteen havainnoinnin avulla. Teemat 10–12 painottuvat henkilökohtaisten kompensatiokeinojen koostamiseen Komppaa-kortteihin, ryhmäprosessin päättämiseen liittyviin asioihin sekä ryhmän jälkeisen ajan ja tulevaisuuden suunnittelemiseen. Ohjaajat voivat harkintansa mukaan hyödyntää tässä oppaassa olevia harjoituksia eri teemojen kohdalla ja eri ryhmäkertojen vaiheissa sekä käyttää myös oppaan ulkopuolisia harjoituksia teemojen tavoitteita tukemaan. Tässä luvussa kuvataan Komppaa-ryhmätoiminnan teemat, tavoitteet ja sisällöt harjoituksineen sekä välitehtävineen.

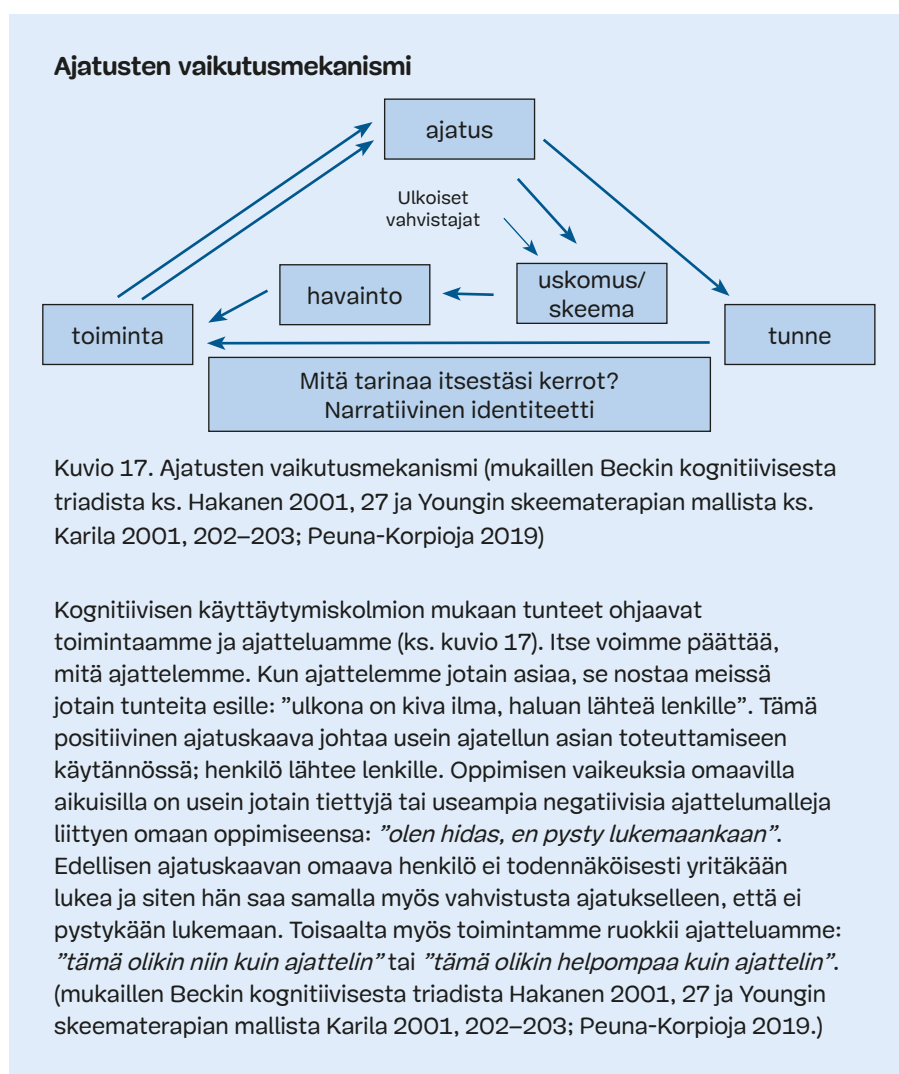


Kuvio 19. Komppaa-ryhmätoimintojen teemojen jako päätavoitteiden alle

Jokaisen teeman kohdalla on avattu ehdotettua ryhmäkerran kulkua (ml. aloitus, sisältö ja päätös), minkä osalta tarkemmat harjoitukset löytyvät (6.2) Komppaa-ryhmän harjoitukset -kappaleen alta jaoteltuna seuraavasti: (6.2.1) aloitus- ja ryhmäytymisharjoitukset, (6.2.2) sisältöharjoitukset ja (6.2.3.) päätös-harjoitukset. Muutamia aloitusharjoituksia on myös ehdotettu sovellettavaksi ryhmäkertojen päätösharjoituksina. Jokaisen teeman yhteydessä ehdotetaan teemaan liittyviä välitehtäviä, joita ryhmäläiset työstävät omaan Komppari-päiväkirjaansa (ks. luku 4.4. ja harjoitus 11). Seuraavan teeman yhteydestä löytyy edellisen teeman välitehtävän purkukysymyksiä. Kehittämistyössä mukana olleiden ohjaajien kommentteja koskien eri teemoja ja harjoituksia voi lukea kohdista: ”ohjaamisessa huomioitavaa” ja ”vinkit”. Harjoitusten esittelyn

yhteydessä on avattu harjoituksen nimen jälkeen suluissa arvioitua harjoituksen toteutusaikaa noin kuuden hengen ryhmälle. Harjoitusten yhteyteen on laitettu reflektointikysymyksiä (ml. tunteet, toiminta ja ajatukset) tukemaan ryhmäläisten itsereflektointia niiden teemoihin liittyen.




Kun ohjaaja saa ryhmäläiset refleктоimaan ja avaamaan omaa sisäistä puhettaan, sitä mitä ajatteli, kun toimi tietyllä tavalla tai mitä ajatteli, kun tunsu tietyllä lailla, avaa se uusia mahdollisuuksia ryhmäläisille käsitellä omia tunteitaan, ajatuksiaan ja toimintaansa sekä mahdollisesti muuttaa niitä omien toiveidensa ja tavoitteidensa mukaiseen suuntaan.



Kun ajattelemme samaa asiaa tarpeeksi usein, muodostuu meille tästä asiasta pysyvämpi uskomus (eli skeema): *”olen hidas, ja muutkin pitävät minua hitaana eli minun ei edes kannata yrittää”*. Kun tämä uskomuksemme on vahva, haemme myös muilta ihmisiltä vahvistusta sille. Kun vahvan negatiivisen uskomuksen omaava henkilö onnistuukin yllättämään itsensä positiivisesti tämän asian suhteen, selittää hän usein onnistumisen johtuvan sattumalta: *”nyt vain tällä kerralla sattumalta kävikin näin”*. Mielenkiintoista on myös nostaa keskusteluun ja herätellä henkilön itsetiedostusta siitä, minkälaista tarinaa henkilö kertoo itsestään esimerkiksi oppijana (vrt. narratiivinen identiteetti). (Mts.)

Komppaa-ryhmäkertojen ohjauksen suunnittelussa on mukailtu Colen (2018, 4–11) ryhmäprosessin kaavaa sisältäen seuraavat eri vaiheet: esittely, toiminta, jakaminen, prosessointi, yleistäminen, soveltaminen ja yhteenveto. Komppaa-ryhmäprosessin ohjauksessa aloitusvaihe tarkoittaa esittelyä ja sisältövaihe toimintaa. Päätösvaiheeseen on integroituna ryhmäkerran ohjauksen seuraavat vaiheet: jakaminen, prosessointi, yleistäminen, soveltaminen ja yhteenveto. Taulukossa viisi avataan vielä jokaisen Komppaa-ryhmäkerran eri vaiheiden tavoitteita ja sisältöä tukien ryhmäkerran suunnittelua, toteutusta ja arviointia.

**TAULUKKO 5. Komppaa-ryhmäkerran eri vaiheet ja niiden tavoitteet sekä sisällöt tukien ryhmäkerran suunnittelua, toteutusta ja arviointia (mukaillen Cole 2018, 4–11)**

KOMPPAA- RYHMÄKERRAN KULUN VAIHEET	VAIHEIDEN TAVOITTEET JA SISÄLLÖT
<p>Aloitus</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• toisiin tutustuminen (ml. nimien sanominen, muistaminen)</li> <li>• ryhmäläisten tuntemuksien ja olotilan kysyminen</li> <li>• ”lämmittely” ryhmän aloitukseen</li> <li>• rentoutuminen ja keskittyminen ryhmäkertaan</li> <li>• huomion herättäminen ryhmäkerran toimintaan</li> <li>• sopivan ilmapiirin ja tunnelman luominen</li> <li>• odotusten läpikäyminen</li> <li>• ryhmäkerran ja toiminnan tavoitteiden kertominen</li> <li>• ryhmäkerran sisällön esittely</li> </ul>
<p>Sisältö</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tarvikkeiden ja ajoituksen suunnittelu</li> <li>• kuntoutuksen ja ryhmäläisten omien tavoitteiden huomioon ottaminen</li> <li>• ryhmän pelisääntöjen tai toimintaperiaatteiden luominen</li> <li>• toiminnan mukauttaminen ryhmäläisille sopivaksi ohjaajien oman osaamisen ja taitojen hyödyntäminen sisällön suunnittelussa ja ohjauksessa</li> </ul>
<p>Päätös</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ryhmäläisten kokemusten jakaminen välitehtävistä ja harjoituksista</li> <li>• ryhmäläisten kokemien tunteiden jakaminen välitehtävistä ja harjoituksista</li> <li>• ohjaaja kokoaa yhteen ryhmäläisten jakamia kokemuksia ja tunteita etsimällä niistä yhtäläisyyksiä, eroavaisuuksia ja ryhmää yhteisesti innostavia aiheita</li> <li>• ohjaaja nostaa ryhmäläisten kanssa keskustellen esille, miten ryhmäläiset voivat hyödyntää ryhmäkerralla käytyjä ja opittuja asioita omassa arjessa, työssä ja oppimisessa</li> <li>• ohjaaja ja ryhmäläiset sanoittavat ja käyvät vielä läpi ryhmäkerran keskeiset asiat (tavoitteen, sisällön, prosessin), jotka halutaan muistaa tästä ryhmäkerrasta</li> <li>• kiitosten antaminen osallistumisesta ja yhteisestä jakamisesta</li> </ul>

## 6.1 KOMPPAA-RYHMÄTOIMINNAN TEEMAT

### TEEMA 1: aloitus, tule komppaamaan



Tavoitteet:

- a. Ryhmäläiset ymmärtävät Komppaa-ryhmätoiminnan tavoitteet ja orientoituivat ryhmäprosessiin.
- b. Ryhmään syntyy turvallinen ja hyväksyvä ilmapiiri.
- c. Ryhmä alkaa muodostaa yhteisiä sääntöjä ja toimintaperiaatteita toiminnalleen.
- d. Ryhmäläiset tutustuvat Komppari-päiväkirjaan ja sen sovelluksen käyttämiseen.

Ryhmäkerran kulku:

#### 1. Aloitus:

- parihaastattelu (harjoitus 1)
- fiiliskortit: *Millä mielellä tulit ryhmään?* (harjoitus 2)
- ideoita esineistä (harjoitus 3)

#### 2. Sisältö:

- Komppaa-ryhmätoiminnan esittely (harjoitus 10)
- Komppari-päiväkirja (harjoitus 11)
- Komppaa-peli (ks. kappale 4.2)
- huoneentaulu (harjoitus 12)

#### 3. Päätös:

- yksi sana (harjoitus 36)

### Välitehtävä

Vaihtoehto 1: Mistä olet saanut hyvää palautetta muilta?  
 Vaihtoehto 2: Mitkä ovat hyviä sääntöjä ja toimintaperiaatteita Komppaa-ryhmälle?





## Ohjaamisessa huomioitavaa



Yhteiset aloituskahvit luovat mukavaa ilmapiiriä. Nimilaput auttavat muistamaan nimet. Rauhallinen taustamusiikki tai alkuvienyttely voivat helpottaa alkujännitystä. Turvallista, tasavertaista ja hyväksyvää ilmapiiriä luovat harjoitukset ovat tärkeitä ryhmän muodostumiselle. Tutustumisvaiheessa voidaan toteuttaa useampi ryhmäytymistä tukeva aloitusleikki.

Ryhmäläisten omien ehdotusten, ajatusten ja ideoiden kuuleminen ja sisällyttäminen ryhmän toimintaan, toiminnan tarkoitus ja tavoitteet huomioiden, on tärkeää ryhmätoiminnan alusta alkaen. Luottamuksellisuudesta keskustellaan ja sovitaan yhdessä. Ohjaaja rohkaisee ryhmäläisiä olemaan omia itsejään ryhmässä, kysymään ja jakamaan ajatuksiaan vapaasti sekä korostaa sitä, että kaikki ajatukset ovat tärkeitä. Jokaisella ryhmäläisellä tulee olla mahdollisuus edetä omassa tahdissaan. Ohjaajan on hyvä huomioida ja nimetä ryhmäläisten erilaisia taitoja ja kokemuksia, jotka kannattaa valjastaa koko ryhmän käyttöön.

Ohjaajan on alusta alkaen hyvä tietoisesti tarjota erilaisia oppimisen apukeinoja, joita ryhmäläiset voivat vapaasti käyttää koko ryhmäprosessin ajan mm. piirtäminen, muistiinpanojen tekeminen, puheen tallentaminen. Ohjaajan tulee käsitellä ja esitellä asioita monikanavaisesti mm. keskustelemalla, kuvien avulla, piirtämällä ja kirjoittamalla.

## TEEMA 2: oivalluksia onnistumisista



Tavoitteet:

- a. Ryhmäläiset tunnistavat onnistumisiaan, vahvuuksiaan ja tekemiään hyviä ratkaisuja elämänsä varrelta.
- b. Ryhmäläiset tunnistavat ja nimeävät asioita, jotka auttavat heitä onnistumaan.



Ryhmäkerran kulku:

1. Aloitus:

- fiiliskortit: Mitkä asiat ovat auttaneet sinua onnistumaan? (harjoitus 2)
- onnistumista tukevat asiat (harjoitus 5)
- esittäytyminen Komppaa-pelihahmojen avulla (ks. kappale 4.2)
- yhdistävät asiat (harjoitus 4)

2. Välitehtävän purku:

Vaihtoehto 1: Mistä olet saanut hyvää palautetta muilta?

- *Minkälaista hyvää palautetta olet saanut perheeltä, ystäviltä, koulusta tai joltain yllättävältä taholta?*
- *Mistä saamastasi hyvästä palautteesta olet itse eniten yllättynyt?*
- *Oletko saanut jonkun hyvän palautteen itsestäsi, mistä itse olet ollut eri mieltä?*
- *Minkä hyvän palautteen kanssa itse olet ollut samaa mieltä?*
- *Tuntuiko hyvä palaute erilaiselta, kun kohteena on ollut joku itsellesi tärkeä asia?*
- *Mitä saamasi palaute kertoo vahvuuksistasi?*

Vaihtoehto 2: Mitkä ovat hyviä sääntöjä ja toimintaperiaatteita Komppaa-ryhmälle?

- *Mistä sinulle tulee turvallinen olo?*
- *Miten haluaisit itseäsi kohdeltavan?*
- *Minkälaiseen ryhmään haluat mielelläsi kuulua?*

3. Sisältö:

- huoneentaulu (harjoitus 12)
- onnistumisia elämäni varrelta (harjoitus 13)
- Komppaa-peli (ks. kappale 4.2)

4. Päätös:

- kompensatiokokoelma (harjoitus 35)
- fiilislankakerä (harjoitus 37)

## Välitehtävä

Vaihtoehto 1: Missä toiminnassa tai asiassa onnistuit viikon aikana?  
 Vaihtoehto 2: Mistä ja keneltä olet saanut tukea silloin, kun sitä tarvitsit ja mitä tämä tuki oli?



## Ohjaamisessa huomioitavaa

Onnistumisen kokemuksia muistelemalla ja jakamalla voidaan tunnistaa omia ja toisen vahvuuksia. Samalla voidaan huomata onnistumisia edistäneitä apukeinoja ja muilta saatua tukea. Näitä on tärkeä kirjata jokaisen ryhmäkerran yhteydessä. Ohjaajan on hyvä painottaa, että kaikki toiminta, joka ei ole epäonnistunut, on onnistunutta. Ryhmäläisiä ohjataan kiinnittämään huomiota jo toimiviin asioihin sekä pieniin onnistumisiin arjessa, työssä ja oppimisessa. Ne luovat ja vahvistavat uskoa omiin toiminta- ja vaikutusmahdollisuuksiin.

Ohjaaja tukee ryhmäläisiä vertaisjakamiseen ja tasavertaiseen vuorovaikutukseen, jossa ryhmäläiset tukevat toisiaan haasteellisten asioiden selättämisessä ja antavat kannustavaa palautetta toisilleen. Ohjaaja ja ryhmäläiset voivat myös kyseenalaistaa toistensa kielteisiä näkemyksiä asioista.

Ohjaaja huolehtii, että kaikilla ryhmäläisillä on tasa-arvoinen ja tasapuolinen mahdollisuus osallistua ryhmän keskusteluihin. Ohjaajat seuraavat keskustelua, esittävät tarkentavia kysymyksiä, sanoittavat ja tekevät esiin tulevista asioista yhteenvetoja. He kiinnittävät huomiota siihen, kuinka asioista puhutaan ja tarvittaessa johdattelevat keskustelua ratkaisukeskeiseen suuntaan. Olennaista on luottaa ryhmäläisten omaan kapasiteettiin etsiä ja löytää ratkaisuvaihtoehtoja heidän kokemuksiinsa haasteisiin.



### TEEMA 3: tarkkailen toimintaani



Tavoitteet:

- a. Ryhmäläiset oivaltavat, että he voivat aktiivisesti ja tavoitteellisesti vaikuttaa omaan arkeensa, työhönsä ja oppimiseensa.
- b. Ryhmäläiset alkavat pohtia, mihin toimintoihin he toivoisivat muutosta omassa arjessaan, työssään ja oppimisessaan.
- c. Ryhmäläiset miettivät, mihin asioihin arjessa, työssä tai oppimisessa he tarvitsevat apua muilta ja mistä he sitä saavat.

Ryhmäkerran kulku:

#### 1. Aloitus:

- fiiliskortit: *Mikä minua on auttanut tai tukenut onnistumaan viikon aikana jossakin haasteellisessa tilanteessa? tai Millä fiiliksellä tulit tänään ryhmään?* (ks. harjoitus 2)
- lehtikuvat (harjoitus 9)

#### 2. Välitehtävän purku:

Vaihtoehto 1: Missä toiminnassa tai asiassa onnistuit viikon aikana?

- *Mitä teit?*
- *Mikä onnistumisesi oli?*
- *Millä keinoilla tai minkä ansiosta onnistuit?*
- *Mikä auttoi sinua onnistumaan?*
- *Millaisia tunteita onnistuminen herätti?*
- *Mitä ajattelit kun onnistuit?*
- *Miten onnistuminen on vaikuttanut omaan toimintaasi tai ajatteluusi?*

Vaihtoehto 2: Mistä ja keneltä olet saanut tukea silloin kun sitä tarvitsit ja mitä tämä tuki oli?

- *Miltä tuen pyytäminen sinusta tuntui?*
- *Mitä ajatuksia tuen pyytäminen sinussa herätti?*
- *Missä asioissa tunnistat tarvitsevasi tukea muilta?*

#### 3. Sisältö:

- Komppaa-peli (ks. kappale 4.2)
- Ideoita komppaamiseen (harjoitus 16)
- arjen asioita (harjoitus 19)

- toiminnallinen retki tai yhteinen tekeminen (harjoitus 14)
- ihmekysymys (harjoitus 21)
- apukeinot näkyviksi (harjoitus 23)
- kortti- ja testirastit (harjoitus 24)



#### 4. Päätös:

- kompensatiokokoelma (harjoitus 35)
- ilmapuntari (harjoitus 39)

### Välitehtävä

Vaihtoehto 1: Mitä arkeesi kuuluvia asioita haluaisit tehdä paremmin?

Vaihtoehto 2: Mitä tyhkösi kuuluvia asioita haluaisit tehdä paremmin?



### Ohjaamisessa huomioitavaa

Ohjaajan on tärkeä kunnioittaa ryhmäläisten oikeutta itse rajata, mitä asioita he milloinkin haluavat jakaa ryhmässä. Tällä ryhmäkerralla ohjaajan on viimeistään hyvä todeta ääneen, että kukaan ei ole yksin haasteidensa kanssa, vaan on muitakin, jotka painiskelevat samojen asioiden kanssa. Ohjaaja kannustaa ryhmäläisiä vertaistuen jakamiseen esittämällä mm. seuraavia kysymyksiä: onko muilla ollut vastaava tilannetta, jos on, miten olette sen ratkaisseet, jos ei ole ollut, mitä itse tekisitte vastaavassa tilanteessa?



## TEEMA 4: Komppaa-tavoitteeni



Tavoitteet:

- Ryhmäläiset asettavat toimintaan kohdistuvat tavoitteensa, jotka ovat mahdollista saavuttaa Komppaa-ryhmän aikana.
- Ryhmäläiset tekevät henkilökohtaiset suunnitelmat, kuinka etenevät kohti tavoitettaan.

Ryhmäkerran kulku:

1. Aloitus:

- tunnustusten piiri (harjoitus 8)
- lehtikuvat (harjoitus 9)

2. Välitehtävän purku:

Vaihtoehto 1: Mitä arkeesi kuuluvia asioita haluaisit tehdä paremmin?

- *Mitkä asiat vaikeuttavat sinun tekemistäsi?*
- *Mikä näistä toiminnoista on se, jolla on eniten vaikutusta muihin toimintoihin?*
- *Miksi haluat tehdä kyseistä toimintaa paremmin, mihin sen tekeminen vaikuttaa?*
- *Mitä apukeinoja keksit toiminnan helpottamiseksi?*
- *Miten toiminta sujuisi, kun se sujuisi mielestäsi hyvin?*

Vaihtoehto 2: Mitä työhösi kuuluvia asioita haluaisit tehdä paremmin?

- *Mikä näistä asioista on se, jolla on eniten vaikutusta muihin asioihin?*
- *Miksi haluat tehdä kyseistä asiaa paremmin, mihin sen tekeminen vaikuttaa?*
- *Mitä apukeinoja keksit asian helpottamiseksi?*
- *Miten toiminta sujuisi, kun se sujuisi mielestäsi hyvin?*

3. Sisältö:

- toimiva arki (harjoitus 18)
- tavoiteportaati (harjoitus 20)
- Komppaa-peli (ks. kappale 4.2)
- kokemusasiantuntijavideot (harjoitus 17)

#### 4. Päätös:

- kompensatiokokoelma (harjoitus 35)
- fiiliskortit (harjoitus 2)



#### Välitehtävä

Vaihtoehto 1: Mitä asioita tai tukea tarvitset tavoitteen saavuttamiseksi?

Vaihtoehto 2: Mitä voit ensimmäiseksi tehdä päästäksesi kohti tavoitetta? Toteuta tämä ensimmäinen askel.



#### Ohjaamisessa huomioitavaa

Tällä ryhmäkerralla Komppaa-ryhmissä on hyödyllistä käydä keskustelua siitä, kuinka aikuinen henkilö voi tavoitteellisesti saada aikaan haluamaansa muutosta omassa toiminnassaan ja osaamisessaan. Ryhmäläisten toimintaan kohdistuvien tavoitteiden määrittämiseen kannattaa varata riittävästi aikaa ja tukea. Tavoitteiden tulee olla saavutettavissa olevia sekä riittävän konkreettisia niin, että niissä tapahtunutta edistymistä on helppo havaita ryhmäprosessin aikana (ks. kappale 2.1 SMART-periaatteet). Tavoiteportaattimonisteen täyttäminen auttaa myös tavoitteiden määrittämisessä ja pilkkomisessa osatavoitteisiin (ks. harjoitus 20).



**TEEMA 5: opin persoonallisesti**

## Tavoitteet:

- Ryhmäläiset tiedostavat oman persoonallisen oppimisen tapansa.
- Ryhmäläiset oivaltavat, miten omaa oppimistyyliä ja aistitiedon vastaanottamisen tapaa voi hyödyntää arjessa, työssä ja oppimisessa.

## Ryhmäkerran kulku:

## 1. Aloitus:

- Komppaa-peli (ks. kappale 4.2, muistipeli)
- fiiliskortit: Mikä meitä yhdistää -kortit (harjoitus 2)

## 2. Välitehtävän purku:

Vaihtoehto 1: Mitä asioita tai tukea tarvitset tavoitteen saavuttamiseksi?

- *Mitä vahvuuksia sinulla on jotka auttavat tavoitteen saavuttamisessa?*
- *Mitä apukeinoja olet jo aikaisemmin kokeillut ja mikä on toiminut?*
- *Millaista tukea olet saanut muilta, miten se on auttanut?*
- *Mitä keinoja ja tukea vielä tarvitsisit, että saavuttaisit tavoitteen?*

Vaihtoehto 2: Mitä voit ensimmäiseksi tehdä päästäksesi kohti tavoitetta?

Toteuta tämä ensimmäinen askel.

- *Minkä ensimmäisen askeleen otit tavoitteesi eteen? Tai jos et vielä toteuttanut sitä, minkä ensimmäisen askeleen ajattelit ottaa?*
- *Miten valitsemasi apu-tai tukikeino toimi? Tarvitseeko sitä muokata tai vaihtaa toiseksi?*
- *Mitä aiot tehdä seuraavaksi? Mitä keinoja aiot kokeilla?*

## 3. Sisältö:

- mitta-asteikkokysymykset (harjoitus 26)
- aistikanava- ja oppimistyylytesti (harjoitus 22)
- kokemusasiantuntijavideot (harjoitus 17)
- onnistunut oppimistilanne (harjoitus 28)
- aistivirikehuoneet (harjoitus 27)

## 4. Päätös:

- fiilisjana (harjoitus 38)



## Välitehtävä

Vaihtoehto 1: Mitä opit viikon aikana?  
 Vaihtoehto 2: Missä tilanteessa hyödynsit omaa oppimistyyliä ja miten vahvimmat aistikanavasi vaikuttivat toiminnassasi?



## Ohjaamisessa huomioitavaa

Ohjaaja voi avata yleisesti tietoa ja näkemyksiä oppimisesta sekä pyytää ryhmäläisiä jakamaan ajatuksiaan, kokemuksiaan ja tunteitaan oppimiseen liittyen. Aloitusharjoituksen avulla on hyvä virittäytyä tämän kerran teemaan esimerkiksi pohtien muistipelin tai Mikä meitä yhdistää -korttien käytön yhteydessä jokaisen omaa tapaa havaita ja tehdä asioita. Yhdessä voidaan pohtia myös sitä, miten vahvin aistikanava ja oma oppimistyyli vaikuttavat siihen, millaisia kompensatiokeinoja itse kukin käyttää sekä minkälaisia tavoitteita asettaa. On tärkeä tuoda esille, ettei ole oikeaa tai väärää tapaa oppia. Olennaista on tunnistaa oma oppimis- ja toimintatapa sekä itselle sopivimmat keinot oppia ja onnistua eri tilanteissa.



## TEEMA 6: käytännön ratkaisut

Tavoitteet:

- Ryhmäläiset ja ohjaaja keskustelevalt yhdestä tai useammasta oppimiseen liittyvästä teemasta (esim. muisti, keskittyminen, ajanhallinta, organisointi, rahankäyttö, laskeminen, sosiaaliset tilanteet, hahmottaminen, lukeminen tai kirjoittaminen).
- Ryhmäläiset jakavat kokemuksiaan ja ajatuksiaan valitusta oppimiseen liittyvästä teemasta ja siitä, kuinka se vaikuttaa heidän elämässään.
- Ryhmäläiset jakavat ratkaisujaan ja ideoitaan teemaan liittyvän ongelman helpottamiseksi arjessa, työssä tai oppimisessa.
- Ryhmäläiset saavat tarvitsemaansa tietoa valitusta oppimisen teemasta.



Ryhmäkerran kulku:

1. Aloitus:

- fiiliskortit (harjoitus 2)
- Komppaa-peli (ks. kappale 4.2, apukeinokortit)

2. Välitehtävän purku:

Vaihtoehto 1: Mitä opit viikon aikana?

- *Mistä huomasit, että olit oppinut kyseisen asian?*
- *Miten jo opittua vanhaa taitoa haluat vahvistaa ja uudelleen hyödyntää arjessas?*

Vaihtoehto 2: Missä tilanteessa hyödynsit omaa oppimistyyliäsi?

Miten vahvimmat aistikanavasi vaikuttivat toiminnassasi?

- *Missä tilanteessa huomasit toimivasi kokonaisvaltaisesti tai analyttisesti?*
- *Miten hyvin toimintatapasi sopi kyseiseen tilanteeseen?*
- *Missä tilanteessa huomasit käyttäväsi vahvinta aistikanavaasi?*
- *Miten vahvimman aistikanavan käyttäminen vaikutti toimintaasi?*

3. Sisältö:

- apukeinot näkyviksi (harjoitus 23)
- vahvuuksien vaihto (harjoitus 15)
- kortti- ja testirastit (harjoitus 24)
- arjen asioita (harjoitus 19)
- toiminnallinen retki tai yhteinen tekeminen (harjoitus 14)

4. Päätös:

- kompensaatikokoelma (harjoitus 38)
- yksi sana (harjoitus 36)



### Välitehtävä

Vaihtoehto 1: Käytä ainakin yhtä itsellesi uutta apukeinoa pyrkiessäsi kohti tavoitettasi.

Vaihtoehto 2: Käytä jotain ryhmäkerralla käsiteltyyn oppimisen teemaan liittyvää apukeinoa pyrkiessäsi kohti tavoitettasi.



## Ohjaamisessa huomioitavaa



Toiminnallinen retki tai yhteinen tekeminen (ks. harjoitus 14) mahdollistavat ryhmäläisten kannalta keskeisiin oppimisen teemoihin liittyvien käytännön tilanteiden ratkaisemisen yhdessä toiminnan yhteydessä, esim. matkamittarin lukeman muistaminen, aineksien mittaaminen tai ohjeiden ymmärtäminen. Ryhmäläiset voivat valita välitehtävänä kokeiltavia apukeinoja myös Kompkaa-pelin apukeinokorteista (ks. kappale 4.2) tai ryhmän yhteiseltä keinoalustalta.

Oppimiseen liittyvien teemojen käsittelyssä ohjaaja voi käyttää Kuntoutussäätiön julkaisua Opas sujuvampaan opiskeluun (2018), jossa tarjotaan vinkkejä mm. ajanhallintaan, muistiin ja keskittymiseen, lukemiseen, kirjoittamiseen, vieraiden kielten ja matematiikan opiskeluun.

Opas sujuvampaan opiskeluun. 2018. Vaikuttavaa tukea nuorten elämänpoluilla -hanke. Villa, T. (toim.), Vuorio, N. & Boltar, L. Kuntoutussäätiö. Helsinki: Grano Oy. <https://oppimisvaikeus.fi/assets/files/2018/10/Opas-sujuvampaan-opiskeluun.pdf>.

## TEEMA 7: minun apuvälineeni



Tavoitteet:

- Ryhmäläiset saavat tietoa oppimista tukevista digitaalisista ja muista apuvälineistä.
- Ryhmäläiset kokeilevat apuvälineiden käyttämistä.

Ryhmäkerran kulku:

1. Aloitus:

- Kompkaa-peli (ks. kappale 4.2, apukeinokortit)
- ideoita esineistä (harjoitus 3)
- sokkomuotokuva (harjoitus 6)

## 2. Välitehtävän purku:



Vaihtoehto 1: Käytä ainakin yhtä itsellesi uutta apukeinoa pyrkiessäsi kohti tavoitettasi.

Vaihtoehto 2: Käytä jotain ryhmäkerralla käsitellyyn oppimisen teemaan liittyvää apukeinoa pyrkiessäsi kohti tavoitetta.

- *Mitä apukeinoa kokeilit?*
- *Missä tilanteessa kokeilit tätä apukeinoa?*
- *Miten apukeino toimi ja auttoi sinua?*

## 3. Sisältö:

- apuvälinerastit (harjoitus 25)
- Työ sujuvaksi! -materiaali (ks. luku 1; harjoitus 17)
- onnistunut oppimistilanne (harjoitus 28)

## 4. Päätös:

- tunnustusten piiri (harjoitus 8)

## Välitehtävä

Kokeile valitsemaasi sinulle uutta apuvälinettä jossakin oman arjen, työn tai oppimisen tilanteessa.



## Ohjaamisessa huomioitavaa

Tätä ryhmäkertaa varten tulee ohjaajan koota ja tarvittaessa tilata tarkoituksenmukainen valikoima apuvälineitä ryhmäläisille testattavaksi. Ryhmäkerran alussa on hyvä keskustella yhteisesti siitä, mitä sana apuväline merkitsee itse kullekin. On hyvä herätellä ajatuksia siitä, miten apuvälineet voivat lisätä onnistumista oppimisessa sekä toimintamahdollisuuksia työssä ja arjessa. Ryhmäläisiä voidaan pyytää esittelemään toisilleen jonkun itseään auttavan apuvälineen, esim. apuvälinerastien (harjoitus 25) yhteydessä.



## TEEMA 8: havainnoista oivalluksiin



### Tavoitteet:

- Ryhmäläiset kokeilevat löytämiään kompensatiokeinoja käytännön arki-, työ- ja oppimistilanteissa.
- Ryhmäläiset tunnistavat niitä kompensatiokeinoja, jotka edistävät omaa arki-, työ- tai oppimistilanteen sujumista.

### Ryhmäkerran kulku:

#### 1. Aloitus:

- onnistumista tukevat asiat (harjoitus 5)
- fiilislankakerä (harjoitus 37)

#### 2. Välitehtävän purku:

Vaihtoehto 1: Kokeile valitsemaasi sinulle uutta apuvälinettä jossakin arjen, työn tai oppimisen tilanteessa

- *Mitä apuvälinettä kokeilit?*
- *Missä tilanteessa kokeilit tätä apuvälinettä?*
- *Miten apuväline toimi ja auttoi sinua?*
- *Mitä taitoja ja voimavaroja sinulla on apuvälineen käyttämiseen eri ympäristöissä?*
- *Mitä tarvitset, että apuvälineen käyttäminen onnistuu eri ympäristöissä?*
- *Mistä voit saada tukea apuvälineen käyttämiseen, kun sitä tarvitset?*

#### 3. Sisältö:

- mitta-asteikkokysymykset (harjoitus 26)
- työ- ja toimintatilanteen havainnointi (harjoitus 29)
- aistivirikehuoneet (harjoitus 27)
- arjen asioita (harjoitus 19)
- kortti- ja testirastit (harjoitus 24)

#### 4. Päätös:

- fiiliskortit (harjoitus 2)

**Välitehtävä**

Vaihtoehto 1: Käytä yhdestä kolmeen sinulle parhaiten sopivaa apukeinoa pyrkiessäsi kohti tavoitettasi.  
 Vaihtoehto 2: Mitä muutosta Komppaa-ryhmätoimintaan osallistuminen on tuonut elämääsi?

**Ohjaamisessa huomioitavaa**

Työ- ja toimintatilanteen havainnoinnin toteuttamiseksi tarkoituksenmukaisella tavalla ohjaajan on tärkeä tuntee sen tausta ja tarkoitus (ks. kappale 4.1). Havainnointiin osallistuvien valmentajien ja ohjaajien on myös tärkeä ymmärtää tilanteen luonne ja tarkoitus, joten heidän perehdyttämisensä on harjoituksen onnistuneen toteuttamisen kannalta tärkeää. Työ- ja toimintatilanteen havainnointia suunniteltaessa tulee etukäteen tehdä järjestelyjä mm. aikataulutuksen, tilojen, välineiden ja ohjausresurssien osalta.

**TEEMA 9: nähdään mahdollisuuksia**

Tavoitteet:

- Ryhmäläiset vahvistavat ymmärrystään siitä, että oikealla asennoitumisella on myönteistä vaikutusta omaan tavoitetyöskentelyyn.
- Ryhmäläisillä on onnistuneita kokemuksia erilaisten kompensatiokeinojen käyttämisestä.
- Ryhmäläiset näkevät eri mahdollisuuksiaan toimia.

Ryhmäkerran kulku:

1. Aloitus:

- fiilislankakerä (harjoitus 37): *Kerro yksi uusi apukeino, jonka olet saanut itsellesi Komppaa-ryhmästä?*





## 2. Välitehtävän purku:

Vaihtoehto 1: Käytä yhdestä kolmeen sinulle parhaiten sopivaa apukeinoa pyrkiessäsi kohti tavoitettasi.

- *Mitä apukeinoja tai -keinoja kokeilit?*
- *Missä tilanteessa kokeilit tätä apukeinoja tai näitä apukeinoja?*
- *Miten apukeino toimi ja auttoi sinua? Miten apukeinot toimivat ja auttoivat sinua?*
- *Mitä taitoja ja voimavaroja sinulla on apukeinon tai -keinojen käyttämiseen eri ympäristöissä?*
- *Mitä tarvitset, että apukeinon tai -keinojen käyttäminen onnistuu eri ympäristöissä?*
- *Mistä voit saada tukea apukeinon tai -keinojen käyttämiseen, kun sitä tarvitset?*

Vaihtoehto 2: Mitä muutosta Komppaa -ryhmätoimintaan osallistuminen on tuonut elämääsi?

- *Mitä olet saanut Komppaa-ryhmään osallistumisesta?*
- *Miten toimintasi on muuttunut?*
- *Miten ajattelusi ja suhtautumisesi on muuttunut eri asioihin?*
- *Mitä toivoisit vielä saavasi Komppaa-ryhmätoiminnasta?*

## 3. Sisältö:

- mitta-asteikkokysymykset (harjoitus 26)
- kokemusasiantuntijavideot (harjoitus 17)
- aarrekartta (harjoitus 33)
- unelmatyö (harjoitus 34)
- onnistunut oppimistilanne (harjoitus 28)

## 4. Päätös:

- patsaat (harjoitus 40)

### Välitehtävä

Välitehtävä 1: Mistä asioista saat voimaa viikon aikana?  
 Välitehtävä 2: Kokoa Komppariin oma Komppaa-korttisi: vahvuudet, apukeinot ja tuki muilta.



### Ohjaamisessa huomioitavaa

Tällä ryhmäkerralla ohjaajan on hyvä esitellä ryhmäläisille tarkemmin Komppaa-kortin tarkoitus ja avata sen sisältöä, sillä jatkossa keskitytään enemmän sen koostamiseen (ks. kappale 4.3 ja harjoitus 32).



### TEEMA 10: kompensatiot käyttöön

Tavoitteet:

- Ryhmäläisillä on koostettuna omat kompensatiokeinot: vahvuudet, omat apukeinot, tuki muilta.
- Ohjaajalla on riittävästi tietoa koostaa Komppaa-kortit jokaiselle ryhmäläiselle.

Ryhmäkerran kulku:

1. Aloitus:
  - päivän kuulumiset (harjoitus 7)
2. Välitehtävän purku:

Välitehtävä 1: Mistä asioista saat voimaa viikon aikana?

- *Mitkä asiat antavat sinulle voimaa jaksaa arjessa tai työssä?*
- *Mitä näistä asioista voit itse tehdä pienellä vaivalla?*







Välitehtävä 2: Tee tai täydennä Komppariin oma Komppaa-kortti: vahvuudet, apukeinot ja tuki muilta.

- *Mitä vahvuuksia, apukeinoja ja tuen tarpeita muilta lisäsit Komppaa-korttiisi?*
- *Miltä Komppaa-kortin tekeminen tuntui, mitä ajatuksia se herätti sinussa?*

### 3. Sisältö:

- taitotalot (harjoitus 31)
- Komppaa-kortti (harjoitus 32)
- aistivirikehuoneet (harjoitus 27)
- onnistunut oppimistilanne (harjoitus 28)

### 4. Päätös:

- ilmapuntari (harjoitus 39)

## Välitehtävä

Vaihtoehto 1: Hyödynnä Komppaa-kortin sisältöä jossain arkeen, työhön tai oppimiseen liittyvässä toiminnassa.  
Vaihtoehto 2: Hyödynnä vertaistukea pyrkiessäsi kohti omaa tavoitettasi.



## Ohjaamisessa huomioitavaa

Komppaa-ryhmäprosessi on nyt jo loppusuoralla ja ohjaajan on hyvä valmistella ryhmäläisiä sen päättymiseen. Ohjaaja alkaa koostaa ryhmäläisten Komppaa-kortteja heidän kokoamiensa asioiden pohjalta. Tärkeää on keskustelun ja kuuntelemisen avulla varmistaa, että jokaisen ryhmäläisen Komppaa-korttiin kirjattavat asiat ovat sellaisia, joita hän haluaa siihen laitettavan.



## TEEMA 11: Komppaa-kortti ja vertaisuusvoimavarana



Tavoitteet:

1. Ryhmäläisillä on tietoa ja ideoita siitä, kuinka he voivat hyödyntää Komppaa-korttia jatkopoluillaan.
2. Ryhmäläiset tietävät, mistä saavat vertaistukea ja muuta oppimiseen liittyvää tukea ryhmän päättymisen jälkeen.

Ryhmäkerran kulku:

1. Aloitus:

- tunnustusten piiri (harjoitus 8)
- päivän kuulumiset (harjoitus 7)

2. Välitehtävän purku:

Vaihtoehto 1: Hyödynnä Komppaa-kortin sisältöä jossain arkeen, työhön tai oppimiseen liittyvässä toiminnassa.

- *Missä toiminnassa hyödynsit Komppaa-korttia?*
- *Mitä Komppaa-kortin sisältöä hyödynsit?*
- *Mitä kokemuksia ja palautetta sait tästä kokeilusta?*

Vaihtoehto 2: Hyödynnä vertaistukea pyrkiessäsi kohti omaa tavoitetta.

- *Keneltä sait vertaistukea?*
- *Missä sait vertaistukea?*
- *Oletko toiselle vertaiselle itse tukena?*
- *Mitä vertaistuki sinulle merkitsee?*

3. Sisältö:

- kokemusasiantuntijavideot (harjoitus 17)
- linkkilista (harjoitus 30)
- vierailu oppimisen tukea tarjoavaan organisaatioon tai kokemusasiantuntijan vierailu ryhmässä
- viimeisen ryhmäkerran yhteinen suunnittelu

4. Päätös:

- fiilisjana (harjoitus 38)

## Välitehtävä

Vaihtoehto 1: Tutustu linkkilistaan ja valitse sieltä itseäsi kiinnostava taho tai kiinnostavat tahot, johon/joihin tutustut tarkemmin.

Vaihtoehto 2: Näytä Komppaa-korttia tai kerro siitä toiselle henkilölle.

Vaihtoehto 3: Mitä olet saanut ja oppinut Komppaa-ryhmässä?



## Ohjaamisessa huomioitavaa

Tällä ryhmäkerralla ohjaajan on hyvä mainita ryhmäläisille ryhmäprosessin päättymisestä seuraavan kerran jälkeen. Ohjaajan kokoamat Komppaa-kortit voidaan antaa jo tällä kerralla nähtäville ryhmäläisille, jotta he voivat vielä halutessaan ehdottaa muutoksia niiden sisältöön.

Ryhmäläisten kanssa voidaan suunnitella viimeistä ryhmäkertaa ja sen ohjelmaa, paikkaa ja tilajärjestelyjä sekä tarjoilua. Viimeiselle ryhmäkerralle on hyvä jättää aikaa myös vapaalle seurustelulle.



## TEEMA 12: päätös, kompaten eteenpäin

Tavoitteet:

- Ryhmäläiset ja ohjaaja jakavat ajatuksiaan, tunteitaan ja kokemuksiaan päättyvästä ryhmätoiminnasta.
- Ryhmäläiset ovat valmiita päättämään ryhmän ja eroamaan ryhmästä myönteisellä mielellä.

Ryhmäkerran kulku:

1. Aloitus:

- fiiliskortit (harjoitus 2) tai lehtikuvat (harjoitus 9): *Mitä ryhmä ja ryhmäläiset ovat merkinneet sinulle? Miten voit ja aiot hyödyntää Komppaa-ryhmästä saamiasi asioita jatkossa omalla polullasi?*



## 2. Välitehtävän purku:



Vaihtoehto 1: Tutustu linkkilistaan ja valitse sieltä itseäsi kiinnostava tai kiinnostavat kohteet, joihin tutustut tarkemmin.

- *Mihin kohteeseen tai palveluun tutustuit tarkemmin?*
- *Mitä apua täältä taholta tai tästä palvelusta voit saada?*

Vaihtoehto 2: Näytä Komppaa-korttia tai kerro siitä toiselle henkilölle.

- *Mikä oli tämä tilanne?*
- *Kenelle näytit Komppaa-korttia?*
- *Miltä tämä Komppaa-kortin näyttäminen tai siitä kertominen tuntui ja mitä ajatuksia se sinussa herätti?*
- *Mitä mahdollista palautetta sait toiselta henkilöltä Komppaa-kortistasi?*

Vaihtoehto 3: Mitä olet saanut ja oppinut Komppaa-ryhmässä?

- *Tässä voi hyödyntää odotuksien pilvet -harjoitusta (harjoitus 10) ja kerätä pilviin niitä asioita, joita ryhmäläiset ovat saaneet ja oppineet ryhmässä.*
- *Mitä oivalluksia, apukeinoja, oppeja yms. olet saanut ryhmältä?*
- *Mitä tuntemuksia, tunteita yms. olet kokenut ryhmässä?*

## 3. Sisältö:

- unelmatyö (harjoitus 34)
- toiminnallinen retki tai yhteinen tekeminen (harjoitus 14)
- aarrekartta (harjoitus 33)

## 4. Päätös:

- Komppaa-korttien ja mahdollisten muiden muistamisten jakaminen

## Ohjaamisessa huomioitavaa

Komppaa-korttien jakamisesta on hyvä luoda juhlallinen hetki, jossa ohjaaja kiittää jokaista ryhmäläistä heidän ainutlaatuisesta panoksestaan ryhmäprosessiin.



## 6.2 KOMPPAA-RYHMÄN HARJOITUKSET

### 6.2.1 ALOITUS- JA RYHMÄYTYMISHARJOITUKSET



#### **HARJOITUS 1: parihaastattelu (20 min)**

Tavoite: Ryhmäläiset tietävät toistensa nimet ja joitakin asioita toisistaan.

Tarvikkeet: kyniä ja paperia tai projektori, tietokone ja diaesitys

Toteutus:

1. Ryhmäläiset muodostavat parin ennestään tuntemattoman henkilön kanssa.
2. Ryhmäläisille jaetaan kyniä ja paperilappuja, joissa on esim. kysymyksiä: mikä on nimesi, mistä pidät, mitä toivot Komppaa-ryhmältä, mitä muuta haluaisit kertoa itsestäsi? Paperilapuilla voi olla myös eri kysymyksiä eri ryhmäläisille. Kysymyksiä voi muokata ryhmäkerran teeman mukaan.
3. Vaihtoehtoisesti ohjaaja voi valmistella muutamia yhteisiä kysymyksiä diaesitykselle. Ryhmäläiset haastattelevat pariaan kysymysten avulla.
4. Ryhmäläiset tekevät tarvittaessa muistiinpanoja ja valmistautuvat esittelemään parinsa muille. Lopuksi käydään omien parien esittelykierros.
5. Ohjaaja voi koota yhteen parihaastattelut todeten, mitä ryhmää yhdistäviä asioita niissä tuli esille.  
(Mukaillen Leskinen 2009, 24.)

Vinkit: Hyvää materiaalia ryhmäytymiseen on koottuna Valmis – Ammatillisen koulutuksen läpäisyn tehostaminen Varsinais-Suomessa -hankkeen yhteistyöverkostossa: [www.ryhmayttaminen.fi/](http://www.ryhmayttaminen.fi/)

## HARJOITUS 2: fiiliskortit (20 min)

Tavoite: Ryhmäläiset jakavat kuulumisiaan ja ilmaisevat ajatuksiaan, kokemuksiaan ja tunteitaan kuvien kautta.

Tarvikkeet: erilaisia fiiliskortteja (ks. vinkit)

Toteutus:

1. Ohjaaja pyytää ryhmäläisiä valitsemaan 1–3 korttia joko vapaasti tai kyseiseen tilanteeseen tai ryhmäkerran teemaan liittyen.
2. Ryhmäkerran alussa ohjaaja voi kysyä seuraavia kysymyksiä: mitä sinulle kuuluu tänään, millainen fiilis sinulla on tänään, mitä sinä toivot tältä ryhmäkerralta, millä mielellä tulet tänään ryhmään tai mitkä asiat ovat auttaneet sinua onnistumaan?
3. Kun ryhmäläiset ovat valinneet kuvat, käydään kierros, jossa jokaisella ryhmäläisellä on mahdollisuus vuorollaan jakaa valitsemistaan kuvista ajatuksiaan muille sen verran kuin haluaa.
4. Ohjaaja voi kiittää osallistumisesta ja kokoavasti todeta, mitä kokemuksia, tunteita ja ajatuksia ryhmänä ilmaistiin ja kuinka nämä voidaan ottaa huomioon kyseisellä ryhmäkerralla tai tulevilla ryhmäkerroilla.

Vinkit: Ohjaajan tulee kiinnittää huomiota siihen, että fiiliskierroksella jokainen ryhmäläinen tulee kuulluksi ja nähdyksi. Ohjaajan on hyvä rohkaista ryhmäläisiä olemaan rehellisiä omille tuntemuksilleen, esim. jännittämisen kokemukset on hyvä sanoittaa ääneen. Fiiliskorttien avulla voidaan pyytää myös palautetta, ilmaista tunteita ja ajatuksia sekä jakaa kokemuksia ryhmäkerrasta sen lopussa. Fiiliskorttien käyttäminen voi tukea omien voimavarojen ja ratkaisujen tunnistamista. Lisäksi ne jo itsessään ovat yksi apukeino, jos kuvien käyttäminen helpottaa tunteiden, ajatusten ja kokemusten sanoittamista.

Ilmaisia fiiliskortteja:

- Vahvike -ryhmä- ja viriketoiminnan aineistopankki. Vanhustyön keskusliito ry: <https://urly.fi/1IPJ>
- Mikä meitä yhdistää -korttisarja. RyhmäRenki: <https://urly.fi/1IPI>
- MAHTI- tunnekortit. Kehitysvammaisten Tukiliitto ry: <https://urly.fi/1hbH>



### HARJOITUS 3: ideoita esineistä (20 min)

Tavoite: Ryhmäläiset esittelevät itsensä luovuuttaan käyttäen.

Tarvikkeet: erilaisia hahmoja ja esineitä esim. arpakuutio, simpukka, sileä kivi, lankarulla, pieniä eläinhahmoja, arjen esineitä

Toteutus:

1. Esineet ovat esillä pöydällä ja ohjaaja pyytää jokaista ryhmäläistä valitsemaan niistä yhden esineen, joka jollain tavalla kuvaa häntä itseään, liittyy jotenkin häneen tai jonka avulla haluaa kertoa itsestään asioita tai jonkun yhden asian. Vaihtoehtoisesti ohjaaja voi pyytää ryhmäläisiä valitsemaan yhden esineen, jota voisi käyttää ”leikkimielisesti” apuna omassa arjessaan, työssään tai oppimisessaan.
2. Ryhmäläiset esittelevät valitsemansa esineen muille ja kertovat sen avulla itsestään sen verran kuin haluavat tai kuinka he käyttäisivät ”leikkimielisesti” kyseistä esinettä apuna arjessa, työssä tai oppimisessa.
3. Ryhmäläinen voi myös pelkästään näyttää valitsemaansa esinettä tai kertoa ilman esinettä itsestään tai valitsemastaan ”leikkimielisestä” apukeinostaan jotain.  
(Mukaillen Leskinen 2009, 22.)

Vinkit: Esineiden avulla ryhmäläisillä voi tulla sellaisia asioita mieleen itsestään, mitä ei muuten tulisi kertoneeksi. Jotain ryhmäläistä voi auttaa keskittymään se, kun esim. kuunnellessa voi käsitellä esinettä kädessään. Jakamistilanteessa ryhmäläisten huomio ja katseet kiinnittyvät usein valittuihin esineisiin, jolloin ryhmäläiset voivat kokea helpommaksi ajatustenjakamisen ryhmässä.

#### HARJOITUS 4: yhdistävät asiat (20 min)



Tavoite: Ryhmäläiset jakavat omia mielenkiinnonkohteitaan, taitojaan, kompensatiokeinojaan ja tutustuvat samalla toisiinsa paremmin.

Tarvikkeet: kyniä ja paperia

Toteutus:

1. Ryhmäläiset jaetaan vähintään kahteen ryhmään.
2. Ryhmäläiset keskustelevat asioista, mistä pitävät tai ryhmäkerran teemaan liittyvistä asioista, esim. omista taidoistaan tai kompensatiokeinoistaan.
3. Aina, kun ryhmäläiset löytävät asian, joka on ryhmäläisille yhteinen, laitetaan se muistiin.
4. Lopuksi ryhmäläiset päättävät esim. kaksi asiaa, jotka esitetään muille näyttämällä, kertomalla, piirtämällä tai pantomiimin avulla.
5. Ohjaaja voi lopuksi sanoittaa ryhmäläisiä yhdistävät asiat.

Vinkit: Jos ryhmäläiset eivät vielä tunne toisiaan kovin hyvin, voi pienryhmäkeskustelua helpottaa pyytämällä ryhmäläisiä aluksi kirjoittamaan paperille ylös niitä asioita, joista pitävät ja joista eivät pidä. Tässä harjoituksessa voi myös hyödyntää erilaisia kuvakortteja kuten Komppaa-pelin apukeinokortteja (ks. kappale 4.2, apukeinokortit).



### HARJOITUS 5: onnistumista tukevat asiat (20 min)

Tavoite: Ryhmäläiset tunnistavat omia vahvuuksiaan ja apukeinojaan sekä muilta tarvitsemaansa tukea, mitkä auttavat heitä onnistumaan.

Tarvikkeet: erilaisia kuvakortteja esim. vahvuuskortit (ks. harjoitus 2, vinkit), Komppaa-pelin apukeinokortit (ks. kappale 4.2)

Toteutus:

1. Ryhmäläiset valitsevat kuvakorteista 1–3 korttia, joissa on jokin omaa onnistumista tukeva asia esim. oma vahvuus, apukeino tai muiden antama tuki.
2. Ryhmäläiset voivat miettiä itselle tärkeää tekemistä, jossa onnistumiseksi kyseinen asia on tarpeen.
3. Käydään kierros, jossa jokainen ryhmäläinen esittelee omat korttinsa ja kertoo halutessaan, miksi valitsi kyseiset kortit.
4. Kirjataan esille nousseet omat vahvuudet, apukeinot ja tuki muilta yhteiseen kompensatiokokoelmaan (ks. harjoitus 35).

Vinkit: Ryhmäläiset voivat kartoittaa omia vahvuuksiaan, apukeinojaan ja tuen tarvettaan muilta ohjaajan etukäteen koostaman ja tulostaman listauksen avulla (ks. esim. liite 1 tukena ryhmäkohtaisen listauksen tekemisessä).

**HARJOITUS 6: sokkomuotokuva (20 min)**

Tavoite: Ryhmäläiset huomaavat, kuinka yhden aistin puuttuminen ei täysin estä toimimista.

Tarvikkeet: kyniä, paperia ja huiveja

Toteutus:

1. Kullekin ryhmäläiselle jaetaan kynä, paperi ja huivi.
2. Ryhmäläiset piirtävät oman kuvansa silmät sidottuina tai suljettuina.
3. Ohjaaja antaa yhden ohjeen kerrallaan, mitä piirretään: *ensin piirretään pää, sitten silmät, suu, nenä ja viimeiseksi hiukset.*
4. Jokaisen vaiheen jälkeen piirtäjät laskevat kädet sivuilleen ja kynän pöydälle.
5. Lopuksi ryhmäläiset poistavat huivit silmiltään tai avaavat silmät ja yhdessä ihailtaan omaa kuvaa ja toisten kuvia.

Reflektointi:

- *Mitä ajatuksia ja tunteita piirtäminen sokkona herätti?*
- *Miten piirtäminen onnistui ilman näköaistin tukea?*
- *Miten näköaistin puuttumista voisi kiertää, jotta piirtäminen onnistuisi paremmin?*

## HARJOITUS 7: päivän kuulumiset (20 min)

Tavoitteet: Jokainen ryhmäläinen kertoo omat kuulumisensa muille luovuuttaan hyödyntäen.

Tarvikkeet: kyniä, paperia ja sakset

Toteutus:

1. Ohjaaja valmistelee pieniä lappuja, joissa on valmiiksi aina yksi eri kirjain, ja asettelee ne pöydälle.
2. Jokainen ryhmäläinen ottaa itselleen yhden lapun.
3. Ryhmäläinen miettii valitsemassaan lapussa olevalla kirjaimella alkavia sanoja kuvaamaan päivän kuulumisiaan.
4. Jokainen ryhmäläinen jakaa vuorollaan omat kuulumisensa.
5. Ohjaaja toteaa kokoavasti, millaisia kuulumisia tuli esille ja kuinka nämä voidaan huomioida kyseisellä ryhmäkerralla

Vinkit: Jokainen ryhmäläinen voi arpoa itselleen jonkun kirjaimen ohjaajan etukäteen tekemistä paperilapuista ja kertoa sillä kirjaimella alkavilla sanoilla oman päivän kuulumisensa muille.

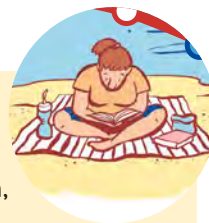
**HARJOITUS 8: tunnustusten piiri (20 min)**

Tavoitteet: Ryhmäläiset jakavat päivän kuulumiset, ajatukset ja toiminnot sekä odotukset ryhmäkertaan liittyen.

Toteutus:

1. Osallistujat seisovat kasvot piiristä pois päin.
2. Ohjaaja aloittaa kääntymällä kohti piirin keskustaa ja sanoo jonkin ajatuksen, tuntemuksen tai toiminnan, mitä tänään on ajatellut, tuntenut tai tehnyt, esimerkiksi: *”ajattelin aamulla, että olen myöhässä”, ”tunsin aamulla itseni virkeäksi” tai ”kävin aamulla suihkussa”.*
3. Kaikki ne, joilla on ollut samanlainen ajatus, tunne tai toiminta päivän aikana, kääntyvät myös piirin keskustaa kohti ja kääntyvät lopulta takaisin selkää keskustaan päin.
4. Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan omat ajatukset, tuntemukset tai toiminnan.
5. Ohjaaja voi vaihtaa teemaa kierrokselle siten, että eri kierroksilla jaetaan ajatuksia, tunteita sekä toimintaa koskevia väittämiä. Kukin voi jakaa myös tulevaan ryhmäkertaan liittyviä odotuksia.
6. Ohjaaja tekee yhteenvetoa siitä, millaisia ajatuksia, tuntemuksia ja tapahtumia päivään oli ehtinyt kuulua ja mitä odotuksia tuotiin ilmi ryhmäkertaan liittyen sekä sen, miten esille nostetut odotukset voidaan huomioida kyseisellä ryhmäkerralla.  
(Mukailleen Menetelmäpaketti n.d.)

Vinkit: Tunnustusten piiri -harjoitusta voi myös hyödyntää ryhmäkerran lopussa tukemaan ryhmäläisten reflektointia.



## HARJOITUS 9: lehtikuvat (20 min)

Tavoite: Ryhmäläiset miettivät ja sanoittavat omia tunteitaan, ajatuksiaan ja toimintaansa.

Tarvikkeet: sakset, erilaisia aikakausi- tai sanomalehtiä

Toteutus:

1. Ohjaaja valitsee ja leikkaa aikakausi- tai sanomalehdistä erilaisia tunteita, ajatuksia ja toimintoja kuvaavia kuvia. Kuvat asetellaan pöydälle kaikkien ryhmäläisten nähtäville.
2. Ohjaaja pyytää ryhmäläisiä valitsemaan kuvien joukosta kuvan (tai kuvia), joka kuvastaa itselle jotain merkityksellistä asiaa ja herättää tunteita.
3. Ryhmäläiset näyttävät valitsemansa kuvan tai kuvat muille sanoittaen, minkä tunteen valittu kuva tai valitut kuvat herättivät.
4. Ohjaaja voi vielä viedä keskustelua eteenpäin kysymällä:
  - *mitä merkitystä tunteilla on meille?*
  - *miten ne vaikuttavat toimintaamme?*
5. Ohjaaja voi yleistää aihetta avaamalla sitä, kuinka teemme mielellämme niitä asioita, jotka herättävät meissä myönteisiä tunteita ja välttellemme niitä asioita, joista meillä on kielteisiä kokemuksia.

Vinkit: Tämän harjoituksen yhteydessä ohjaajan on hyvä nostaa keskusteluun se, kuinka koetut epäonnistumiset oppimisessa ja oppimisen vaikeudet voivat usein johtaa oppimisen ja erilaisten haasteellisten tilanteiden välttelemiseen. Näihin liittyviä tunteita, kokemuksia ja ajatuksia on lupa tuoda esille ja jakaa ryhmässä. Komppaa-ryhmätoiminnan avulla pyritään löytämään juuri niitä keinoja, joiden avulla voisi koetuista haasteista huolimatta tehdä myös näitä kielteisiä tunteita herättäviä toimintoja ja lopulta kokea niissä myös onnistumisia.

## 6.2.2 SISÄLTÖHARJOITUKSET

### **HARJOITUS 10: Komppaa-ryhmätoiminnan esittely (30–45 min)**

Tavoite: Ryhmäläiset saavat tietoa Komppaa-ryhmätoiminnan tavoitteista ja sisällöstä sekä pääsevät itse vaikuttamaan Komppaa-ryhmätoiminnan suunnitteluun.

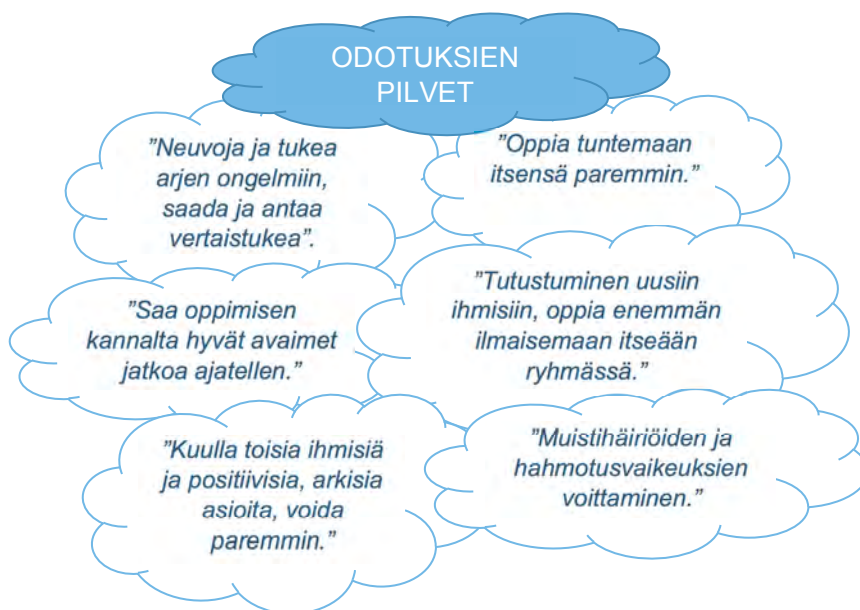
Tarvikkeet: esite tai projektori, tietokone, nettiyhteys; kyniä, paperia, A3-kartonki, sakset ja liimaa

Toteutus:

Komppaa-ryhmätoiminnan esittelyssä ja ideoinnissa voi hyödyntää seuraavia toteutuksia:

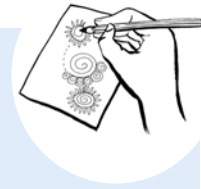
1. Ohjaaja käy ryhmäläisten kanssa läpi Komppaa-ryhmätoiminnan tavoitteita ja sisältöä Komppaa-ryhmän esitteen avulla. Lisäksi ohjaaja voi tehdä ryhmäläiselle ryhmäkertojen teemakohtaisen esitteen, jossa on tarkemmin avattuna eri ryhmäkertojen tavoitteita. (Ks. luku 3, muokattavat esitepohjat Komppaa-materiaalipankista.)
2. Ohjaaja voi valita kokemusasiantuntijavideon, jonka kautta avaa Komppaa-ryhmän tavoitteita ja ideaa (ks. harjoitus 17, kokemusasiantuntijavideot). Videoiden avulla on helppo aloittaa keskustelu eri kompensatiokeinoista. Videoiden kautta voi havainnollistaa, kuinka Komppaa-ryhmässä on ryhmäläisten tarkoitus valita itselleen jokin toimintaan kohdistuva tavoite, jossa haluaisi onnistua paremmin. Tämän tavoitteen saavuttamiseksi pohditaan yhdessä erilaisia apukeinoja ja kokeillaan niitä.
3. Ryhmäläisiltä voi myös aluksi kysyä: *”Mitä Komppaa-sanasta tulee mieleen?”*. Se voi viitata esim. seuraaviin asioihin: *yhteissävel, tuetaan eli kompataan toisia, yhteinen jakaminen ja oppiminen*. Komppaa-nimen pohtiminen avaa hyvin keskustelua vertaisuuden merkityksestä ryhmätoiminnassa.

4. Odotuksien pilvet (ks. kuvio 20): Ohjaaja jakaa ryhmäläisille pilvenmuotoiset paperit ja pyytää jokaista ensin itse kirjoittamaan yksi tai useampi odotus ryhmätoiminnalle. Kaikkien ryhmäläisten pilvet kootaan kartongille. Saman pilviharjoituksen voi toistaa ryhmän lopussa pyytämällä ryhmäläisiä kirjoittamaan, mitä he oppivat ja saivat Komppaa-ryhmästä.



Kuvio 20. Ryhmäläisten odotuksia koottuna odotuksien pilviin.

## HARJOITUS 11: Komppari-päiväkirja (20–30 min)



Tavoite: Ryhmäläiset refleктоivat ja jäsentävät ajatuksiaan (digitaaliseen) päiväkirjaan ja jakavat merkintänsä ohjaajan kommentoitavaksi.

Tarvikkeet: älypuhelin tai muu digitaalinen laite, päiväkirjasovellus (ks. luku 3, materiaalipankki, Komppari-päiväkirjan ohjeet)

Toteutus:

1. Ohjaaja luo itselleen tunnuksen päiväkirjasovellukseen (esim. Evernote) ja harjoittelee sen käyttöä Komppaa-materiaalipankissa olevien ohjeiden avulla ennen ryhmän alkua.
2. Ohjaaja opastaa ryhmäläisiä luomaan tunnukset palveluun valitsemallaan älylaitteella ensimmäisellä ryhmäkerralla ja ohjaa alustaan tutustumisessa. Ryhmäläiset harjoittelevat alustan käyttöä tekemällä ensimmäiset yksinkertaiset tehtävät kuten esim. kuvan lisäämisen sivulle.
3. Jokaisella ryhmätapaamisella tai sen jälkeen tehdään uusi merkintä päiväkirjaan, johon kirjoitetaan, nauhoitetaan tai kuvataan kyseisen tapaamisen välitehtävä.
4. Välitehtävien ohella jokainen ryhmäläinen kerää ryhmätoiminnan aikana esille tulleita vahvuuksiaan, omia apukeinojaan ja tunnistettuja tuen tarpeita erilliselle ”sivulle” Komppaa-kortin pohjaksi, jota muokataan ja päivitetään koko ryhmätoiminnan ajan.
5. Ryhmäläiset jakavat välitehtävänsä ja Komppaa-korttipohjan ohjaajalle. Ohjaaja kommentoi merkintöjä joko päiväkirja-alustan kautta tai kasvotusten.

Vinkit: Suomen Setlementtiliiton ylläpitämä NäytönPaikka-nettipalvelu on ilmainen, asiakaslähtöinen ja voimavarakeskeinen työväline, jonka kannustaa ja auttaa tarkastelemaan omaa elämää kokonaisvaltaisesti useista eri näkökulmista. Palveluun sisältyy myös päiväkirjatyökalu, jota voi hyödyntää Komppari-päiväkirjana. Lisäksi palvelu tarjoaa erilaisia työkaluja, joita voi hyödyntää ryhmäläisten välitehtävinä. <https://naytonpaikka.fi/>.



## HARJOITUS 12: huoneentaulu (30–45 min)

Tavoite: Ryhmäläisillä on yhteinen ymmärrys ryhmän säännöistä ja toimintaperiaatteista.

Tarvikkeet: A3-kartonki, aikakauslehtiä, tusseja, liimaa ja paperia

Toteutus:

1. Ohjaaja pyytää ryhmäläisiä ideoimaan ryhmälle sääntöjä ja toimintaperiaatteita, jotka takaavat, että kaikkien on mukava tulla ryhmään ja kaikilla on hyvä olla ryhmässä.
2. Ohjaaja kirjaa näitä ajatuksia paperille, jonka jälkeen niistä keskustellaan ja valitaan yhdessä keskeiset säännöt ja toimintaperiaatteet.
3. Ryhmäläiset etsivät aikakauslehdistä hyviä sääntöjä ja toimintaperiaatteita kuvaavia lauseita sekä kuvia ja leikkaavat ne irti.
4. Kuvat ja lauseet asetellaan ja liimataan kartongille.
5. Kuvia ja lauseita täydennetään yhdessä sopivilla sanoilla ja lauseilla.
6. Ohjaaja laittaa huoneentaulun näkyvälle paikalle ryhmätilan seinälle aina ryhmän kokoontuessa.
7. Ryhmäprosessin edetessä tarkastellaan taulua aina aika ajoin sekä tarvittaessa siihen tehdään muutoksia tai lisäyksiä.

Reflektointi:

- *Millaisia ajatuksia valmis huoneentaulu herättää sinussa?*
- *Millaisia tunteita säännöt ja toimintaperiaatteet saavat sinut tuntemaan?*
- *Mitä merkitystä huoneentaululla on mielestäsi ryhmätoiminnan kannalta nyt ja mahdollisesti jatkossa?*
- *Oletko valmis sitoutumaan tämän huoneentaulun sisältöön?*

Vinkit: Säännöt ja toimintaperiaatteet on hyvä kääntää positiiviseen muotoon, esim. kaikki kysymykset ovat tärkeitä, ryhmään tullaan sovittuna aikana, annetaan puheenvuoro toiselle ryhmäläiselle jne. Sääntöjen ja toimintaperiaatteiden muodostaminen voi onnistua jo ensimmäisellä ryhmäkerralla, mutta niiden työstämistä voidaan jatkaa vielä toisellakin kerralla. Ensimmäisen kerran välitehtävänä voidaan miettiä hyvän ryhmän aineksia, joita toisella kerralla sitten kootaan yhteen huoneentauluksi. Sääntöjen ja toimintaperiaatteiden peilaamista suhteessa ryhmän toimintaan sekä niiden päivittämistä tapahtuu läpi koko ryhmäprosessin.

## HARJOITUS 13: onnistumisia elämäni varrelta (45–60 min)



Tavoite: Ryhmäläiset miettivät omia onnistumisiaan, joita ovat kokeneet eri elämänsä vaiheissa.

Tarvikkeet: A3- tai A4-paperia, erilaisia kyniä, tarvittaessa erilaisia aika-kausilehtiä, sakset ja liimaa

Toteutus:

1. Ryhmäläiset ottavat itselleen kolme paperia eri ikäkausille (lapsuus, nuoruus, aikuisuus).
2. Ryhmäläiset piirtävät vaakaviivan paperin puoliväliin.
3. Ryhmäläiset kirjoittavat viivan yläpuolelle asioita, joissa he ovat onnistuneet kyseisellä ikäkaudella (noin 1–3 asiaa).
4. Ryhmäläiset kirjoittavat viivan alapuolelle asioita, jotka auttoivat heitä onnistumaan.
5. Ohjaaja jakaa ryhmäläisille tai näyttää listan apukysymyksiä:

### *Lapsuus (ikävuodet 0–12)*

- Mitä leikkejä leikit?
- Millaisia taitoja opit?
- Missä asiassa olit taitava päiväkodissa tai koulussa?

### *Nuoruus (ikävuodet 13–17)*

- Mistä asiasta sait hyvää palautetta?
- Mitä harrastuksia tai kivaa tekemistä sinulla oli nuorena?

### *Aikuisuus (ikävuodet 18–vuodesta ylöspäin)*

- Mitkä asiat koulussa tai työpaikoilla sujuvat/sujuivat hyvin?
- Mitä osaat, missä olet hyvä nyt? Mikä auttaa/auttoi sinua onnistumaan?
- Mitä taitoja käytät/käytit hyväksesi, että onnistut/onnistuit?
- Minkä uuden taidon opit?
- Mikä ympäristöön liittyvä asia auttaa/auttoi sinua onnistumaan?
- Miten saat/sait apua, tukea tai kannustusta toisilta ihmisiltä?
- Miten kokeilet/kokeilit tehdä eri tavalla?
- Miten paljon harjoittelet/harjoittelit?
- Käytätkö/käytitkö jotakin esinettä apuna? Mitä?
- Miten uskot/uskoit omiin mahdollisuuksiisi onnistua?
- Miksi tämä toiminta on/on ollut sinulle merkityksellinen?



Reflektointi:

- *Miltä tämä harjoitus sinusta tuntui?*
- *Mitä ajatuksia tämä harjoitus sinussa herätti?*
- *Millaisia tunteita onnistumisen kokemukset sinussa herättivät?*
- *Mitä sinun vahvuuksiasi, apukeinojasi ja tuen tarpeitasi tuli esille harjoituksen kautta?*

Vinkit: Elämän eri vaiheiden selviytymistarinat ovat isoja onnistumisia ja voivat tuoda esille keskeisiä voimavaroja, vahvuuksia ja ratkaisuja arkeen, työhön ja oppimiseen liittyen. Tätä harjoitusta voi soveltaa myös miettimällä eri onnistumisen kokemuksia suhteessa Komppaa-pelin pelilaudan (ks. kappale 4.2) eri toimintaympäristöihin (ml. koti, kauppa, virasto, koulu, työ, vapaa-aika).



**HARJOITUS 14: toiminnallinen retki tai yhteinen tekeminen (30 min–koko ryhmäkerta)**

Tavoite: Ryhmäläiset suunnittelevat ja toteuttavat yhdessä yhteisen tekemisen tai toiminnallisen retken valitsemaansa kohteeseen.

Toteutus:

1. Ohjaaja pyytää ryhmäläisiä ideoimaan yhdessä mahdollisia retkikohteita tai yhteistä tekemistä ryhmäkerralle tai -kerroille.
2. Kun retken tai toiminnan kohde on yhdessä päätetty, ohjaaja voi ehdottaa ryhmäläisille erilaisia rooleja suunnittelun ja toteutuksen suhteen.
3. Yhteiseen tekemiseen voi yhdistää myös työ- ja toimintatilanteen havainnoinnin (ks. harjoitus 29).
4. Toiminnallisen retken yhteydessä on hyvä tarkoituksenmukaisesti ja tilanteeseen soveltuen toteuttaa myös eri harjoituksia.
5. Toiminnallisen retken tai yhteisen tekemisen jälkeen arvioidaan yhdessä suunnittelua ja toteutusta sekä nostetaan esille erityisesti ryhmäläisten onnistumisia. Ohjaaja pyytää ryhmäläisiä myös jakamaan esille nousseita ajatuksiaan, kokemuksiaan ja tunteitaan järjestetyn retken tai toiminnan suhteen. Yhdessä voidaan vielä miettiä retken tai toiminnan aikana havaittuja jokaisen omia vahvuuksia, apukeinoja sekä tuen tarpeita muilta eri tehtäviä ja toimintoja toteutettaessa.

Vinkit: Toiminnallinen retki tai yhteinen tekeminen luovat hyvät mahdollisuudet ryhmäläisten väliselle luontaiselle ja vapaalle vuorovaikutukselle. Samalla eri toiminnan ja tekemisen yhteydessä, esim. ruoanlaittaminen, linnunpönttöjen rakentaminen, keilaaminen, lautapelin pelaaminen, voi tiedostaa ja kokeilla eri kompensatiokeinoja, esim. laskutoimituksien, navigoinnin, lukemisen, mittaamisen ja ajankulun hahmottamisen tehtävissä.

### **HARJOITUS 15: vahvuuksien vaihto (30–45 min)**

Tavoite: Ryhmäläiset tunnistavat ja nimeävät omia ja toisten vahvuuksia sekä ymmärtävät vahvuuksien merkityksen kompensatiokeinoina.

Tarvikkeet: vahvuus- tai ominaisuuskortit (ks. vinkit)

Toteutus:

1. Ohjaaja jakaa ryhmäläisille viisi vahvuuskorttia sattumanvaraisesti.
2. Ohjaaja jättää ylimääräisiä kortteja pöydälle ”vahvuuspankiksi”. Hän kertoo, että pankkia saa hyödyntää vasta sitten, kun vaihtokauppaa muiden ryhmäläisten kanssa on käyty.
3. Ryhmäläiset tarkastelevat saamiaan kortteja pohtien, mitkä vahvuuksista kuvaavat itseä parhaiten ja mitkä korteista he haluavat pitää ja minkä korttien kanssa he voivat käydä vaihtokauppaa muiden kanssa.
4. Ylimääräisillä korteilla ryhmäläiset käyvät vaihtokauppaa muiden ryhmäläisten kanssa. Tavoitteena on saada itselle viisi korttia, jotka kuvaavat omia vahvuuksia.
5. Jos ryhmäläiset eivät löydä itselleen sopivia vahvuuskortteja vaihtokaupassa muiden ryhmäläisten kanssa, voivat he napata sellaisen ”vahvuuspankista”.
6. Ohjaaja pyytää ryhmäläisiä painamaan myös mieleen vahvuuksia, joista he luopuivat.
7. Ryhmäläiset jakavat, mitä kortteja he ottivat ja mistä kävivät kauppaa. (Mukaihen: Pipatti & Martikkala n.d.)

**Reflektointi:**

- *Missä tilanteessa tästä vahvuudestasi on ollut viime aikoina sinulle apua?*
- *Miten vahvuuksien avulla voidaan ratkaista haasteellisia toimintoja tai tehtäviä?*

Vinkit: Komppaa-ryhmässä vahvuuksia pohditaan erityisesti siitä näkökulmasta, miten ne auttavat kompensoimaan oppimisen vaikeuksien aiheuttamia haasteita. Esimerkiksi digitaalinen osaaminen on vahvuus, joka auttaa kompensoimaan eri hahmottamisen tai muistamisen haasteita mm. navigaattoria, puhelimen kalenteria ja muistutuksia apuna käyttäen.

Ilmaisia tulostettavia vahvuus- ja ominaisuuskortteja:

- Ominaisuuskortit. Kiipulan ammattiopiston Sieppari-projektin ammatillisen kasvun työkalupakki: <https://urly.fi/1LTJ>
- Erilaisia kortteja ja muita välineitä työllisyyden tukemiseen, [www.oikeitaitoita.fi](http://www.oikeitaitoita.fi): <https://urly.fi/1LPK>
- Vahvuuskortit. 2015. Suomen Mielenterveysseura. <https://mieli.fi/fi/julisteet-ja-kortit/vahvuuskortit>

**HARJOITUS 16: ideoita komppaamiseen (20–45 min)**

Tavoite: Ryhmäläiset saavat tietoa erilaisista keinoista kompensoida oppimisen vaikeuksien tuomia haasteita arjessaan.  
 Tarvikkeet: Tokka-kortit (ks. vinkit) tai Komppaa-pelin apukeinokortit (ks. kappale 4.2), Komppari-päiväkirja tai kyniä ja paperia

**Toteutus:**

1. Ohjaaja lukee ryhmäläisille TOKKA-korteista eri apukeinoja yhden kerrallaan. Ryhmäläiset ilmaisevat sovitun merkin avulla, esim. nostamalla käden pystyyn, kun arvioivat, että kyseinen apukeino voisi olla hyödyllinen omaan arkeen.

2. Vaihtoehtoisesti ryhmäläiset voivat etsiä Kompkaa-pelin apukeinokorteista itselleen soveltuvia apukeinoja.
3. Ohjaaja tai ryhmäläiset kirjaavat tai kuvaavat hyödylliset apukeinot sovitettuun paikkaan jatkokäyttöä varten, esim. Komppari-päiväkijaan tai kompensatiokokoelmaan (ks. harjoitus 35).



Vinkit: TOKKA-korttien apukeinojen listoista löytyy hyvin vinkkejä arjen organisoinnin perusasioihin. Osana Rovaniemen koulutusuntayhtymän TOKKA2 -ESR-projektia opiskelijoille (soveltuu ryhmäläisille) ja opettajille (soveltuu ohjaajille) on kehitetty omat HOJKS -kortit:

- Ohjaajille: <https://urly.fi/1IPL>
- Ryhmäläisille: <https://urly.fi/1IPM>

### HARJOITUS 17: kokemusasiantuntijavideot (20–45 min)

Tavoite: Ryhmäläiset kuulevat ja jakavat kokemuksiaan oppimisen vaikeuksien kanssa elämisestä ja erilaisista löydetyistä ratkaisuista koettuihin haasteisiin.

Tarvikkeet: tietokone, projektori ja internet

Toteutus:

1. Ohjaaja valitsee etukäteen ryhmäkerran tavoitteeseen ja sisältöön soveltuvan kokemusasiantuntijatarinan esim. seuraavien joukosta:
  - Niilo Mäki Instituutti, Hahku-hanke: <https://www.hahku.fi/category/arki-ja-elama/>
  - Työväen Sivistysliitto TSL, Työ sujuvaksi! -kokemustarinoita: <http://oppiva.tyoelamanverkko-opisto.fi/>
  - Rastor, Erilaiset oppijat työpaikalla, EROT-hanke: <https://urly.fi/1IPN>

2. Ohjaaja näyttää koko videon tai valitun pätkän videosta ryhmälle, jonka jälkeen hän kysyy ryhmäläisiltä heidän ajatuksiaan ja tunteitaan videon sisältöön liittyen:
  - *Mitä arjen haasteita henkilöllä on?*
  - *Mitä samankaltaisia haasteita henkilöllä oli, joita itselläsi on tai on ollut?*
  - *Mitä ajatuksia ja tunteita tarina herätti?*
  - *Mitä ratkaisuja ja kompensatiokeinoja videon henkilö oli käyttänyt?*
  - *Oliko hänellä joitakin vahvuuksia, joilla olisi voinut kiertää oppimisen vaikeuksista johtuvia haasteitaan?*
  - *Mitä tukea videon henkilö oli saanut muilta?*
  - *Mitä mahdollisia ratkaisuja löysit vertaistarinan avulla, joita itse myös käytät tai voisit käyttää?*
3. Kirjataan kaikki keskustelussa esille nostetut kompensatiokeinot yhteiselle alustalle (ks. harjoitus 35, kompensatiokokoelma) kaikkien näkyville.

#### Reflektointi:

- Miten oppimisen vaikeudet näkyvät eri ihmisillä?
- Miten ympäristö vaikuttaa oppimisen vaikeuden ilmenemiseen?

Vinkit: Kokemusasiantuntijavideot toimivat hyvin myös apuna ensimmäisellä ryhmäkerralla Komppaa-ryhmän idean avaamisen tukena (ks. harjoitus 10).

### HARJOITUS 18: toimiva arki (45–60 min)

Tavoite: Ryhmäläiset nimeävät heille tärkeitä arjen toimintoja, joita he haluaisivat tehdä paremmin.

Tarvikkeet: vaihtoehto 1: kellotaulumoniste (ks. liite 5), kyniä, vaihtoehto 2: A3-paperia tai -kartonkia, saksia, aikakauslehtiä, liimaa ja kyniä (ml. vihreitä ja keltaisia)





Toteutus:

Vaihtoehto 1:

1. Jokainen ryhmäläinen listaa kellotaulumonisteeseen niitä asioita, joita hän tekee tyypillisenä arkipäivänä sekä kellotaulun alapuolelle asioita, joita tekee harvemmin esimerkiksi viikoittain, kerran kahdessa viikossa tai kuukausittain.
2. Asiat, joita merkataan, ovat sellaisia, joita ryhmäläisen täytyy tehdä, joita häneltä odotetaan ja joita hän haluaa tehdä. Asioita on tärkeä avata riittävän tarkasti, esimerkiksi kotityöt: siivoaminen, tiskaaminen, pyykinpesu jne.
3. Ohjaaja pyytää ryhmäläisiä luokittelemaan eri asiat värien avulla niihin, jotka sujuvat omasta mielestä hyvin (vihreä) ja niihin, joiden ryhmäläinen toivoisi sujuvan paremmin (keltainen).
4. Ohjaaja pyytää ryhmäläisiä numeroimaan keltaisella merkityt asiat tärkeysjärjestykseen.
5. Tämän jälkeen ryhmäläiset voivat jakaa kellotaulustaan muille haluamiaan asioita.
6. Ryhmäläisten valitsemat toimintaan kohdistuvat haasteet muutetaan tavoitteiksi SMART-periaatteita hyödyntäen (ks. kappale 2.1).
7. Ryhmäläiset laittavat tavoitteensa ylös Komppari-päiväkirjaansa ja tavoite kirjataan Tavoiteportaisiin (ks. harjoitus 20), jonka avulla sitä lähdetään työstämään eteenpäin seuraavilla ryhmäkerroilla. (Mukaihen Law 2011.)

Vaihtoehto 2:

1. Ryhmäläiset valitsevat aikakausilehdistä itseään kuvaavia eri rooleja, esim. opiskelija, vanhempi, työntekijä ja puoliso.
2. Ohjaaja pyytää ryhmäläisiä ryhmittelemään valitut kuvat isolle paperille niin, että samaan kategoriaan kuuluvat roolit ovat lähellä toisiaan.
3. Ohjaaja pyytää ryhmäläisiä pohtimaan, mitä yksittäisiä tehtäviä kyseisiin rooleihin kuuluu ja kirjoittamaan ne ylös kuvien viereen; esim. vanhemman rooliin voi kuulua lasten kuljettaminen harrastuksiin, ruokaostosten tekeminen, siivoaminen jne.
4. Ohjaaja pyytää jokaista ryhmäläistä valitsemaan johonkin rooliinsa liittyvistä tehtävistä ne, joissa he toivovat onnistuvansa paremmin.
5. Ryhmäläiset jakavat omat pohdintansa muille.





6. Ryhmäläisten valitsemat toimintaan kohdistuvat haasteet muutetaan tavoitteiksi SMART-periaatteita hyödyntäen (ks. kappale 2.1).
7. Ryhmäläiset laittavat tavoitteensa ylös Komppari-päiväkirjaansa ja tavoite kirjataan Tavoiteportaisiin (ks. harjoitus 20), jonka avulla sitä lähdetään työstämään eteenpäin seuraavilla ryhmäkerroilla.

#### Reflektointi:

- *Mitkä asiat ovat jo hyvin arjessasi? Mitä et halua muuttaa?*
- *Mikä on arjen haasteesi, joihin toivot eniten muutosta?*
- *Miten tämä valittu toiminta sujuisi, kun se sujuisi mielestäsi hyvin?*

Vinkit: Tämä harjoitus sopii toteutettavaksi sen jälkeen, kun ryhmäläiset ovat välitehtävänä pohtineet, mitä arkeensa kuuluvaa asiaa he haluaisivat tehdä paremmin. Oma tavoite voi löytyä jo välitehtävän avulla, jolloin ei ole tarpeen toteuttaa tätä harjoitusta. Kellotehtävä-monisteesta voidaan leikata kellotaulu irti ja liimata se isommalle paperille, mihin mahtuu enemmän kirjoitusta. Esimerkkejä toimintaan kohdentuvista tavoitteista: *käytettävissä olevat rahat riittävät ostosten maksamiseen, käsin kirjoittamassani viestissä ei ole kirjoitusvirheitä, löydän ostoskeskuksessa haluamaani paikkaan.*

Ohjaajan tuella laajoja ja epäselviä tavoitteita on mahdollista pilkkoa pienemmiksi ja enemmän toimintoja koskeviksi. Esimerkiksi, jos ryhmäläinen ei ole tyytyväinen kotitöiden tekemiseen, voi ohjaaja esittää seuraavia tarkentavia kysymyksiä ja viedä eteenpäin tavoitteen asettamisprosessia:

- *Mikä kotitöistä mielestäsi on tällä hetkellä se, johon eniten toivoisit muutosta?*
- *Miten se tällä hetkellä sujuu, miltä osin se sujuu, missä koet eniten olevan haastetta?*
- *Kuvaile, miten valittu kotityö sujuisi, kun se sujuisi mielestäsi hyvin?*

## HARJOITUS 19: arjen asioita (45–60 min)



Tavoite: Ryhmäläiset hahmottavat, mitkä asiat jo onnistuvat heidän arjessaan, mihin he tarvitsevat tukea ja mihin olisi tarpeen etsiä uusia apukeinoja.

Tarvikkeet: Itsearviointilomake (ks. liite 8) ja tulostin tai paperia, sakset ja kyniä

Toteutus:

1. Ohjaaja valmistelee harjoituksen joko tulostamalla itsearviointilomakkeet ryhmäläisille tai kirjoittamalla sen eri väittämät sekä vastausvaihtoehdot erillisille papereille.
2. Ryhmäläiset arvioivat itsekseen, miten he onnistuvat ja mitä tukea tarvitsevat liittyen (1) sosiaalisiin tilanteisiin ja vuorovaikutustaitoihin, (2) ihmissuhteisiin, (3) arjen perustaitoihin, (4) itsestä huolehtimiseen ja vapaa-aikaan, (5) terveyteen sekä (6) tulevaisuuteen ja toiveisiin (vastausvaihtoehdot: onnistuu hyvin, apukeinojen avulla onnistuu, tarvitsen tukea muilta ja tarvitsen uusia apukeinoja).
3. Harjoituksen voi sisällyttää osaksi kortti- ja testirastia (ks. harjoitus 24) sekä Komppaa-kortin koostamista.  
(Mukaiillen Piha 2016, 48–49.)

Vinkit: Helsingin Diakonissalaitoksen Vamos-valmennuksessa on valmennusjakson aikana käytetty itsearviointilomaketta yhtenä työvälineenä eri haasteiden kartoittamisessa ja edistymisen seurannassa. Lomaketiedot on käyty yhdessä läpi keskustellen nuorten kanssa ja tehty jatkosuunnitelmia niiden pohjalta. Itsearviointimittarin kehittämisessä on hyödynnetty toimintaterapeuttien työvälineeksi Yhdysvalloissa kehitettyä toimintamahdollisuuksien itsearviointimenetelmää. (Piha 2016, 15, 48–49.)

## HARJOITUS 20: tavoiteportaati (45–60 min)

Tavoite: Ryhmäläiset määrittelevät ja kirjaavat osatavoitteita, joiden avulla haluttu toimintaan kohdistuva päätavoite saavutetaan.

Tarvikkeet: A4-paperi tai tavoiteportaati-moniste (ks. liite 6) ja kyniä tai Komppari-päiväkirja

Toteutus:

- Ohjaaja jakaa ryhmäläisille Tavoiteportaati-monisteen. Vaihtoehtoisesti ryhmäläiset voivat piirtää portaati itse paperille tai Komppari-päiväkirjaansa.
- Ohjaaja pyytää ryhmäläisiä kirjaamaan portaakon ylimmälle askeleelle toimintaan kohdentuvan päätavoitteensa eli sen toiminnan, johon ryhmäläiset kaipaavat eniten muutosta ja joka on mahdollista saavuttaa Komppari-ryhmäprosessin avulla ja aikana (ks. kappale 2.1, SMART-periaatteet ja harjoitus 18, Toimiva arki).
- Ryhmäläisiä ohjeistetaan kirjaamaan tavoiteportaatin ensimmäisen portaatin alle kuvaus tämänhetkisestä tilanteesta valitun toiminnan suhteen.
  - Miten tämä toiminta tällä hetkellä sujuu?*
  - Missä koet eniten olevan haastetta tämän toiminnan suorittamisessa?*
- Ensimmäiselle porrasaskelmalle mietitään pienintä mahdollista muutosta toiminnassa, joka vie eteenpäin tavoitteen saavuttamista.
  - Mikä on pienin mahdollinen asia, minkä voit toteuttaa muutoksen eteen?*
  - Mitä olet jo tehnyt tavoitteen eteen ja mikä on toiminut?*
  - Miten tätä jo toimivaa asiaa voisi toistaa ja vahvistaa?*
  - Onko tämä asia joskus sujunut hyvin, mitä silloin teit?*
- Toiselle, kolmannelle ja neljännelle porrasaskelmalle kirjataan tavoitteita, jotka vievät muutosta samassa suhteessa eteenpäin.
  - Mikä on toiseksi, kolmanneksi jne. pienin mahdollinen asia, minkä voit toteuttaa muutoksen eteen?*
  - Mitä tukea muilta tarvitset, että saavutat tavoitteen?*
  - Mikä apukeino voi auttaa tämän asian sujumisessa paremmin?*
  - Mitä sellaisia vahvuuksia ja osaamista sinulla on, jotka auttavat tavoitteen saavuttamisessa?*

- Mitä tarvitaan, että tavoite on mahdollista saavuttaa? Mitä muuta?
- Mitä apukeinoja muut ovat käyttäneet ja mitä apukeinoja voisivat kokeilla vastaavassa asiassa?
- Minkälaista tulee olemaan, kun haaste on ratkaistu?
- Mitä tulet tekemään toisin?
- Kun muutos on saavutettu, mitä se merkitsee sinulle, mikä on eri lailla?
- Kuinka muut ihmiset tietävät, että asiat ovat paremmin? Kuka tulee huomaamaan muutoksen ensin? Kuka sitten?
- Mikä muu tulee muuttumaan tämän muutoksen myötä?

6. Ohjaaja kertoo ryhmäläisille, että tavoiteportaisiin palataan eri ryhmäkerroilla ja arvioidaan yhdessä tavoitteen edistymistä Kompparyhmän aikana (ks. harjoitus 26, mitta-asteikkokysymykset).

(Mukaillen Ahola 2018; Bannink 2010; Grant 2013; Psychology tools n.d.)

Esimerkki 1:

Lähtötilanne: *Hoidan ruokaostokset puolison kanssa. Puoliso on taitava laskemaan, joten minun ei tarvitse pelätä rahojen riittämättömyyttä ja siitä aiheutuvaa noloa tilannetta kassalla.*



## Esimerkki 2:

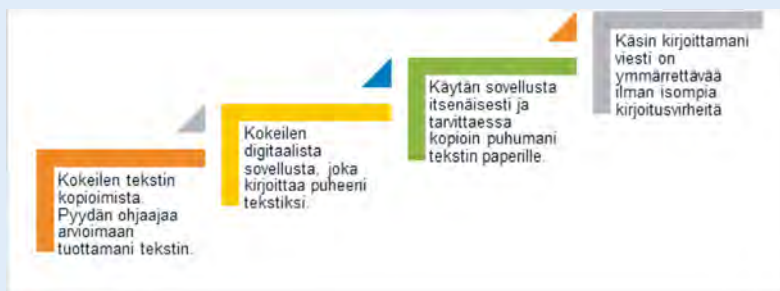
Lähtötilanne: *Panen päivittäin likaisia astioita tiskikoneeseen puhtaiden joukkoon. Tiskikone on jatkuvasti päällä ja puhtaat astiat likaantuvat turhaan.*



## Esimerkki 3:

Lähtötilanne:

*En luota, että vastaanottaja ymmärtää käsin kirjoittamani viestin oikein, koska en huomaa tekemiäni kirjoitusvirheitä.*



Vinkit: Porrasaskelmia tehtäessä ja tavoitetyöskentelyn seurannassa ohjaaja voi esittää ryhmäläisille yhden ratkaisukeskeisen kysymyksen kerrallaan, johon jokainen ryhmäläinen vastaa vuorollaan viitaten omiin tavoitteisiinsa. Tavoiteportaita täydennetään tarvittaessa eri ryhmäkertojen aikana. Tavoiteporrasesimerkkien näyttäminen ryhmäläisille tukee ryhmäläisten toimintaan kohdentuvien tavoitteiden muodostamista.

## HARJOITUS 21: ihmekysymys (30–45 min)

Tavoite: Ryhmäläiset sanoittavat tulevaisuuden ideaalin tilanteensa valitsemansa toiminnan suhteen.

Tarvikkeet: kynä ja paperia tai Komppari-päiväkirja

Toteutus:

1. Ohjaaja kysyy ryhmäläisiltä ihmekysymyksen, jota ryhmäläiset voivat miettiä itsekseen tekemällä muistiinpanoja paperille, Komppari-päiväkirjaan tai vuorotellen vastaamalla suullisesti ohjaajan esittämiin kysymyksiin.
2. Ihmekysymys: *Kuvittele, että menet nukkumaan tänä iltana kuten normaalisti ja nukkuessasi ihme tapahtuu ja toimintaan kohdistuva haasteesi, jonka jaoit kanssamme, on ratkaistu. Mutta nukkuessasi et tiedä, että se on ratkennut.*
  - Mikä on ensimmäinen pienikin merkki siitä, että ihme on tapahtunut ja että haaste on ratkennut?
  - Mikä olisi eri lailla?
  - Mitä sinä tekisit eri lailla?
  - Mistä muista asioita päivän aikana huomaisit, että asiat ovat eri lailla?
  - Miten muut huomaisivat, että asiat ovat eri lailla ja miten he reagoisivat?
3. Ryhmäläiset jakavat omia vastauksiaan ja ajatuksiaan kysymyksiin liittyen.  
(Mukaiillen Bannink 2010; Grant 2013; Psychology tools n.d.)

Vinkit: Ennen ihmekysymystä ryhmäläiset ovat jakaneet toisilleen jotain koskien omaa toimintaan kohdistuvaa haastettaan. Ihmekysymyksen avulla voi avata vielä ryhmäläisen kokemaa ihannetilaa valitun toimintaan kohdistuvan tavoitteen suhteen, mikä tekee siitä elävämmän tuntuisen. Tämän harjoituksen jälkeen voi jatkaa jo olemassa olevien vahvuuksien ja toimivien asioiden ja toimintojen nimeämiseen sekä vahvistamiseen, että alkaa suunnitella konkreettisia osatavoitteita päätavoitteen saavuttamiseksi (ks. Tavoiteportaati, harjoitus 20).

## HARJOITUS 22: aistikanava- ja oppimistyylitesti (30–45 min)



Tavoite: Ryhmäläiset tiedostavat, miten tehostaa omaa oppimistaan eri aistikanavia ja hyödyntämällä ja mikä on itselle sopivin oppimistyyli.

Tarvikkeet: Oppimistyyli- ja aistikanavatestit (ks. liite 4) ja kyniä

Toteutus:

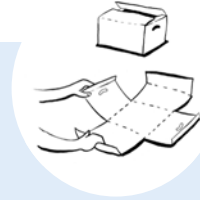
1. Ohjaaja jakaa ryhmäläisille testilomakkeet ja käy vielä suullisesti läpi niiden ohjeistuksen.
2. Testien tekemisen jälkeen jokainen jakaa testinsä tuloksia muille sen verran kuin haluaa.

Reflektointi:

- *Mitä ajatuksia testi sinussa herätti?*
- *Miltä testin tekeminen sinusta tuntui?*
- *Mitä merkitystä omien vahvojen aistikanavien ja oman oppimistyylin tiedostamisella on sinulle?*
- *Miten voit hyödyntää eri aistikanavia ja luontaisinta oppimistyyliäsi arjessasi, työssäsi ja oppimisessa?*

Vinkit: Testien tulokset auttavat ryhmäläisiä pohtimaan ja ymmärtämään paremmin omia toimintatapojaan. Testien teon yhteydessä on olennaista keskustella siitä, kuinka tärkeää on tiedostaa omat ohjauksen tarpeensa, jotta voi rohkeammin pyytää itselleen sopivia ohjeita eri tilanteissa. Ohjaajan on hyvä käydä vielä läpi erilaisia ohjauksen tapoja, esim. kuvalliset, suulliset tai kirjalliset ohjeet, työvaiheiden näyttäminen tai näiden kaikkien yhdistelmä. Ohjaajan on hyvä myös mainita, että ohjeistuksen sopivuus on aina tilannesidonnaista ja voi vaihdella samankin henkilön kohdalla erilaisissa ympäristöissä ja tehtävissä. Testit voidaan myös toteuttaa lomakehaastatteluna ryhmässä tai käyttää niitä avoimen keskustelun tukena.

### HARJOITUS 23: apukeinot näkyviksi (45–60 min)



Tavoite: Ryhmäläiset keräävät yhdessä apukeinoja ylös eri toimintoihin liittyen.

Tarvikkeet: erivärisiä post it -lappuja tai paperia, kyniä, A3-kartonki ja sinitarraa tai liimaa

Toteutus:

- Ohjaaja miettii etukäteen keskeisiä toimintoja ja taitoja, mihin ryhmäläiset kaipaavat tukea, esim. hahmottaminen, opiskelu- ja työelämätaidot, keskittyminen, toiminnan organisointi ja kirjoittaa valitut toiminnot tai taidot otsikkolappuihin sekä kiinnittää ne valmiiksi kartongille tai seinälle.
- Ryhmäläisiä pyydetään miettimään otsikkolapuissa esille nostettuihin toimintoihin tai taitoihin liittyviä tilanteita tai tehtäviä, mitkä kokevat haasteellisiksi ja kaipaavat niihin apukeinoja tai tukea muilta.
- Ryhmäläiset laittavat kirjoittamansa laput niitä koskevien otsikkolappujen alle.
- Ryhmäläiset miettivät yhdessä apukeinoja esille nostettuihin tilanteisiin:
  - *Mitä apukeinoja tässä tilanteessa voisi käyttää?*
  - *Mikä vahvuus tässä tilanteessa auttaisi?*
  - *Mitä tukea muilta tähän tilanteeseen voisi kysyä?*
- Mainitut apukeinot kirjoitetaan ylös lapuille ja kiinnitetään kyseisen haasteen kohdalle.
- Kun kaikki ideat eri mahdollisista apukeinoista ovat näkyvillä, ohjaaja johdattelee keskustelua koskemaan jokaisen omia kompensatiokeinoja:
  - *Mitä näistä keinoista olet itse käyttänyt?*
  - *Mikä näistä keinoista on sinulle uusi?*
  - *Mitä näistä keinoista voisit itse käyttää?*

Vinkit: Tässä harjoituksessa ryhmäläiset esittävät toisilleen itselle merkitykselliset toiminnot, joissa haluaisivat onnistua paremmin ja joiden suorittamiseen kaipaavat muilta ideoita. Ryhmäläiset voivat alkaa koostaa kerättyjen kompensatiokeinojen pohjalta omaa Komppaa-kortin sisältöä Komppari-päiväkirjaansa.



## HARJOITUS 24: kortti- ja testirastit (45–90 min)

Tavoitteet: Ryhmäläiset tunnistavat omia vahvuuksiaan, taitojaan sekä käyttämiään ja tarvitsemiaan apukeinoja eri tehtävissä.

Tarvikkeet: erilaisia kortteja, esim. vahvuus- tai ominaisuuskortit (ks. harjoitus 15, Vahvuuksien vaihto, vinkit ja harjoitus 2, Fiiliskortit, vinkit), Komppaa-pelin apukeinokortit (ks. kappale 4.2), Ammatit ja tehtävät -kortit (ks. vinkit), Itsearviointimittari (ks. harjoitus 19, Arjen asioita, liite 8), erilaisia osaamis- ja taitotestejä, esim. Taitoinventaari (ks. vinkit) ja Komppari-päiväkirja tai paperia ja kyniä

Toteutus:

1. Ohjaaja valmistele rastitehtävät laittamalla eri pöydille valitsemansa kortit ja testit siten, että ryhmäläisten lukumäärän mukaan on rastitehtäviä esillä. Ohjaaja käy yhdessä ryhmäläisten kanssa läpi, mitä milläkin rastilla tulee tehdä.
2. Jokainen ryhmäläinen kiertää itsekseen jokaisella rastitehtävällä noin kymmenen minuutin ajan, jotta saa omassa rauhassa käydä läpi kortteja ja tehdä testejä. Ohjaaja seuraa ajankulkua ja antaa merkkiään, kun ryhmäläiset vaihtavat rastia.
3. Ryhmäläiset ottavat kuvat tai kirjaavat muuten ylös Komppari-päiväkirjaansa tai paperille omat valintansa ja tuloksensa, mitä käydään vielä yhdessä kootusti läpi rastikierroksen jälkeen.

Vinkit: Ennen tätä harjoitusta ryhmäläiset ovat jo keskustelleet kokemistaan arjen, työn tai oppimisen haasteellisista tehtävistään, jotta he voivat nimetä näihin kyseisiin toimintoihin jo käytössä olevia apukeinoja sekä etsiä uusia. Jo käytössä olevien apukeinojen hyödyntämistä voidaan vahvistaa sekä asteittain kokeilla myös uusien käyttämistä ryhmäprosessin aikana.

Ilmaisia ja tulostettavia kortteja ja testejä:

- Ammatit ja tehtävät -kortit. Vahvike.fi: <https://urly.fi/1IPO>
- Taitoinventaari. Helsingin Yliopiston Tutkimus- ja koulutuskeskus Palmenia, Urapaja-projekti: <http://www.avosto.net/kori/taitoinventaari.htm>

## HARJOITUS 25: apuvälinerastit (45–90 min)



Tavoite: Ryhmäläiset kokeilevat erilaisia apuvälineitä.

Tarvikkeet: eri apuvälineitä, esim. lukikalvot ja -viivoittimet, vastamelukuulokkeet, tablettikone, tietokone tai älypuhelin ja tarvittavat digitaaliset sovellukset

Toteutus:

1. Ohjaaja valitsee etukäteen läpikäytävät apuvälineet (ks. digivinkeistä digitaalisia apuvälineitä), lataa ne tarvittaessa tablettikoneelle tai tietokoneelle sekä tekee tarvittavat tilaukset.
2. Apuvälinerastit voidaan kiertää yksin, pareittain tai pienissä ryhmissä. Ohjaaja esittelee yhden apuvälineen kerrallaan ja jokainen voi kokeilla sitä vuorollaan. Vaihtoehtoisesti ryhmäläiset voivat itsekseen testata älypuhelimessaan tai tablettikoneessaan olevia apuvälineitä.
3. Apuvälineiden kokeilemisen jälkeen kokoonnutaan yhteen ja käydään läpi ryhmäläisten kokemuksia niistä:
  - *Millaisia asenteita, uskomuksia ja kokemuksia liittyy yleisesti erilaisten apuvälineiden käyttämiseen?*
  - *Miltä eri apuvälineiden käyttäminen sinusta tuntui?*
  - *Mitä apuvälineistä voisit käyttää jatkossakin?*
  - *Tuliko sinulle mieleen jotain muita apuvälineitä, joita käytät tai olet käyttänyt?*

Vinkit: Eri apuvälineitä kannattaa käyttää läpi koko ryhmäprosessin ja soveltaa digitaalisten apuvälineiden käyttöä myös välitehtävien tekemiseen. Ryhmäläisiä voi jo etukäteen pyytää miettimään eri käyttämiään ja tietämiään apuvälineitä, joita he haluaisivat jakaa muille tämän harjoituksen yhteydessä.

Kuntoutussäätiön julkaisema Apuvälineopas toimii hyvänä tukena apuvälinerastin suunnittelussa: Naamanka, E. & Nukari, J. 2018.

Apuvälineopas. Hyödyllisiä sovelluksia ja ohjelmia oppimisen, työn ja arjen tueksi. Kuntoutussäätiö. [https://oppimisvaikeus.fi/assets/files/2018/09/Apuv%C3%A4lineopas\\_18.pdf](https://oppimisvaikeus.fi/assets/files/2018/09/Apuv%C3%A4lineopas_18.pdf).

## Digivinkit: iPad- tai Android-tablettikone apuvälineenä



1. *Voice Aloud Reader* on ilmainen ääneenlukija, joka lukee useilla eri kielillä ja useista eri lähteistä (mm. internet-sivuilta, tiedostoista, äänikirjoista) ääneen. Se sisältää paljon eri säätömahdollisuuksia esim. puheen nopeuteen, tauotukseen liittyen.
2. *Tekstin ja näppäimistön koon muuttaminen*, molemmissa laitteissa saa muutettua sekä näytöllä näkyvän tekstin että näppäimistön kokoa. Tämä tapahtuu eri tavalla eri laitteissa ja versioissa. Uudemmissa Android-tablettikoneessa tekstin ja näppäimistön kokoa pääset muuttamaan seuraavasti: *Asetukset > Näyttö > Kirjaisimen koko (tekstin koon muuttaminen) tai Asetukset > Näyttö > Näyttökoko (kuvakkeiden ja painikkeiden koko)*. Jos tablettikoneen näytön pieniin näppäimiin on vaikea osua, niin näppäimistön koon muuttaminen isommaksi tapahtuu seuraavasti: *Asetukset > Kielet ja syöttötapa > Virtuaalinen näppäimistö > Näppäimistön asetukset > Näppäimistön koko*.
3. *Ruudunkaappaukset* eli *screenshotit* ovat todella nopea ja helppo tapa napata talteen tärkeää informaatiota, jota saatat tarvita myöhemmin. Oli kyseessä sitten hauska kuva, tärkeä koulutehtävä tai nakkikeiton resepti, niin nappaamalla screenshotin saat tiedon talteen silmänräpäyksessä. iPad-laitteilla screenshot otetaan painamalla kotinäppäintä ja virtanäppäintä samaan aikaan ja Android-laitteilla puolestaan painamalla virtanappia ja äänenvoimakkuus pienemmälle -nappia.
4. *Puheohjaus*, Android-laitteissa *Google Assistant* ja iPadissa *Siri* ymmärtävät hyvin monipuolisesti erilaisia käskyjä jopa suomen kielellä. Puheohjauksella voit esimerkiksi hakea tietoa internetistä, asettaa herätyksiä tai navigoida.
5. *Pratsam Reader* -sovelluksella voit lukea Daisy-äänikirjoja, joita saat esimerkiksi Celia-saavutettavuuskirjastosta: <https://www.celianet.fi/ohjeet/kuuntelu-sovelluksessa/>.
6. *Readability* siivooa nettisivut ylimääräisistä mainoksista, väreistä, kuvista, koristeista, reunuksista jne. ja jättää jäljelle vain itse sisällön, jotta sitä olisi helpompi lukea. Todella kätevä sovellus, jos joutuu lukemaan pidempiä tekstejä internet-sivuilta.



7. *Screen Overlays*-sovellusten avulla on tablettikoneen näytölle mahdollista lisätä taustaväri eli digitaalinen lukikalvo, joka helpottaa lukemista.
8. *Google Translate* on todella monipuolinen ilmainen käännöspalvelu ja sanakirja varustettuna kymmenillä eri kielillä. Erityisen kätevä on sen uusi kameraominaisuus, jossa voit ottaa kuvan vieraskielisestä tekstistä, esim. oppikirjan sivusta tai kyltistä, ja sovellus kääntää sen suomeksi.
9. *Text Fairy*-sovelluksella voit ottaa kuvan oppikirjan sivusta, lehtijutusta tai tulostetusta asiakirjasta ja se muuttaa tekstin muokattavaksi tekstiedostoksi, jonka voi heti kuunnella, muokata tai tallentaa esim. pilvipalveluun.
10. Apple-laitteissa on laajat *helppokäyttötoiminnot*, kuten esim. puhuvalinnat, suurennus ja zoomaus, mitkä helpottavat esim. näkö- ja kuulovammaisten laitteiden käyttöä. Näihin liittyvät asetukset löytyvät iPadeista seuraavasti: *Asetukset > Yleiset > Käyttöapu*. Android-laitteissa vastaavat löytyvät: *Asetukset > Helppokäyttötoiminnot*.
11. *Speechnotes* tai *Speechy*-sovellukseen voit sanella tekstiä ja lisätä jälkikäteen tekstiin tarvittavat välimerkit ja korjaukset. Sovellus toimii yllättävän hyvin myös nopeasti puhuessa ja ”arkikielellä”. Kun teksti on valmis, sen voi tallentaa tai lähettää eteenpäin esim. sähköpostiin, WhatsAppiin, Facebookiin. Sovelluksen käyttö on todella yksinkertaista, painetaan vain yhtä nappia ja nauhoitus sekä tekstin luonti alkavat.
12. *Forest*-sovellus auttaa keskittymään työskentelyyn tai opiskeluun ja pyrkii vähentämään puhelinriippuvuutta. Sovellukseen voi asettaa haluamansa aikamäärän (esim. 20 min), jonka jälkeen näytöllä pyörii pieni animaatio puun kasvatuksesta asetetun ajan verran. Jos kesken tuon ajan tekee jotain muuta, esim. avaa Facebookin, niin puun kasvatusta epäonnistuu ja metsään tulee palanut pieni kanto. Jos taas asetetun ajan verran antaa puhelimen olla rauhassa, niin metsään kasvaa komea vihreä puu. Omaa metsää voi myös jakaa esim. Facebookissa.



13. *Vektor*-oppimispeli on tarkoitettu ensisijaisesti 6–8-vuotiaille lapsille matematiikan perusteiden oppimiseen, mutta se soveltuu iästä riippumatta kaikille, joilla on matematiikan oppimisvaikeuksia ja/tai hahmotusvaikeuksia. Matematiikan harjoittelu alkaa lukukäsitteestä edeten yhteen- ja vähennyslaskuihin kokonaisluvuilla. Haastavimmillaan tehtävissä opetellaan murto- ja desimaaliluvuilla. Pelin saa ladattua älylaitteen sovelluskaupasta ja siihen voi luoda oman tunnuksen tai kokeilla testitunnuksella: TESTUNLOCKED.
14. *Sticky Notes* -apuohjelman avulla pystyy tietokoneen työpöydälle lisäämään eri värisiä ja kokoisia muistilappuja, joihin voi kirjata erilaisia asioita itselle muistiin. Sticky Notes kuuluu uudempien Windowsin peruspakettiin, eikä sitä tarvitse erikseen ladata tai asentaa. Muistilappujen tekemiseen voi käyttää myös Google Keep -ohjelmaa, jolloin samoja muistilappuja pääsee muokkaamaan myös esim. puhelimella ja tablettikoneella.
15. Erilaiset *muuntimet* helpottavat työskentelyä esimerkiksi ruuanlaitossa tai etäisyyksien arvioinnissa erilaisten suomalaisten ja kansainvälisten mittayksiköiden välillä, kuten esim. desilitra – kuppi tai kilometri – maili. Tällaisia muuntimia löytyy paljon netistä ja älylaitteiden sovelluskaupoista, esim. Yksikkömuunnin tai [www.laskurini.fi](http://www.laskurini.fi).

### HARJOITUS 26: mitta-asteikkokysymykset (20–45 min)

Tavoite: Ryhmäläiset arvioivat oman tavoitetyöskentelynsä etenemistä.  
Tarvikkeet: Tavoiteportaat (ks. harjoitus 20)

Toteutus:

1. Osatavoitteiden (ks. harjoitus 20, Tavoiteportaat) tekemisen jälkeen seuraavilla ryhmäkerroilla seurataan jokaisen ryhmäläisen tavoitetyöskentelyä mitta-asteikkokysymysten avulla.
2. Ohjaaja voi kysyä jotain seuraavista kysymyksistä ryhmäläisiltä ennen varsinaisia mitta-asteikkokysymyksiä:

- *Oletko huomannut muutoksia parempaan tai huonompaan suuntaan, kun olet päättänyt toimia toisin tämän tekemisen suhteen?*
- *Mikä on jo edistymässä oikeaan suuntaan?*
- *Mitä edistystä on tapahtunut viime ryhmäkerrasta?*
- *Kuka muu on huomannut näitä mahdollisia muutoksia?*
- *Oliko yhtään poikkeusta, että kokema haasteesi ei ollut läsnä, miten se tapahtui?*

3. Ohjaaja voi esittää jonkin seuraavista kysymyksistä tukemaan ryhmäläisten henkilökohtaista tavoitetyöskentelyä; mitta-asteikolla yhdestä kymmeneen. Kymmenen on se onnistuminen, jota ryhmäläinen tavoittelee eli tavoiteportaiden ylin askelma.

- *Missä olet tällä hetkellä tavoiteportaissa?*
- *Miten antamasi arvio on eri kuin yksi tai viime ryhmäkerran arvio, miten sen teit?*
- *Mikä veisi sinut yhden askeleen ylöspäin tavoiteportaissa?*
- *Kuinka kauan arvioidusti kestää, että pääset yhden askeleen ylemmäs tavoiteportaissa?*
- *Mitä se sinulta vaatii, että pysyt tavoiteportaissa samassa kohtaa kuin nyt arvioit olevasi?*
- *Miten sinä tunnistat, kun olet edennyt yhden askeleen ylemmäs tavoiteportaissa?*
- *Mikä muu on silloin eri lailla, kun olet ylempänä tavoiteportailla?*
- *Miten asiat ovat eri lailla, kun saavutat tavoitteesi?*
- *Kuka huomaa tämän muutoksen?*
- *Mistä tiedät, että olet edistynyt tämän toiminnon tekemisessä?*  
(Mukaillen Ahola 2018; Bannink 2010; Grant 2013; Psychology tools n.d.; Sjöblom & McKergow 2005; Szabo 2006.)

Vinkit: Kun joku ryhmäläinen on päässyt etenemään tavoiteportaissaan, on tästä tehdystä tavoitteellisesta työstä hyvä antaa tunnustusta sekä iloita yhdessä toisten onnistumisista. Mitta-asteikkokysymyksiä voi myös esittää koko ryhmälle, esim. *miten hyödyllinen tämä kerta, yhdestä kymmeneen, oli teille.*

## HARJOITUS 27: aistivirikehuoneet (45–60 min)

Tavoite: Ryhmäläiset arvioivat eri huoneiden aistiärsyksiä ja sitä, miten eri elementit häiritsevät ja tukevat heidän toimintaansa.

Tarvikkeet: aistivirikehuoneiden tarkastuslista (ks. liite 9), kyniä, katso jokaisen huoneen ehdotetut materiaalit toteutuksesta

Toteutus:

1. Ohjaaja valmistelee aistivirikehuoneet esim. seuraavasti:
  - Perinteinen luokkatila: rauhallinen ja perinteinen luokkatila, kaikki valot päällä, istuminen selkä suorassa ja hiljaa oleminen, ohjaaja laskee ajankäyttöä ja ilmoittaa ryhmäläisille, paljonko aikaa on jäljellä, käytössä mustekynät, ohjeet kirjallisesti ja selkeästi pöydällä.
  - Rento tila: Säkki- tai nojatuolit, ryhmäläiset voivat siirtää tuoleja ja vaihtaa paikkaa siten, miten he kokevat mukavaksi työskennellä, taustalla rauhallinen musiikki, tilassa huonekasveja, himmennetty valaistus, tarjolla pientä purtavaa, ohjaajat odottavat ulkopuolella ja antavat suullisesti avoimen ohjeistuksen, käytössä tussikynät.
  - Hälinätila: Taustalla soi menevämpi musiikki tai liikenteen tai ruokalan ääniä, tavaroita on sekaisin pöydällä, tilassa käy eri ihmisiä tekemässä eri asioita äänekkäästi, ovi on auki, käytössä erilaisia kyniä ja askarteluvälineitä, kyniä tarvitsee teroittaa, ohjaajat puhuvat kovaan ääneen ja keskeyttävät ryhmäläisiä erilaisilla kommentteilla.
2. Ryhmäläiset jaetaan kahteen tai kolmeen ryhmään. Ryhmät menevät eri tiloihin tekemään sovittua tehtävää, esim. Taitotaloja (ks. harjoitus 31, jokainen talo tehdään eri tilassa, jossa talolle on varattuna materiaalit valmiina).
3. Jokaisessa tilassa ollaan noin 10–15 minuuttia. Ohjaaja pitää huolen ryhmien siirtymistä eri tiloihin.
4. Kun ryhmät ovat olleet jokaisessa tilassa, siirrytään yhteiseen ryhmätilaan, jossa pyydetään ryhmäläisiä arvioimaan tarkastuslistan avulla eri tiloja ja sitä, miten eri ärsykkeet tiloissa joko häiritsivät tai tukivat heidän tehtävän tekemistä.
5. Tarkastuslistan täyttämisen jälkeen keskustellaan vielä yhteisesti havainnoista sekä ajatuksista, mitä eri tiloissa ryhmäläisten keskuudessa heräsi.

Reflektointi:

- *Miltä eri tilat sinusta tuntuivat?*
- *Missä tilassa sinun oli miellyttävintä olla?*
- *Mitkä asiat ympäristössä tukevat työskentelyäsi parhaiten?*
- *Mitkä asiat ympäristössä häiritsevät työskentelyäsi?*

Vinkit: Aistivirikeharjoituksen kautta ryhmäläiset oivaltavat uusia kompensatiokeinoja Komppaa-korttiinsa erityisesti koskien ohjeistuksen ja työympäristön vaatimuksia.

### HARJOITUS 28: onnistunut oppimistilanne (45–60 min)



Tavoite: Ryhmäläiset miettivät ja visualisoivat oman ideaalin oppimistilanteensa ja -ympäristönsä, jossa he kokevat onnistuvansa parhaiten.

Tarvikkeet: A3-kartonkeja, liimaa, aikakauslehtiä ja kyniä

Toteutus:

1. Ryhmäläiset tekevät aarrekarttana onnistuneen oppimistilanteensa.
2. Ohjaaja voi viritellä ryhmäläisiä harjoituksen tekemiseen kysymällä (kysymykset voi laittaa myös esille kirjallisesti):
  - *Miltä sinun onnistunut oppimistilanne näyttää?*
  - *Mitä siihen ehdottomasti kuuluu ja mitä siihen ei kuulu?*
  - *Minkälaisessa ympäristössä opit parhaiten?*
  - *Minkälaista tukea kaipaavat muilta?*
  - *Mitä apuvälineitä käytät?*
  - *Mitä vahvuuksiasi tulee esille tässä tilanteessa?*
  - *Minkälainen tunne sinulla on tässä tilanteessa ja ympäristössä?*
3. Jokainen ryhmäläinen näyttää oman aarrekarttansa ja jakaa siitä muille sen verran kuin haluaa.

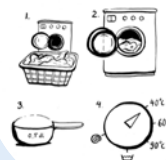


**Reflektointi:**

- *Miten voit hyödyntää omaa oppimistyyliäsi ja vahvinta aistikanavaasi omassa onnistuneessa oppimistilanteessasi?*
- *Mitä konkreettista voit itse tehdä esim. kotona, työssä tai opinnoissa, jotta oppimistilanteesi onnistuu hyvin?*

Vinkit: Tämä harjoitus ohjaa ryhmäläiset pohtimaan aiempia oppimistilanteitaan ja yhdistelemään niistä eri elementtejä itselle ideaaliin oppimistilanteeseen. Tämän harjoituksen kautta ryhmäläiset nimeävät itselle tärkeitä apukeinojaan, esim. mukavat vaatteet, työtehtävien jaksotus, kuulokkeet, pitkät kävelylenkit, eläimet, tekemällä oppiminen ja hyvä valaistus.

### HARJOITUS 29: työ- ja toimintatilanteen havainnointi (30 min–koko ryhmäkerta)



Tavoite: Ryhmäläisten tietoisuus omista vahvuuksistaan, apukeinoistaan ja muilta saatavan tuen merkityksestä vahvistuvat konkreettisia työtehtäviä tehdessä.

Tarvikkeet: Työ- ja toimintatilanteen havainnointilomake (ks. liite 7), kyniä tai Komppari-päiväkirja

**Toteutus:**

Havainnointitilanne voidaan toteuttaa esimerkiksi seuraavassa järjestyksessä tai vapaamuotoisemmin:

1. *Ryhmäläinen* kertoo tilanteesta vahvuuksistaan, apukeinoistaan ja huomaamastaan tuen tarpeesta, mitkä voivat auttaa häntä tehtävän tekemisessä sekä hyvään lopputulokseen pääsemisessä.
2. *Työvalmentaja* on keskeinen tiedonantaja koskien työtehtävän valintakriteereitä ja siihen tehtyjä mukautuksia.
3. *Ryhmän ohjaaja* toimii tilanteessa koordinaattorina, tekee ja kirjaa havaintoja lomakkeessa mainituista näkökulmista.
4. Tavoitteena tilanteessa on tarkastella yhdessä ryhmäläisen, työvalmentajan ja ryhmän ohjaajan kesken työ- ja toimintatilanteen havainnointilomakkeessa (ks. liite 7) olevia asioita.

5. Komppaa-ohjaaja kirjaa tehdyt havainnot ja löydetyt apukeinot apukysymysten kohdalle työ- ja toimintatilanteen havainnointilomakkeeseen ja ryhmäläinen voi kirjata tai kuvata nämä muistiin myös Komppari-päiväkirjaansa. Kirjaamisen voi hoitaa sovitusti myös joku muu tilanteessa mukana oleva ja asiaan perehtynyt henkilö kuten ryhmäläinen itse tai valmentaja.

Vinkit: Työ- ja toimintatilanteen havainnointia voidaan toteuttaa Komppaa-ryhmissä hyvin eri tavoin. Olennaista havainnointitilanteessa on se, että tekeminen on ryhmäläiselle mielekästä ja siinä tulee esille ympäristön ja tekeillä olevan toiminnan eri elementtejä (ks. kuvio 14). Työ- ja toimintatilanteen havainnointia on mahdollista toteuttaa myös ryhmänä (esim. retken, linnunpönttöjen rakentamisen tai omien työpisteiden esittelyn yhteydessä), jolloin ryhmäläisten kesken syntyvät havainnot ja oivallukset saadaan myös hyödynnettyä. On tärkeää muistaa ja myös sanoittaa ääneen, että havainnoinnissa ei ole kyse arvioinnista vaan osallistumisesta sekä tekemisen ja keinojen yhteisestä pohdinnasta.

### HARJOITUS 30: linkkilista (20–30 min)

Tavoite: Ryhmäläiset saavat tietoa eri oppimisen tuen tarjolla olevista palveluista ja asiantuntijaorganisaatioista.

Tarvikkeet: tablettikone, tietokone tai älypuhelin, projektori ja internetti

Toteutus:

1. Ohjaaja miettii etukäteen, mitä linkkejä esittelee ryhmäläisille. Hän voi myös tehdä linkkilista-tulosteen ryhmäläisille. Ohjaaja voi täydentää linkkilistaa esim. paikallisten palveluiden yhteystiedoilla.
2. Ohjaaja esittelee ryhmäläisille saatavilla olevia palveluita projektorin välityksellä tai vaihtoehtoisesti jokainen ryhmäläinen katsoo ohjaajan esittelemät linkit tablettikoneen tai oman älypuhelimensa kautta.



**Linkkilista:**

- [www.hahku.fi/](http://www.hahku.fi/)
- <https://oppimisvaikeus.fi/>
- <https://oppiva.tyoelamanverkko-opisto.fi/>
- <https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsearviointi/>
- <https://www.hyvis.fi/web/keski-suomi/testaa-terveytesi>
- <https://www.lukihairio.fi/etusivu/>
- <https://www.eoliitto.fi/>
- <http://www.lukimat.fi/matematiikka/tietopalvelu/oppimisvaikeudet>
- <https://adhd-liitto.fi/adhd-tietoa/>
- <http://kalliomaa.net/opas/toiminnanohjauksen-vaikeudet.html>

Vinkit: Linkkilistan voi antaa osana välitehtävää myös tutustuttavaksi, jotta mahdollisia esille nousevia kysymyksiä ja ajatuksia voidaan vielä pohtia ryhmässä yhdessä.

### HARJOITUS 31: taitotalot (45–60 min)



Tavoite: Ryhmäläiset koostavat itselle soveltuvia kompensatiokeinoja ja valmistautuvat Kompkaa-kortin tekemiseen.

Tarvikkeet: eri värisiä A3- ja A4-papereita, kyniä, saksia ja liimaa

Toteutus:

1. Jokainen ryhmäläinen ottaa kolme eri A4-paperia ja piirtää jokaiseen arkkiin talon ääriviivat.
2. Ryhmäläiset nimeävät talot: vahvuustaloksi, omat apukeinot -taloksi ja tuki muilta -taloksi sekä alkavat kirjoittaa taloihin niihin liittyviä asioita.
3. Ryhmäläisiä kannustetaan täydentämään taitotaloja omien Komppari-päiväkirjamerkintöjensä pohjalta ja mahdollisen yhteisen koosteen (ks. harjoitus 35, Kompensaatiokokoelma) avulla.
4. Taitotalot voi lopuksi liimata yhdelle A3-paperille ja esitellä toisille ryhmäläisille.

Reflektointi:

- *Mitä asioita voit omista taitotaloistasi ottaa tukemaan seuraavaan osatavoitteesesi (seuraavalle porrasaskelmalle) pääsyä tavoitetyössäsi (tavoiteportaassasi)?*

Vinkit: Taitotalot-harjoitus voidaan toteuttaa eri aistivirikehuoneissa siten, että aina yksi talo toteutetaan erilaisessa työtilassa ja erilaisten ohjeiden avulla (ks. harjoitus 27). Jälkikäteen voidaan yhdessä arvioida, miten huoneiden eri elementit ja ohjaajan antamat ohjeet joko häiritsivät tai tukivat ryhmäläisten taitotalojen tekemistä.

## HARJOITUS 32: Komppaa-kortti

Tavoite: Koota ryhmäläisten vahvuudet, apukeinot ja tuen tarpeet yhteen visuaalisesti siistiin ja helposti muokattavaan pohjaan eli Komppaa-korttiin. Tarvikkeet: Tietokone, Komppaa-korttipohja ja kortin tulostusohje (ks. luku 3, materiaalipankki, Komppaa-kortin pohja ja ohjeet), tulostin, paperia

Toteutus:

1. Ohjaaja käy jokaisen ryhmäläisen kanssa läpi heidän valitsemaansa vahvuudet, apukeinot ja tuen tarpeet muilta Komppaa-kortin koostamista varten.
2. Ohjaaja kirjaa sovitut vahvuudet, omat apukeinot ja tukikeinot muilta jokaisen omaan Komppaa-korttipohjaan ja tulostaa ne ryhmäläisille sekä jakaa tiedostona esim. sähköpostilla ne ryhmäläisille heidän niin halutessaan. Ryhmäläiset voivat myös jälkikäteen itse muokata Komppaa-korttiaan.
3. Lisäksi ohjaajan on hyvä ryhmäläisen luvalla tallentaa Komppaa-kortti omiin ja palveluverkoston kanssa yhteisiin asiakastietojärjestelmiin. Näin ryhmäläisen ammattilaisverkoston edustajat voivat myös hyödyntää kortissa olevaa tietoa asiakastyön tukena, esim. eri siirtymävaiheissa huomioida Komppaa-kortin tiedot. Tarvittaessa Komppaa-kortti voidaan myös tulostaa uudelleen ryhmäläiselle tai jatkaa sen työstämistä.

Vinkit: Jos Komppaa-ryhmäläisillä on käytössä NäytönPaikka-nettipalvelu, voi ryhmäläinen tallentaa Komppaa-kortin myös sinne sekä jakaa eri ammattilaisverkostonsa edustajille tiedoksi.

### HARJOITUS 33: aarrekartta (45–60 min)

Tavoite: Ryhmäläiset syventyvät miettimään omia sisäisiä unelmiaan.

Tarvikkeet: A3-kartonkia, kyniä, värikyniä, aikakausilehtiä, sakset ja liimaa, taustamusiikkia

Toteutus:

1. Ryhmäläiset voivat aluksi hetken aikaa kirjoittaa paperille ajatuksia tai piirtää kuvia unelmistaan. Ryhmäläiset voivat pohtia unelmiaan eri näkökulmista, joita ohjaaja voi johdatella heitä miettimään esim. koskemaan fyysistä ja psyykkistä hyvinvointia, sosiaalisia suhteita, mielenkiinnon kohteita, elämäntapaa, ura- ja opiskelusuunnitelmia.
2. Ryhmäläiset visualisoivat unelmansa omaan aarrekarttaansa (kartongille), johon he etsivät ja liimaavat eri aikakausilehdistä unelmiaan kuvaavia kuvia ja sanoja. Aarrekarttaan voi myös itse piirtää ja kirjoittaa täydennyksiä.
3. Jokainen ryhmäläinen jakaa muille omasta aarrekartastaan sen verran kuin haluaa.
4. Ohjaaja voi kysyä ryhmäläisiltä aarrekarttojen esittelyn yhteydessä syventäviä kysymyksiä:
  - *Millaista elämäsi on sitten, kun olet kaikki nämä unelmasi toteuttanut?*
  - *Minkälainen on unelmiesi mukainen elämäntilanteesi?*
  - *Millainen ihminen sinä olet silloin?*
  - *Miltä sinusta silloin tuntuu?*
5. Ohjaaja ohjeistaa ryhmäläisiä laittamaan aarrekartat jonnekin näkyvälle paikalle kotona tai ottamaan siitä kuvan esim. kännykän näytölle. (Mukaillen Herlevi & Ståhlberg 2017.)

Vinkit: Aarrekarttaharjoitusta tehdessä voi taustalle laittaa soimaan keskittymistä tukevaa musiikkia. Ohjaaja voi pitää pienen alustuksen tai näyttää aiheeseen liittyvän lyhyen videon unelmien merkityksestä elämässämme ja siitä, kuinka ne alitajuntamme tasolla ohjaavat toimintaamme.

### HARJOITUS 34: unelmatyö (20–45 min)

Tavoite: Ryhmäläiset pohtivat omaa unelmatyötään.

Tarvikkeet: kyniä, paperia tai älypuhelin tai tablettikone, taustamusiikkia

Toteutus:

1. Ryhmäläiset ottavat rennon asennon. Ohjaaja laittaa rauhallista ja rentouttavaa musiikkia, joka voi olla päällä koko harjoituksen teon ajan.
2. Ohjaaja aloittaa rentoutumistuokion ohjaamisella tai hyödyntämällä valmiita nauhoitteita tai- videoita.
3. Tässä esimerkkinä yksi rentoutumisharjoitus:

*Kiinnitä huomio omaan hengitykseen. Voit sulkea silmäsi. Kiinnitä huomio jalkoihisi ja varpasiisi. Anna niiden rentoutua. Kiinnitä huomio pohkeisiisi ja polviisi ja anna niiden rentoutua. Anna huomiosi kulkeutua reisilihaksiisi ja anna niidenkin rentoutua. Anna myös pakaralihaksien rentoutua. Kiinnitä huomio vatsan seudulle. Anna vatsan seudun rentoutua. Anna selän lihasten rentoutua. Anna huomiosi kulkeutua rintakehän lihaksiin ja anna niidenkin rentoutua. Anna käsivarsien rentoutua aina sormenpäitä myöten. Niska- ja hartiasoutu rentoutuu. Kiinnitä huomio suun ympärille oleviin lihaksiin ja silmien ympärillä oleviin lihaksiin ja anna niidenkin rentoutua. Päänahka rentoutuu ja kaikki kireys katoaa. Mielesi on tyyni ja rauhallinen.*

4. Rentoutumisen jälkeen kuljetaan mielikuvissa kohti unelmatyötä ohjaajan johdattelemana:

*Sulje silmäsi, jos se tuntuu sinusta hyvältä ja hengitä muutaman kerran rauhallisesti. Kuvittele nyt, että kävelet polulla, joka on miellyttävä ja turvallinen kävellä. Katselet kauniita maisemia ja tiedät, että polku vie sinut kohti unelmatyötäsi. Matkalla kuuntelet ääniä ja haistelet tuoksuja, joita polulle kulkeutuu. Kuljet innostunein askelin ja iloisin mielin unelmatyöstäsi haaveillen. Unelmiesi työ alkaa hämmöittää. Innostuneena ja onnellisena astut vielä muutaman askeleen ja olet unelmiesi työssä. Katselet rauhassa unelmiesi työtä.*

- Millaisessa paikassa näet itsesi?
- Millaisia ihmisiä tai esineitä näet ympärilläsi?
- Mitä näet itsesi tekemässä?
- Mitä taitojasi hyödynnät työssäsi?
- Millaisia sinun työpäiväsi ovat? Entä työviikkosi?
- Mikä työssäsi on parasta?
- Mitä lahjojasi ja kokemustasi haluat työssäsi hyödyntää?

*Nauti vielä hetki unelmiesi työssä. Iloitse siitä, että saat todellakin tehdä sitä, mitä haluat ja nauttia siitä. Voit vielä muistella sitä, mikä sinua on auttanut saavuttamaan sinun unelmiesi työn. Pikkuhiljaa sinun on aika palata unelmatyöstä takaisin tähän paikkaan ja hetkeen. Kiinnitä huomio omaan hengitykseesi, ja hengitä muutaman kerran hieman syvempään. Anna jokaisen hengityksen virkistää sinua. Anna jokaisen hengityksen tuoda sinut lähemmäksi tätä hetkeä. Voit liikutella sormiasi ja varpaitasi, käsiäsi ja jalkojasi. Voit vaikka venytellä, jos se tuntuu sinusta hyvältä. Ja kun sinusta siltä tuntuu, voit avata silmäsi.*

5. Ryhmäläiset piirtävät kuvan tai kirjoittavat ylös Komppari-päiväkirjaansa tai puhelimensa muistiinpanoihin sen, mitä he mielikuvituksissaan näkivät.
6. Ryhmäläiset voivat jakaa unelmatyöstään parille tai koko ryhmälle sen verran kuin haluavat.

(Unelmatyö-ryhmävalmennus n.d.)

### **HARJOITUS 35: kompensatiokokoelma (15–30 min)**

Tavoite: Ryhmäläiset koostavat yhdessä löytämiään kompensatiokeinoja.

Tarvikkeet: erivärisiä kartonkeja, kyniä, sakset liimaa, post it -lappuja

Toteutus:

1. Ohjaaja valmistelee etukäteen tai ryhmäläiset kanssa yhdessä alustan, joka voi olla kolme eri osaa käsittävä taulu, talo tai puu.
2. Ohjaaja ja ryhmäläiset kiinnittävät alustan kolmeen eri osioon ryhmäkerroilla löydettyjä vahvuuksia, apukeinoja ja tukea muilta.
3. Myös tavoitteita ja onnistumisia voidaan liittää alustan yhteyteen, esimerkiksi onnistumiset voivat olla oksille puhkeavia kukkia, tavoitteet omenoita jne.





4. Kompensaatiokokoelmaa täydennetään eri ryhmäkertojen sekä työ- ja toimintatilanteen havainnoinnin yhteydessä.

REFLEKTOINTI:

- *Miten erilaiset vahvuudet ovat auttaneet sinua omien tavoitteidesi saavuttamisessa?*
- *Mitkä omat apukeinot auttavat sinua eniten arjen, työn ja oppimisen eri tehtävissä?*
- *Mitä tukea tarvitset muilta tavoitteidesi saavuttamiseksi?*

Vinkit: Kompensaatiokoostetta voidaan alkaa tehdä jo ensimmäisillä ryhmäkerroilla, sillä se tuo hyvin esille Komppaa-ryhmätoiminnan idean. Ryhmäläisiä kannattaa ohjeistaa ryhmän alussa tekemään Komppari-päiväkirjaansa oman ”sivun” koskien omaa kompensaatiokokoelmaa (Komppaa-kortin pohja), jota voi päivittää eri ryhmäkerroilla ja välitehtäviä tehdessä yhteisen kokoelman avulla.

Ryhmäläisten kanssa on tärkeää sopia siitä, miten kokoelmaa säilytetään (esim. avoimessa yhteisessä tilassa kaikkien nähtävillä, suljetussa ryhmätilassa vain ryhmäläisille). Kompensaatiokokoelman on tärkeä ainakin olla esillä jokaisella ryhmäkerralla, jotta sitä voidaan päivittää helposti eri kerroilla. Ohjaaja sopii ryhmäläisten kanssa, miten kirjaaminen kokoelmaan toteutetaan: kirjoittaako ohjaaja vai ryhmäläiset itse esiin tulevia keinoja siihen. Eri kirjaamisen käytäntöjä voi myös vaihdella eri ryhmäkerroilla ryhmäprosessin edetessä.

### 6.2.3. PÄÄTÖSHARJOITUKSET

#### **HARJOITUS 36: yksi sana (15–20 min)**

Tavoite: Ryhmäläiset pohtivat ryhmäkerran sisältöä ja omaa oppimistaan siihen liittyen.

Toteutus:

1. Ohjaaja pyytää ryhmäläisiä kuvaamaan vähintään yhdellä sanalla, mitä jäi päällimmäisenä mieleen kyseisestä ryhmäkerrasta.
2. Jokainen ryhmäläinen kertoo vuorollaan mieleen tulleen sanan, sanat tai ryhmäkerran sisällön liittyviä ajatuksiaan.
3. Ryhmäläiset voivat kirjoittaa reflektionsa (tunteensa, ajatuksensa tai toimintansa) ennen sen kertomista, esim. fläpille kaikkien näkyville.
4. Ohjaaja voi pyytää ryhmäläisiä vielä tarkemmin avaamaan sitä, mikä oli erityisesti jäänyt ryhmäkerralla mieleen.

Vinkit: Ohjaaja voi pyytää ryhmäläisiä kertomaan ja kertaamaan omin sanoin kyseisen ryhmäkerran sisällön sen päätteeksi tai ryhmäkerran alussa jakamaan viime kerralta poissaolleille ryhmäläisille edellisen ryhmäkerran sisällöstä keskeiset asiat.

**HARJOITUS 37: fiilislankakerä (15–20 min)**

Tavoite: Ryhmäläiset jakavat omia ajatuksiaan ja tuntemuksiaan tietystä harjoituksesta tai koko ryhmäkerrasta sekä kuulevat muiden ajatuksia ja tuntemuksia.

Tarvikkeet: lankakerä

Toteutus:

1. Ryhmäläinen joka pitää lankakerää käsissään jakaa ajatuksiaan ja tuntemuksiaan ohjaajan esittämään kysymykseen ja heittää lankakerän toiselle ryhmäläiselle samalla pitäen kiinni langan päästä. Näin jatketaan, kunnes kaikki osallistujat ovat saaneet oman vuoronsa.
2. Ohjaaja voi vielä tehdä yhteenvetoa ryhmäläisten ajatuksista ja tuntemuksista, mitä yhtäläisyyksiä niistä löytyy ja miten ne liittyvät kuluneeseen ryhmäkertaan ja Komppaa-ryhmän tarkoitukseen.

(Mukaillen Leskinen 2009, 23.)

VINKIT: Lankakerän avulla voidaan myös tehdä ryhmäytymisharjoituksia ryhmätoiminnan alussa, missä heittokierroksella on jaettu oman nimen lisäksi esim. mitä tykkää tehdä, lempiruoka jne.

**HARJOITUS 38: fiilisjana (15–20 min)**

Tavoite: Ryhmäläiset tutustuvat toisiinsa paremmin sekä jakavat omia ajatuksiaan ja tuntemuksiaan eri asioista.

Tarvikkeet: paperia, kyniä ja kori tai laatikko

Toteutus:

1. Ryhmäläiset ja ohjaaja kirjoittavat pienille papereille kysymyksiä, joita haluavat tietää toisistaan, esim. oletko innokas oppimaan, pidätkö lukemisesta.
2. Paperit taitellaan ja laitetaan koriin tai laatikkoon. Paperit nostetaan vuorotellen ja luetaan muille.
3. Ryhmäläiset menevät seisomaan kuvitteelliselle janalle 1–10 siihen kohtaan, mikä kuvaa heidän vastaustaan parhaiten kysymykseen liittyen (1=en ollenkaan, 10=erityisen paljon).
4. Ohjaaja voi pyytää ryhmäläisiä avaamaan vastauksiaan vieressä olevalle ryhmäläiselle tai koko ryhmälle.
5. Lopuksi ohjaaja kysyy janan avulla ryhmäläisten tuntemuksia ja ajatuksia jostain tietystä harjoituksesta tai koko ryhmäkerrasta sekä pyytää tarvittaessa tarkennuksia vastauksiin.

**HARJOITUS 39: ilmapuntari (5–15 min)**

Tavoite: Ryhmäläiset ilmaisevat kokemuksensa käytetyn harjoituksen tai koko ryhmäkerran mielekkyydestä.

Toteutus:

1. Ohjaaja kysyy ryhmäläisten mielipidettä toteutetusta harjoituksesta tai koko ryhmäkerrasta yksi kerrallaan.
2. Ryhmäläiset ilmaisevat mielipiteensä käyttäen käsivarttaan ilmapuntarin viisarina seuraavasti:
  - käsi ylhäällä tarkoittaa, että on korkeapainetta, joten menetelmä tuntui erittäin hyvältä
  - keskellä sivulla oleva käsi ilmaisee, että harjoitus tuntui neutraalilta ja
  - alhaalla oleva käsi kertoo, että harjoitus ei tuntunut mielekkäältä tai kivalta.
3. Ohjaaja toteaa kokoavasti, kuinka myönteisenä tai kielteisenä harjoitukset tai kyseinen ryhmäkerta koettiin sekä miten nämä kokemukset voidaan jatkossa huomioida ryhmätoiminnassa.

(Mukaillen Leskinen 2009, 146-147.)

**HARJOITUS 40: patsaat (15–20 min)**

Tavoite: Ryhmäläiset miettivät tuntemuksiaan, ajatuksiaan ja ryhmäkerran toimintaa sekä jakavat toiveitaan tuleville ryhmäkerroille.

Toteutus:

1. Ohjaaja pyytää ryhmäläisiä jakautumaan pienempiin ryhmiin. Ryhmät miettivät ohjaajan opastamana a) ryhmäkerran kohokohtia ja mieleenpainuvia asioita, b) ryhmäläisten omia tunteita ja ajatuksia harjoituksista tai koko ryhmäkerrasta tai c) toiveita seuraavalle ryhmäkerralle.
2. Jokainen ryhmistä muodostaa ajatuksistaan toisille ryhmille esitettävät patsaat.
3. Toiset ryhmät yrittävät arvata, mitä esitysvuorossa olevan ryhmän patsas esittää.
4. Ohjaaja voi vaihtoehtoisesti tarjota mahdollisuutta piirtää ryhmän ajatukset esim. fläpille, hyödyntää pantomiimia tai sana-arvoituksia.



## LÄHTEET

Ahola, M. 2018. Ratkaisukeskeinen työote asiakastyössä -esitys. Lyhytterapiainstituutti. Komppaa-hankkeen 3.8.2018 koulutus.

Ahola, T. & Furman, B. 2015. Reteaming-valmennus, Yksilöiden ja yhteisöjen ratkaisukeskeinen kehittämismenetelmä. Helsinki: Lyhytterapiainstituutti.

Ahonen, T., Aro, M., Aro, T., Lerkkanen, M.-K. & Siiskonen, T. 2019. Oppimisen vaikeudet. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti.

Ala-Kauhaluoma, M., Kesä, M., Lehikoinen, T., Pitkänen, S. & Ylikojola, P. 2017. Osatyökykyisistä osaavaa työvoimaa. Osatyökykyisten työvoiman kysyntää ja sen kehittämistä koskeva tutkimus. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja 42/2017. Viitattu 17.7.2019. [http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160229/TEM-jul\\_42\\_2017\\_verkkojulkaisu.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160229/TEM-jul_42_2017_verkkojulkaisu.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Angle, M. 2019. Oppimisvaikeuksia omaava asiakkaana ohjauspalveluissa. Työntekijöiden ajatuksia oppimisvaikeuksien tunnistamisesta ja oppimisvaikeuksia omaavan asiakkaan ohjaamisesta. Opinnäytetyön haastatteluaineisto, ylempi AMK, Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala, sosiaali-, ja terveysalan johtamisen ja kehittämisen koulutusohjelma. Julkaisematon lähde.

AOTA. 2014. The Occupational Therapy Practice Framework: Domain and Process. American Occupational Therapy Association. 3rd edition. American Journal of Occupational Therapy. 68, 1.

Aro, T. 2017. Oppimisvaikeudet eivät ole lastentauteja. *Ruusupuiston uutiset*. Viitattu 31.7.2019. <https://peda.net/jyu/ruusupuisto/uutisarkisto/4-2017/2/oppimisvaikeudet>.

Aro, T., Eklund, K., Eloranta, A.-K., Närhi, V., Korhonen, E., & Ahonen, T. 2019. Associations Between Childhood Learning Disabilities and Adult-Age Mental Health Problems, Lack of Education, and Unemployment. *Journal of Learning Disabilities*, 52, 1, 71–83. Viitattu 26.7.2019. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0022219418775118>.



Asunta, P. 2018. Motorisen oppimisen vaikeuden tunnistaminen ja tukeminen koulu- ympäristössä. Väitöskirjatutkimus. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteellinen tiede- kunta. Viitattu 12.9.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-7571-5>.

Autti-Rämö, I., Salminen, A.L., Rajavaara, M. & Ylinen, A. 2016. Kuntoutuminen. Hel- sinki: Duodecim.

Baltes, V. 1997. On the incomplete architecture of human ontogeny. Selection, optimi- zation and compensation as foundation of developmental theory. *American Psycho- logist*, 52(4), 366–380.

Baltes, B. & Clark, M. 2009. Achieve Work-Family Balance through Individual and Organizational Strategies. Julkaisussa *Handbook of principles of organizational be- havior, indispensable knowledge for evidence-based management*. Toim. E, Locke. 2. p. West Sussex: Wiley, 581–594.

Bandura, A. 1997. *Self-Efficacy. The Exercise of Control*. New York: Freeman.

Bezanson, B. 2004. The application of solution-focused work in employment counse- ling. *Journal of Employment Counseling*, 41, 4, 183–191. Viitattu 22.3.2019. [https:// janet.finna.fi](https://janet.finna.fi), Academic Search Elite.

Blundo, R. G. & Simon, J.K. 2015. *Solution-Focused Case Management*. Springer Publishing Company. Vaatii käyttöoikeuden. [https://ebookcentral.proquest.com/lib/ jypoly-ebooks/detail.action?docID=4107860](https://ebookcentral.proquest.com/lib/jypoly-ebooks/detail.action?docID=4107860). Viitattu 2.8.2019. [https://janet.finna. fi/](https://janet.finna.fi/), ProQuest Ebook Central.

Bos, E., Snippe, E., Jonge, P. & Jeronimus, B. 2016. Preserving Subjective Wellbeing in the Face of Psychopathology: Buffering Effects of Personal Strengths and Resources. *PLoS ONE*, 11, 3. Viitattu 29.7.2019. [europepmc.org/backend/ptpmcrender.fcgi?ac cid=PMC4786317&blobtype=pdf](http://europepmc.org/backend/ptpmcrender.fcgi?accid=PMC4786317&blobtype=pdf).

Burns, E. & Bell, S. 2010. Voices of teachers with dyslexia in Finnish and English further and higher educational settings. *Teachers and Teaching*, 16, 5, 529–543. Viitattu 31.7.2019. Vaatii käyttöoikeuden. [https://www-tandfonline-com.ezproxy. uef.fi:2443/doi/full/10.1080/13540602.2010.507964](https://www-tandfonline-com.ezproxy.uef.fi:2443/doi/full/10.1080/13540602.2010.507964). Viitattu 2.8.2019. [https:// uef.finna.fi/](https://uef.finna.fi/), Ezproxy Tandfonline.

Burns, E., Poikkeus, A-M. & Aro, M. 2013. Resilience strategies employed by teachers with dyslexia working at tertiary education. *Teaching and Teacher Education*, 34, 77–85.

Burwell, R. & Chen, C. 2006. Applying the principles and techniques of solution-focused therapy to career counselling. *Counselling Psychology Quarterly*, 19, 2, 189–203. Viitattu 20.3.2019. <https://janet.finna.fi>, Academic Search Elite.

Carlsson, M. & Forssell, C. 2017. *Esimies ja coaching. Oivaltava coaching johtamisen työkaluna*. Tietosanoma. Porvoo: WS Bookwell.

Clince, L., Connolly, L. & Nolan, C. 2016. Comparing and Exploring the Sensory Processing Patterns of Higher Education Students With Attention Deficit Hyperactivity Disorder and Autism Spectrum Disorders. *American Journal of Occupational Therapy*, 70, 2.

Cole, M. 2018. *Group Dynamics in Occupational Therapy: The Theoretical Basis and Practice Application of Group Intervention*. 5. p. Grove Road, Thorofare: SLACK Incorporated.

De Jong, P. & Berg, I. K. 2008. *Ratkaisukeskeisen terapian oppikirja*. Käänt. B, Furman. Helsinki: Lyhytterapiainstituutti Oy.

Duchek, S. & Raetze, S. & Scheuch, I. 2019. The role of diversity in organizational resilience: a theoretical framework. *Business Research*. Viitattu 24.7.2019. <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007%2Fs40685-019-0084-8.pdf>.

Eklund, M., Orban, K., Argentzell, E., Bejerholm, U., Tjörnstrand, C., Erlandsson, L-K. & Håkansson, C. 2017. The linkage between patterns of daily occupations and occupational balance: Applications within occupational science and occupational therapy practice. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 24, 1, 41–56.

Eloranta, A-K., Närhi, V. & Ahonen, T. 2009. Oppimisvaikeuksien pysyvyys – seurantatutkimus yhdeksästä lukivaikeustaustaisesta nuoresta naisesta. *NMI-bulletin*, 19, 1. Jyväskylä: Niilo Mäki -säätiö. [https://bulletin.nmi.fi/wp-content/uploads/2016/09/eloranta1\\_2009.pdf](https://bulletin.nmi.fi/wp-content/uploads/2016/09/eloranta1_2009.pdf).

Epstein, M. 2000. The Behavioral and Emotional Rating Scale: A Strength-Based Approach to Assessment. *Assessment for Effective Intervention*, 25, 3, 249–256.

Epstein, M. & Sharma, J. 1998. *The Behavior and Emotional Rating Scale: A strength, based approach to assessment*. Austin, TX: PRO-ED.

Estervan, L. & van Deursena, A. & van Dijka, J. & Haanb, J. 2017. The relation between 21st-century skills and digital skills: A systematic literature review. *Computers in Human Behavior*, 72, 577–588.

Ferdman, B. 2013. *The Practice of Inclusion in Diverse Organizations. Towards a Systematic and Inclusive Framework*. Julkaisussa *Diversity at Work: The Practice of Inclusion*. Toim. B., Ferdman & B., Deane. San Francisco: Jossey-Bass, 3–54.

Fisher, A.G. 2009. *Occupational Therapy Intervention Process Model: A Model for Planning and Implementing Top-down, Client-centered, and Occupation-based Interventions*. Colorado: Three Star Press.

Fisher, A.G. & Marterella, A. 2019. *Powerful Practice. A Model for Authentic Occupational Therapy*. Fort Collins, Colorado: Center for Innovative OT Solutions.

Giddens, A. 1984. *The constitution of society*. Cambridge: Polity Press.

Goldberg, R. J., Higgins, E. L., Raskind, M. H. & Herman, K. L. 2003. Predictors of success in individuals with learning disabilities: a qualitative analysis of a 20-year longitudinal study. *Learning Disabilities Research & Practice*, 18, 4, 222–236.

Goodman, F., Disabato, D., Kashdan, T. & Machell, K. 2017. Personality Strengths as Resilience: A One-Year Multiwave Study. *Journal of Personality* June, 85, 3, 423–434.

Graham, F., Rodger, S. & Kennedy –Behr, A. 2017. *Occupational Performance Coaching: Enabling Caregivers' and Children's Occupational Performance*. Julkaisussa *Occupation- Centred Practice for Children: A Practical Guide for Occupational therapists*. Toim. S, Rodger & A, Kennedy-Behr. 2.p. West-Sussex: Wiley-Blackwell, 209–232.

Gronsky, S. A. 2015. Adults with Cognitive Disabilities in the Technical Sector. *Journal of Adult Education*, 44, 2.

Gustavsson-Lilius, M., Ketola, M., Mentula, T., Parkkila, M., Peltonen, K., Poutiainen, E., Stenberg, J. & Turunen, K. 2017. Uusi seulontamenetelmä nuorten oppimisen vaikeuksien ja mielenterveyden ongelmien tunnistamiseen. *Kuntoutus*, 1, 69–70. Viitattu 3.5.2019. [https://issuu.com/kuntoutussaatio/docs/kuntoutus\\_1\\_2017](https://issuu.com/kuntoutussaatio/docs/kuntoutus_1_2017).

Hakanen, A. 2001. Kognitiivisen psykoterapian luonne ja kehityshistoria. Teoksessa S., Kähkönen, I., Karila & N., Holmberg (toim.) *Kognitiivinen psykoterapia*. Helsinki: Duodecim, 14–38.

Hakkarainen, A. 2016. Matematiikan ja lukemisen vaikeuksien yhteys toisen asteen koulutuspolkuun ja jatko-opintoihin tai työelämään sijoittumiseen. Väitöskirjatutkimus. Itä-Suomen yliopisto, Filosofinen tiedekunta, Kasvatustieteiden ja psykologian osasto. Viitattu 3.5.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-61-2035-5>.

Hakkarainen, A., Holopainen, L., & Savolainen, H. 2015. A five-year follow-up on the role of educational support in preventing dropout from upper secondary education in Finland. *Journal of Learning Disabilities*, 48, 408–421. Viitattu 26.7.2019. <https://doi.org/10.1177/0022219413507603>.

Hallituksen esitys Eduskunnalle laiksi kuntouttavasta työtoiminnasta annetun lain muuttamisesta. 2018. Sosiaali- ja terveysministeriön säädösvalmistelu. Viitattu 3.5.2019. [https://api.hankeikkuna.fi/asiakirjat/2ddb365f-70ce-42d1-ae59-441de00bdcb3/1802139c-c1fc-4c59-971f-b6a891814ac6/LIITE\\_20181030112610.pdf](https://api.hankeikkuna.fi/asiakirjat/2ddb365f-70ce-42d1-ae59-441de00bdcb3/1802139c-c1fc-4c59-971f-b6a891814ac6/LIITE_20181030112610.pdf).

Hautala, T., Hämäläinen, T., Mäkelä, L. & Rusi-Pyykkönen, M. 2011. *Toiminnan voimaa*. Helsinki: Edita.

Haycock, L. A., McCarthy, P. & Skay, C. L. 1998. Procrastination in college students: The role of self-efficacy and anxiety. *Journal of Counseling & Development*, 76, 317–324.

Herlevi, M. & Ståhlberg, L. 2017. *Omannäköinen elämä. Näin teet hyviä valintoja*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hietajärvi, L., Tuominen-Soini, H., Hakkarainen, K., Salmela-Aro, K. & Lonka, K. 2015. Is Student Motivation Related to Socio-digital Participation? A Person-oriented Approach. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 171, 16, 1156–1167.

Huttula, K. 2018. Työ- ja toimintakyvyn havainnointilomake. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveys- ja liikunta-ala, kuntoutuksen ohjaajan tutkinto -ohjelma. Kehittyvä asiantuntijuus -kehittämistyö, julkaisematon lähde.

Hämäläinen, T. & Palo, S. 2014. Työpajapedagogiikka. Valmennuksen pedagogisia lähtökohtia työpajalla. Helsinki: Valtakunnallinen työpajayhdistys.

Häyrinen, M. & Peltari, P. 2019. Komppaa-peli: Keinoja oppimisvaikeuksien tuomiin haasteisiin ja arjessa selviytymiseen. Opinnäytetyö, AMK. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala, toimintaterapian tutkinto-ohjelma. Viitattu 3.5.2019. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2019060916231>.

ICD-10-hakuohjelma. F81 Oppimiskyvyn häiriöt. Terveysportti. Duodecim. Viitattu 13.9.2019. <https://www.terveysportti.fi/apps/icd/?query=kehitysvamma>.

Imms, C., Granlund, M., Wilson, PH., Steenbergen, B., Rosenbaum, PL. & Gordon, AM. 2017. Participation, both a means and an end: a conceptual analysis of processes and outcomes in childhood disability. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 59, 16–25. Viitattu 22.3.2019. <https://rdcu.be/bRobM>.

Isola, A-M., Kaartinen, H., Leemann, L., Lääperi, R., Schneider, T., Valtari, S. & Keto-Tokoi, A. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Työpäpaperi 33/2017. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 7.8.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-917-0>.

Isomäki, H. 2015. KUMMI 12. Ymmärrämmekö näkemäämme? – visuaalisen hahmottamisen häiriöt. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti.

Jyrkämä, J. 2008. Toimijuus, ikääntyminen ja arkielämä: hahmottelua teoreettis-metodologiseksi viitekehyyksi. *Gerontologia*, 22, 4, 190–203. Viitattu 1.8.2019. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ELE-1405542>.

Karakorpi, S. 2019. Ratkaisukeskeisten menetelmien hyödyntäminen työhönvalmennuksessa. Opinnäytetyö, AMK. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala, kuntoutuksen ohjaajan tutkinto-ohjelma. Viitattu 5.6.2019. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2019060615253>.

Karila, I. 2001. Skeematerapia persoonallisuushäiriöissä. Teoksessa S., Kähkönen, I., Karila & N., Holmberg (toim.) *Kognitiivinen psykoterapia*. Helsinki: Duodecim, 202–221.

KOMO-kysely. N.d. Kysely oppimisen ja mielenterveyden ongelmista. Oppimisen tuen keskus. Kuntoutussäätiö. Viitattu 12.9.2019. <https://kuntoutussaatio.fi/oppimisen-tuki/menetelmat/>.

Korkeamäki, J. 2010. Aikuisten oppimisvaikeudet. Näkökulmia selviytymiseen. Kuntoutussäätiön tutkimuksia 83/2010. Helsinki: Yliopistopaino. Viitattu 26.7.2019. [https://kuntoutussaatio.fi/files/392/Aikuisten\\_oppimisvaikeudet\\_Nakokulmia\\_selviytymiseen.pdf](https://kuntoutussaatio.fi/files/392/Aikuisten_oppimisvaikeudet_Nakokulmia_selviytymiseen.pdf).

Korkeamäki, J. & Nukari, J. 2014. Nuorten ja aikuisten oppimisvaikeudet. Moniammatillinen ohjaus ja tuki. Helsinki: Kuntoutussäätiö. Viitattu 30.4.2019. <https://oppimisvaikeus.fi/assets/files/2017/05/Nuorten-ja-aikuisten-oppimisvaikeudet-opas.pdf>.

Koskela, S. 2015. Ohjattavien minäpystyvyyttä tukevat tekijät henkilökohtaisissa ohjaustilanteissa. Teoksessa U., Mutka, S. Laitinen-Väänänen & M. Virolainen M. (Toim.) Monitoimisuus haastaa koulutuksen: uudistuvaa pedagogiikkaa ja TKI-toimintaa. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja, 206. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu, 173–179. Viitattu 12.9.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-830-397-1>.

Koskelo, K. & Kaisto, V. 2014. Verkkopohjaista tiedekasvatusoppimateriaalia rakentamassa – synteetin luominen sisällön, pedagogiikan ja teknologian (TPACK) välille. Kasvatus & Aika, 9, 1, 2014, 56–77. Viitattu 6.8.2019. [http://www.kasvatus-ja-aika.fi/dokumentit/koskelokaisto\\_\\_2703151518.pdf](http://www.kasvatus-ja-aika.fi/dokumentit/koskelokaisto__2703151518.pdf).

Kuntakyselyn osaraportti. 2017. Kuntouttava työtoiminta 2016. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 24.7.2019. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201709298810>.

Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja. 2017. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 30.4.2019. <https://thl.fi/fi/web/kuntouttavan-tyotoiminnan-kasikirja/kuntouttavan-tyotoiminnan-kasikirja/kuntouttava-tyotoiminta>.

Kuntoutuksen uudistamiskomitean ehdotukset kuntoutusjärjestelmän uudistamiseksi. 2017. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2017:41. Viitattu 30.4.2019. [http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160273/RAP2017\\_41.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160273/RAP2017_41.pdf?sequence=2&isAllowed=y).

Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001. Viitattu 30.4.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2001/20010189>.

Laki työllistymistä edistävästä monialaisesta yhteispalvelusta 1369/2014. Viitattu 30.4.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141369>.

Law, M. 2011. Canadian Occupational Performance Measure. Käänt. M., Kantanen & M-A., Kaukinen. Jyväskylä.

Law, M. & McColl, M. A. 2010. Occupational Therapy. Interventions, Effects and Outcomes. Teoksessa M, Law & M. A. McColl. Interventions, Effects and Outcomes in Occupational Therapy. Adults and older adults. Thorofare USA: SLACK Incorporated, 1–13.

Leemann, L., Kuusio, H. & Hämäläinen, R.-M. 2015. Sosiaalinen osallisuus. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 1.8.2019. [https://thl.fi/documents/966696/3775621/Tietopaketti\\_Sosiaalinen\\_Osallisuus.pdf/4bc56a65-8eb2-41c3-87b8-0cd963a2c600](https://thl.fi/documents/966696/3775621/Tietopaketti_Sosiaalinen_Osallisuus.pdf/4bc56a65-8eb2-41c3-87b8-0cd963a2c600).

Leskinen, E. 2009. Ryhmä toimimaan! Vinkkejä tutustumiseen, oppimiseen ja yhteistyöhön. Jyväskylä: PS-kustannus.

Lukivaikeuden tunnistuslista. N.d. Kuntoutussäätiö. Viitattu 15.5.2019. <https://oppimisvaikeus.fi/tukea/tunnistus/oppimisvaikeuksien-tunnistuslista/>.

Luukko, P. 2019. Asiakkaan kokemus palveluohjauksesta. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveys- ja liikunta-ala, kuntoutuksen ohjaajan tutkinto -ohjelma. Kehittyvä asiantuntijuus -kehittämistyö, julkaisematon lähde.

Menetelmäpaketti. N.d. Alakoulusta yläkouluun. Lapsen ääni. Viitattu 22.5.2019. <https://www.hel.fi/static/nk/Klaari/Menetelmapaketti.pdf>.

Mishra, P. & Koehler, M. 2006. Technological Pedagogical Content Knowledge: A Framework for Teacher Knowledge. Teachers College Record, 108, 6, 1017–1054.

Mokhtar, M., Aghababaei, S. & Abedi, A. 2013. Working memory and learning disabilities. International Journal of Learning Disabilities, 59.

Monimuotoisuuden johtaminen sosiaali- ja terveydenhuollon työssä. N.d. Kulttuurien välisen työn valmiuksien kehittäminen sosiaali- ja terveydenhuollon työssä, MULTITRAIN-hanke. Viitattu 24.7.2019. [http://www.uta.fi/edu/tutkimus/tutkimushankkeet/multitrain/tutkimustulokset/tulokset/monimuotoisuuden\\_johtaminen\\_sosiaali\\_ja\\_terveydenhuollon\\_tyossa.pdf](http://www.uta.fi/edu/tutkimus/tutkimushankkeet/multitrain/tutkimustulokset/tulokset/monimuotoisuuden_johtaminen_sosiaali_ja_terveydenhuollon_tyossa.pdf).

Monimuotoisuus, yhdenvertaisuus ja tasa-arvo työelämässä. 2016. Työturvallisuuskeskus. Viitattu 24.7.2019. [https://ttk.fi/files/5066/monimuotoisuus\\_netti.pdf](https://ttk.fi/files/5066/monimuotoisuus_netti.pdf).

Mullera, A. & Weigl, M. 2015. Selection, Optimization, and Compensation at Work in Relation to Age. *Encyclopedia of Geropsychology*. Springer Science + Business Media. Singapore. Viitattu 24.7.2019. [https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/978-981-287-080-3\\_28-1.pdf](https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/978-981-287-080-3_28-1.pdf).

Mäkihonko, M., Hakkarainen, A. & Holopainen, L. 2017. Oppimisvaikeuksisen opiskelijan yksilöllinen ohjaaminen ja tukeminen opintojen aikana. Julkaisussa Ohjaus ja erityisopetus oppijoiden tukena. Toim. S., Puukari, K., Lappalainen & M., Kuorelahti, M. Juva: PS-kustannus.

Naamanka, E. & Nukari, J. 2018. Apuvälineopas. Hyödyllisiä sovelluksia ja ohjelmia oppimisen, työn ja arjen tueksi. Kuntoutussäätiö. Viitattu 30.7.2017. [https://oppimisvaikeus.fi/assets/files/2018/09/Apuv%C3%A4lineopas\\_18.pdf](https://oppimisvaikeus.fi/assets/files/2018/09/Apuv%C3%A4lineopas_18.pdf).

Närhi, K., Kokkonen, T. & Matthies, A-L. 2014. Asiakkaiden osallisuus ja työntekijöiden harkintavalta palvelujärjestelmässä. *Janus*, 22, 3, 227–244. Viitattu 20.3.2019. <https://journal.fi/janus/article/view/51212>.

Oppimisvaikeuksista työpaikan osaamisvalmiuksiin. N.d. Työ sujuvaksi! -materiaali. Työväen Sivistysliitto TSL. Viitattu 31.7.2019. <https://oppiva.tyoelamanverkko-opisto.fi/>.

Oppi-va. N.d. Oppimisvaikeuksista työpaikan osaamisvalmiuksiin -hankkeen esite. Työväen Sivistysliitto TSL. Viitattu 31.7.2019. <https://oppiva.tyoelamanverkko-opisto.fi/OPPI-VA-esite.pdf>.

Osallisuuden kokemuksen mittaaminen. N.d. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 10.5.2019. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/osallisuuden-seuranta/osallisuuden-kokemuksen-mittaaminen>.



Partanen, A. 2011. "Kyllä minä tästä selviän." Aikuisopiskelijat koulutustarinansa kertojina ja koulutuksellisen minäpystyvyytensä rakentajina. Väitöskirjatutkimus. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen tiedekunta. Kokkolan yliopistokeskus Chydenius. Viitattu 12.9.2019. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/27071/978-951-39-4273-1.pdf>.

Pekkala, T. 2005. Työ- ja yksilövalmennuksen perusteet. 4. painos. Helsinki: Valta-kunnallinen työpajayhdistys.

Peltonen, K., Gustavsson-Lilius, M., Parkkila, M., Stenberg, J. & Poutiainen, E. 2019. Oppimisen ja mielenterveyden ongelmia kartoittavan KOMO-kyselyn psykometriset ominaisuudet. *Psykologia*, 54, 1, 21–33.

Peuna-Korpioja, K. 2019. Työhyvinvointikoulutusten koulutusmateriaali. Julkaisematon lähde. Ammatillinen opettajakorkeakoulu. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Piha, E. 2016. Case 3, Itsearviointimittari. Julkaisussa Starttivalmennuksen menetelmiä ja työskentelytapoja. Toim. Hanneli-Niemelä, M., Oulasvirta-Niiranen, P. & Pietikäinen, R. Valtakunnallinen työpajayhdistys. Helsinki: Picaset Oy, 15, 48–49.

Pipatti, U. & Martikkala, T. N.d. Ominaisuuskortit. Kiipulan ammattiopiston Sieppari-projektin ammatillisen kasvun työkalupakki. Viitattu 3.6.2019. <http://www.oikeita-toita.fi/sites/default/files/LIITE%20Ominaisuuskortit.pdf>

Prater, M. A., Redman, A. S., Anderson, D. & Gibb, G. S. 2014. Teaching Adolescent Students With Learning Disabilities to Self-Advocate for Accommodations. *Intervention in School and Clinic*, 49, 5, 298–305.

Price, L. A. & Gerber, P.J. 2008. Adults with Learning Disabilities and Self-Disclosure in Higher Education and Beyond. Julkaisussa *SAGE Handbook of Dyslexia*. Toim. G.Reid & A. Fawerett. London: Sage, 457–473.

Raivio, H. & Karjalainen, J. 2013. Osallisuus ei ole keino tai väline, palvelut ovat! Osallisuuden rakentuminen 2010-luvun tavoite- ja toimintaohjelmissa. Julkaisussa *Osallisuus – oikeutta vai pakkoa?* Toim. T., Era. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 156. Viitattu 1.8.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-830-280-6>.

Reid, G., Came, F. & Proce, L.A. 2008. Dyslexia: workplace issues. Julkaisussa SAGE Handbook of Dyslexia. Toim. G.Reid & A. Fawerett. London: Sage, 474–485.

Reis, S., Mcguire, J. & Neu, T. 2000. Compensation Strategies Used by High-Ability Students With Learning Disabilities who Succeed In College. *Gifted Child Quarterly*, 44, 2, 123–134.

Rodrigues, P., Barros, R., Lopes, S. & Vasconcelos, O. 2019. Strategies of adults with DCD to deal with the condition. DCD kongressi, Jyväskylän yliopisto. Posteresitys 7.6.2019.

Romakkaniemi, M, Lindh, J. & Laitinen, M. 2018. Nuorten aikuisten osallisuus ja sosiaalinen kuntoutus Lapissa. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 147. Kela. Viitattu 1.8.2019. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201802063157>.

Savolainen, H., Ahonen, T., Aro, M., Tolvanen, A., & Holopainen, L. 2008. Reading comprehension, word reading and spelling as predictors of school achievement and choice of secondary education. *Learning and Instruction*, 18, 201–210.

Savolainen, T. & Aralinna, V. 2017. Toimintaterapianimikkeistö. Helsinki: Kuntaliitto. Viitattu 16.9.2019. <http://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/site/assets/files/2411/toimintaterapianimikkeisto.pdf>.

Selkivuori, L. 2015. ”Ei näihin vaikeuksiin työelämässä törmää”, Oppimisen tuki ja erityiselle tuelle annetut merkitykset ammatillisessa aikuiskoulutuksessa opiskelijan näkökulmasta. Väitöskirjatutkimus. Jyväskylän yliopisto, Kasvatustieteiden tiedekunta, Erityispedagogiikka. Viitattu 22.5.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-6140-4>.

Snyder, C. R. 1995. Conceptualizing, measuring, and nurturing hope. *Journal of Counseling and Development*, 73, 355–360.

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014. Viitattu 30.4.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301>.

Sukula, S., Vainiemi, K. & Laukkala, T. 2015. GAS Menetelmästä sovellukseen. Kellan tutkimusosasto. Helsinki: Juvenes Print. Viitattu 29.8.2019. <http://hdl.handle.net/10138/158520>.

Tal-Saban, M., Ornoy, A. & Parush, S. 2014. Young Adults With Developmental Coordination Disorder: A Longitudinal Study. *The American Journal of Occupational Therapy*, 68, 3.

Torppa, M. 2019. Oppimisvaikeudet ja hyvinvointi. Ruusuipuiston kärkiuutiset. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 13.9.2019. <https://peda.net/jyu/ruusuipuisto/uutisarasto/1-2019/2>.

Työllisyyden kuntavaikutukset kunnittain 2017. 2018. Mikko Kesä OY. Työllisyydenhoidon kuntatalousvaikutukset -selvitys.

Työttömyysturvalaki 1290/2002. Viitattu 30.4.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2002/20021290>.

Unelmatyö-ryhmävalmennus. N.d. Valmentamo. LCF Life Coach®-koulutuksen harjoitus.

van Viersen, S., de Bree, E. & de Jong, P. 2019. Protective Factors and Compensation in Resolving Dyslexia. *Scientific Studies of Reading*, Viitattu 29.7.2019. <https://doi.org/10.1080/10888438.2019.1603543>.

Virta, M. & Salakari, A. 2018. ADHD-aikuisen selviytymisopas 2.0. Helsinki: Tammi.

Vuokila-Oikkonen, P. & Keskitalo, E. 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen voimavara- ja ratkaisukeskeiset menetelmät. Julkaisussa Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Toim. H., Kostilainen & A., Nieminen. 164–176. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Viitattu 2.8.2019. [https://issuu.com/diak\\_publications/docs/diak\\_tyolama\\_13\\_verkko](https://issuu.com/diak_publications/docs/diak_tyolama_13_verkko).

Weick, A., Rapp, C., Sullivan, W. P. & Kisthardt, S. 1989. A strengths perspective for social work practice. *Social Work*, 34, 350–354.





# LIITTEET

## LIITE 1 ESIMERKKEJÄ KOMPENSAATIOKEINOISTA

KOMPENSAATIO-KEINOJEN ESIMERKKEJÄ	(1) Tehtävän mukauttaminen	(2) Tekemisen tavan mukauttaminen	(3) Apuvälineen käyttäminen	(4) Ympäristön mukauttaminen
(a) Vahvuudet	<p>Motivaatio</p> <p>Rehellisyys ja avoimuus (ml. tuen tarpeet, omat rajoitteet)</p> <p>Uskallus yrittää ja epäonnistua</p> <p>Virheiden sietäminen</p> <p>Rento asenne</p> <p>Maalaisjärki</p> <p>Päätäväisyys</p> <p>Tekemällä oppiminen</p> <p>Kuuntelemalla oppiminen</p> <p>Mallista oppiminen</p>			
(b) Omat apukeinot	<p><b>Listaukset:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Tehtävälistalle päivän kolme tärkeitä tehtävää</li> <li>-Ostoslista puhelimessa tai paperilla</li> <li>-Tarkistuslistat</li> <li>-Asialistalla ensimmäisenä ne, joista on helppo aloittaa</li> <li>-Muistiinpanojen tekeminen luetusta tekstistä</li> <li>-Keskustelun jäsentäminen ranskalaisilla viivoilla</li> </ul> <p><b>Tehtävien selkeyttäminen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Ison tehtävän pilkkominen pieniin osiin tai työvaiheisiin</li> <li>-Lyhyiden tarinoiden kirjoittaminen; novellit, runot</li> <li>-Vähän asioita kerrallaan käytössä</li> <li>-Käytännölliset hankinnat</li> </ul>	<p><b>Oman tunnetilan ja käyttäytymisen säätely:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Pysyttäytyminen rauhallisena</li> <li>-Rentoutuminen</li> <li>-Syvään hengittäminen</li> </ul> <p><b>Oman toiminnan ohjaaminen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Toimintamalli; pysähdy, mieti, toimi!</li> <li>-Oman mielen stop- ja volume- nappulat</li> <li>-Sisäinen puhe, anna itsellesi toimintaohjeita</li> <li>-Älä siirrä asioita, jotka voi hoitaa heti</li> <li>-Toiminnan aloittamista helpottaa, kun ei suunnittele liian tarkkaan</li> </ul> <p><b>Oman vireystilan ylläpitäminen ja säätäminen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Taukojen pitäminen</li> </ul>	<p><b>Lukemisen helpottaminen tai korvaaminen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Lukikalvo</li> <li>-Lukiviivain</li> <li>-Tekstin lukeminen lukuohjelmalla</li> <li>-Tekstikoon suurentaminen</li> </ul> <p><b>Suuntien ja tilan hahmottaminen, perille löytäminen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Navigaattori</li> <li>-Google maps</li> <li>-sovellus</li> <li>-Google street view -sovellus; paikan ja reitin katsominen ennen lähtöä</li> <li>-Kuvan ottaminen helpottamaan paikan muistamista, esim. auton sijainti parkkihallissa</li> <li>-Värikköiset näppäimet tietokoneen näppäimistöissä</li> </ul> <p><b>Vireystilan säätäminen ja ylläpitäminen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Pehmeä istuintyyppi</li> </ul>	<p><b>Etsimisen ja löytämisen helpottaminen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Tavaroiden määrän karsiminen, siisti koti</li> <li>-Säilytysjärjestelmät</li> <li>-Värikoodit</li> <li>-Muistivihjeet, esim. samaan asiaan liittyvien paperoiden pitäminen samassa paikassa</li> <li>-Maamerkkien hyödyntäminen sijainnin ja reittien muistamisessa</li> <li>-Ostoksilla käyminen selkeässä kaupassa</li> <li>-Tavaroiden paikan merkitseminen esim. lapuilla tai teipillä</li> <li>-Tärkeillä tavaroilla oma paikkansa, esim. avaimet, puhelin</li> </ul>

KOMPENSAATIO-KEINOJEN ESIMERKKEJÄ	(1) Tehtävän mukauttaminen	(2) Tekemisen tavan mukauttaminen	(3) Apuvälineen käyttäminen	(4) Ympäristön mukauttaminen
(b) Omat apukeinot	<p>-Sanojen jakaminen pienempiin osiin</p> <p>-Toiminnan ohjelmointi selkeillä komennoilla, jotka kirjoitetaan listan muotoon</p> <p>-Ajatuskartta esim. kielioopin opiskelussa tai organisoinnin apuna</p>	<p>-Käveleminen ja liikkuminen lukiessa tai kuunnellessa</p> <p>-Piirtäminen kuunnellessa</p> <p>-Asioiden tekeminen silloin kun on virkeimmillään</p> <p>-Urheilu tai liikunta ennen opiskelua</p> <p>-Asennon vaihtelu säännöllisin väliajoin</p> <p>-Venyttely</p> <p>-Hiljentymisen</p> <p>-Käväisy ulkona happihyölyllä</p> <p>-Neulominen tai virkkaaminen</p> <p>-Luontoäänien soittaminen taustalla</p> <p><b>Opiskelu-tekniikoiden hyödyntäminen:</b></p> <p>-Silmäily ennen lukemista</p> <p>-Kielen aktiivinen puhuminen</p> <p>-Vaiheittain opiskelu</p> <p>-Opittavan asian aktiivinen pohtiminen</p> <p>-Aktiivinen osallistuminen oppitunnilla</p> <p>-Opittavan asian kytkeminen käytäntöön</p> <p>-Tärkeimpien kohtien lukeminen</p> <p>-Ääneen lukeminen mielessään</p> <p>-Merkinnät tekstiin</p> <p>-Kertaaminen, toisto, harjoittelu</p>	<p>-Jumppapallolla istuminen</p> <p>-Rulla tai kuminauha jaloissa</p> <p>-Eseen, esim. fidget spinner liikuttelu käsissä</p> <p>-Syli- tai hartiapaino</p> <p><b>Keskittymisen helpottaminen vähentämällä häiriötekijöitä:</b></p> <p>-Kuulokkeiden, kuulosuojaimien tai korvatulppien käyttö</p> <p><b>Ajankulun huomioiminen ja aikataulutus:</b></p> <p>-Ajastin, munakello, herätyskello, tiimalasi, muistuttaja</p> <p>-Herätyskello</p> <p>-Äänihälytys ruuanlaitossa</p> <p>-Sähköinen tai paperinen kalenteri</p> <p><b>Kirjoittamisen helpottaminen tai korvaaminen:</b></p> <p>-Äänittäminen</p> <p>-Puheviestit</p> <p>-Kuvan ottaminen</p> <p>-Tietokoneella kirjoittaminen</p> <p>-Vieraiden termien etsiminen hakukoneella</p> <p>-Tekstin muuttaminen isommalle kirjasinkoolle</p> <p>-Reunusten lisääminen tekstiin, tasaaminen vasemmalle</p>	<p><b>Ahdistuksen ja jännityksen sietäminen:</b></p> <p>-Ruuhka-ajan välttäminen</p> <p>-Tilanteesta pois pääsyn varmistaminen ”pakoreitti”</p> <p>-Musikki apukeinona esim. ruuhkassa</p> <p><b>Häiriötekijöiden vähentäminen:</b></p> <p>-Oman oven pitäminen kiinni</p> <p>-Työskentely rauhallisena aikana</p>

KOMPENSAATIO-KEINOJEN ESIMERKKEJÄ	(1) Tehtävän mukauttaminen	(2) Tekemisen tavan mukauttaminen	(3) Apuvälineen käyttäminen	(4) Ympäristön mukauttaminen
(b) Omat apukeinot		<p><b>Ennakointi ja suunnitelmallisuus:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Toiminta-suunnitelma</li> <li>-Huolellinen valmistautuminen</li> <li>- Asioiden tekeminen aina samalla tavalla</li> <li>-Aikataulutaminen</li> <li>-Tavoitteen asettaminen</li> <li>-Itsensä palkitseminen, kun tavoite saavutettu</li> </ul> <p><b>Huolellisuuden lisääminen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Toiminnan toteaminen ääneen</li> <li>-Toimintaohje: mieti, suunnittele, tee, tarkista</li> <li>-Ohjeiden tarkka kuunteleminen</li> <li>-Keskittyminen yhteen asiaan kerrallaan</li> </ul> <p><b>Asioiden muistaminen ja mieleen palauttaminen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Visuaalisten tuet: ajatuskartat, kuvat</li> <li>-Mielikuvien luominen muistettavasta asiasta</li> <li>-Salasanoissa jokin helposti muistettava muistisääntö</li> <li>-Muistilaput</li> </ul>	<p><b>Laskemisen helpottaminen ja korvaaminen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Laskimen käyttäminen esim. kaupassa ostosten loppusumman arvioimiseksi tai pelin pisteiden laskemiseen</li> </ul> <p><b>Muistamisen helpottaminen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Digitaaliset muistilaput</li> <li>-Kännykän notepad-sovellus</li> <li>-Muistutukset puhelimessa</li> </ul> <p><b>Kielen ymmärtäminen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Google kääntäjä</li> <li>-Suomen kielen käsitteiden tarkistaminen englannin sanakirjasta</li> <li>-Vieraiden termien etsiminen hakukoneella</li> </ul>	



KOMPENSAATIO-KEINOJEN ESIMERKKEJÄ	(1) Tehtävän mukauttaminen	(2) Tekemisen tavan mukauttaminen	(3) Apuvälineen käyttäminen	(4) Ympäristön mukauttaminen
(c) Tuki muilta	<p><b>Ohjeiden antamisen tavan sopivuus:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Lyhyet lauseet</li> <li>-Sanalliset ohjeet yksi kerrallaan</li> <li>-Kirjalliset ohjeet puhuttujen ohjeiden lisäksi</li> <li>-Pyydä näyttämään mallia tehtävään</li> <li>-Asian kertominen tarinan muodossa</li> <li>-Kuvallinen ohje</li> </ul> <p><b>Toinen henkilö mukauttaa tehtävää:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Riittävästi aikaa haasteellisiin tehtäviin</li> <li>-Lisää aika eri tenteissä</li> <li>-Suullinen tenttisuoritus</li> </ul>	<p><b>Tekeminen yhdessä eri tavalla:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Siivoa yhdessä toisen henkilön kanssa</li> <li>-Pyykki- ja siivospäivän sopiminen</li> <li>-Pyyttää puhujaa herättämään oman huomion ennen kuin sanoo jotakin, esim. koskettamalla, sanomalla nimen</li> <li>-Toinen kertoo olennaisen tekstistä ennen lukemista</li> </ul>	<p><b>Työnantajan tuki apuvälineiden hyödyntämisessä:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Työnantajan tarjoamat apuvälineet</li> <li>-Perehdyttäminen apuvälineen käyttöön</li> </ul>	<p><b>Sosiaalisen tuen hyödyntäminen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Puhuminen jonkun kanssa</li> <li>-Siivous tulee tehtyä, kun on sopinut vierailun</li> <li>-Tiimi- ja parityöskentely</li> <li>-Tuen ja avun saaminen läheisiltä</li> </ul> <p><b>Häiriötekijöiden poistaminen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Rauhallinen ympäristö</li> <li>-Häiriöttömän tilan järjestäminen</li> </ul> <p><b>Toinen henkilö on tukena tilanteessa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Kaverilta kysyminen</li> <li>-Tilanteen ratkaiseminen yhdessä</li> <li>-Toinen ihminen muistuttaa</li> <li>-Toinen henkilö tarkistaa virheet</li> <li>-Palautteen saaminen muilta</li> </ul>

VOIMAVARAESIMERKKEJÄ (edistävät myös kompensatiokeinojen käyttämistä)	
<p><b>Terveys ja hyvinvointi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Säännöllinen unirytm ja riittävä uni</li> <li>• Päivärytm</li> <li>• Säännöllinen ruokailurytm ja proteiinipitoinen ravinto</li> <li>• Säännöllinen liikunta</li> <li>• Rentoutuminen</li> <li>• Riittävä tukiverkosto</li> <li>• Tarvittava lääkehoito</li> <li>• Taloudellinen tasapaino</li> <li>• Usko tulevaisuuteen auttaa yrittämään haasteista huolimatta</li> </ul>	<p><b>Eri menetelmät:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tsemppilistat taidoista ja vahvuuksista</li> <li>• Aarrekartta</li> <li>• Kirje itselle</li> <li>• Vahvuuskortit</li> <li>• Kiitollisuuspäiväkirja</li> <li>• Ryhmäterapia ja –harjoitukset</li> </ul>

(Mukaillen Häyrynen & Pelttari 2019, Komppaa-ryhmissä löydetty apukeinot n=113, kirjallisuuden kautta löydetty apukeinot n=123)

## LIITE 2 ALKUKYSELY

### KOMPPAA-RYHMÄTOIMINNAN ALKUKYSELY

(mukaillen Kuntoutussäätiön Lukivaikeuden tunnistuslistasta, Terjo Kiljunen, Sovatek-säätiö)

Mieti osaltasi seuraavia asioita ja merkitse vastauksesi jokaiseen kohtaan:  
4=täysin samaa mieltä, 3= melkein samaa mieltä, 2= eri mieltä, 1= täysin eri mieltä.

- Luen mielelläni \_\_\_\_\_  
Muistan lukemani tekstin sisällön \_\_\_\_\_  
Pystyn lukemaan myös vieraampia sanoja \_\_\_\_\_  
Minun on helppo ilmaista asioita kirjallisesti \_\_\_\_\_  
Lomakkeiden täyttö on minulle helppoa \_\_\_\_\_  
Vieraiden kielten oppiminen on minulle helppoa \_\_\_\_\_  
Kertotaulun oppiminen oli minulle helppoa \_\_\_\_\_  
Päässä laskeminen ilman apuvälineitä on minulle helppoa \_\_\_\_\_  
Minun on helppo lausua pitkiä sanoja \_\_\_\_\_  
Osaan hyvin ottaa vastaan puhelinviestejä ja välittää niitä eteenpäin \_\_\_\_\_  
Valitsen puhelinnumerot oikein \_\_\_\_\_  
Olen hyvä keskittymään \_\_\_\_\_  
Muistan, mitä olin tekemässä, vaikka minut keskeytetään \_\_\_\_\_  
Säilytän tarkkaavaisuuteni, vaikka ympärilläni on rauhatonta \_\_\_\_\_  
Minun on helppo seurata puhetta isossa ryhmässä \_\_\_\_\_  
En tee usein huolimattomuusvirheitä \_\_\_\_\_  
Muistan sopimani päivämäärät ja kellon ajat \_\_\_\_\_  
Menen oikeaan aikaan sovittuihin tapaamisiin \_\_\_\_\_  
Muistan helposti kuukausien järjestyksen \_\_\_\_\_  
Tunnistan ja muistan aina oikean ja vasemman \_\_\_\_\_  
Osaan lukea karttaa ja mennä sen perusteella oikeaan paikkaan \_\_\_\_\_  
Muistan hyvin ihmisten nimet \_\_\_\_\_  
Muistan hyvin ihmisten kasvot \_\_\_\_\_  
Työskentelen käsilläni taitavasti \_\_\_\_\_  
Pysyn hyvin tasapainossa seisoessani ja liikkuessani \_\_\_\_\_

Minulla on todettu tai olen itse huomannut minulla olevan oppimisvaikeuksia.  
kyllä \_\_\_\_\_ Ei \_\_\_\_\_

Jos kyllä niin minkälaisia?

---

---

---

## LIITE 3 TYÖ- JA TOIMINTAKYVYN HAVAINNOINTILOMAKE

### TYÖ- JA TOIMINTAKYVYN HAVAINNOINTILOMAKE

Lomakkeen täyttäjä

asiakas  ohjaaja/valmentaja

#### 1 PERUSTIEDOT

Asiakkaan etu- ja sukunimi

Asiakkaan syntymäaika

Kuntouttava työtoimintapaikka

Työtoiminnan ohjaaja / valmentaja

Työaika (h/vrk, vrk/viikko)

Arviointipäivä

#### 2 TYÖYMPÄRISTÖ

Työympäristön ja -tehtävien kuvaus:

---

---

---

VALITSE 3-5 VAIHTOEHTOA, JOTKA VAHVISTAVAT (MERKITSE +) JA VALITSE 3-5 VAIHTOEHTOA, JOTKA VAIKEUTTAVAT (MERKITSE -) TYÖSSÄ SELVIITYMISTÄ, EDELLÄ MAINITUISSA TYÖTEHTÄVISSÄ. VOIT MYÖS PERUSTELLA TARKEMMIN VASTAUSTA.

TYÖYMPÄRISTÖ JA -TEHTÄVÄT			
istumatyö	työasennot	raskas fyysinen työ	toistuva ja sama työ
seisomatyö	hajut	työmatkaturvallisuus	työkoneet ja -laitteet
sisäilman laatu	siisteys ja selkeys	työtahti	pitkäkestoinen paikallaan oleminen
äännet	työtilat	työn henkinen kuormittavuus	tärinä
valaistus	sisätyö	perehdytys tiloihin ja välineisiin	yksin työskentely
ulkotyö	yhdessä työskentely	työpaikan sijainti	työyhteisötaidot
asiakaspalvelu	muu, mikä		

Perustelut:

---

---

---

### 3 TYÖSSÄ SUORIUTUMINEN

VALITSE (X) SOPIVIN VAIHTOEHTO TYÖSSÄ SUORIUTUMISEEN JA TYÖTEHTÄVIEN TEKEMISEEN LIITTYEN. VOIT MYÖS PERUSTELLA TARKEMMIN VASTAUSTA.

**1 = KEHITETTÄVÄÄ 2 = KESKITASOA 3 = HYVÄ 4 = EI ARVIOITAVISSA**

<b>SUORIUTUMINEN</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>PERUSTELUT</b>
Keskittyminen työn tekemiseen					
Käsien liikkeiden sujuvuus ja tarkkuus (hienomotoriikka)					
Liikkuminen ja esineiden kantaminen					
Tavoitteellinen työtehtävien tekeminen					
Työtehtävien muistaminen ja mieleen palauttaminen					

<b>OSALLISTUMINEN</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>PERUSTELUT</b>
Työhaasteiden ratkaiseminen ja tilanteiden selvittäminen					
Työtehtävien tekeminen itsenäisesti					
Ohjeiden ymmärtäminen ja hyödyntäminen					
Työtehtävien oppiminen					

<b>YKSILÖLLISET VALMIUDET</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>PERUSTELUT</b>
Yleinen vireys työaikana					
Sosiaaliset- ja ryhmätyötaidot					
Itseluottamus työtehtäviä tehdessä					
Motivaatio työhön					
Fyysinen suorituskyky					
Psyykinen hyvinvointi (mieliala, jaksaminen ja sosiaalisten tilanteiden pelko)					
Oma-aloitteisuus					
Vuorokausirytmii					
Itsearviointitaidot					
Työaikojen noudattaminen					
Stressinsietokyky					

#### 4 JATKOSUUNNITELMAT

VALITSE 3-5 TÄRKEIMPÄÄ VAIHTOEHTOA, JOTKA EDISTÄVÄT (MERKITSE +)  
JA VALITSE 3-5 TÄRKEIMPÄÄ VAIHTOEHTOA, JOTKA ESTÄVÄT (MERKITSE -)  
TYÖLLISTYMISTÄ.

työmahdollisuudet	töihin liikkuminen (kulkuyhteydet)	koulutus	kielitaito
ammattitutkinto	motivaatio	usko työllistymiseen	tuki työllistymisessä
päihitteet ja muut riippuvuudet	oma elämäntilanne	terveys ja toimintakyky	taloudellinen tilanne
perhe, sukulaiset, ystävät	rikosrekisteri- tai huumausainmerkinnät	psykkiset tekijät	verkotot
työkokemus	henkinen jaksaminen	oppimiskyky	digitaalinen osaaminen
sosiaaliset taidot	työelämävalmiudet	muu, mikä _____	

Työllistymisessä huomioitavia asioita:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Jatkosuunnitelmiin liittyvät tavoitteet ja toiveet:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

\_\_\_\_\_

Aika ja paikka

\_\_\_\_\_

Lomakkeen täyttäjän allekirjoitus

## LIITE 4 OPPISMISTYYLI- JA AISTIKANAVATESTIT

### OPPIMISTYYLITESTI (KEHITTÄNYT TERJO KILJUNEN, SOVATEK-SÄÄTIÖ)

Valitse seuraavista vaihtoehdoista itsellesi sopivin ja anna sille 3 pistettä, seuraavalle 2 pistettä ja vähiten luonteenomaiselle 1 piste. Laske lopuksi pisteet pystysuoraan yhteen, jolloin löydät suosikkijärjestelmäsi.

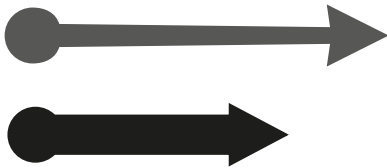
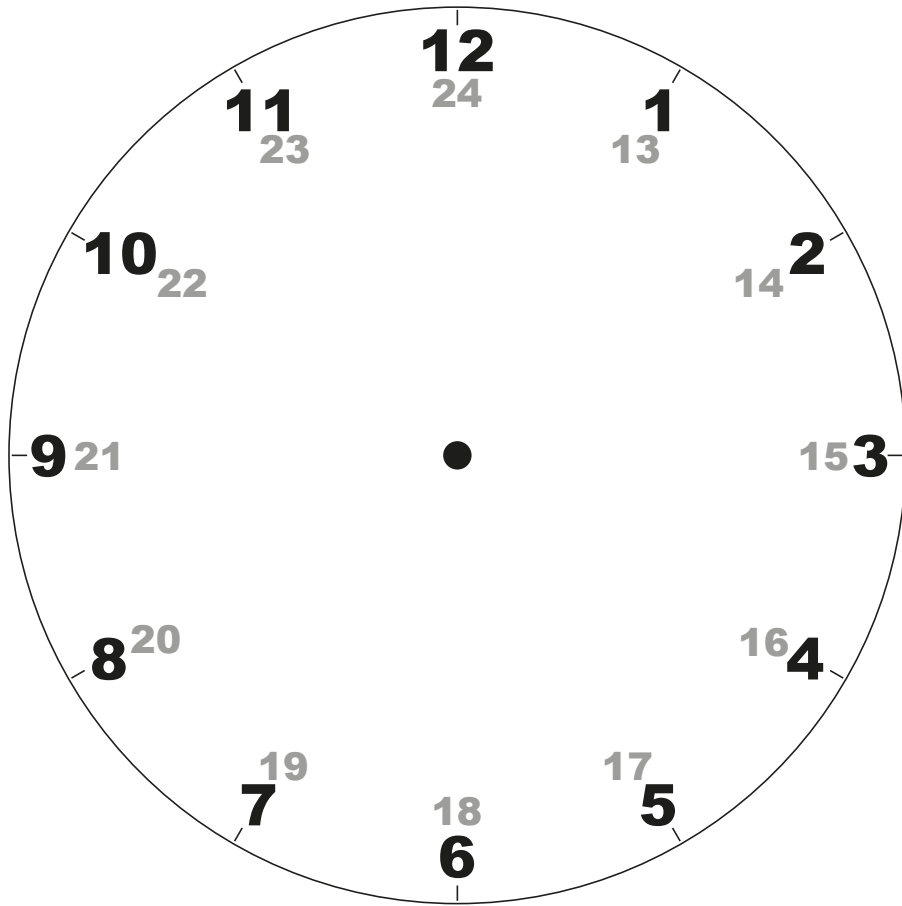
<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>
1. Opin näkemällä ja katsomalla miten tehdään.	Opin sanallisista ohjeista. Selitän asiat itselleni.	Opin tekemällä, kokeilemalla. Liike ja kosketus ovat tärkeitä.
2. Muistan helposti kasvot. Teen muistiinpanoja kuulemastani.	Muistan nimet paremmin kuin kasvot. Muistan ja opin toistamalla.	Muistan, mitä olen tehnyt, sanonut tai kokenut.
3. Kun suunnittelen, teen paperille ehdotelmia ja listoja.	Suunnittelen puhuessani. Ratkaisen asiat puhumalla.	Ratkaisen asiat tekemällä. Teen itselleni rautalankamallin.
4. Hahmotan sanat kuvina tai mielikuvina.	Kuulostelen sanoja. Selitän sanat itselleni.	Etsin oikean muodon kirjoittamalla.
5. Seuraan ajankohtaisia tapahtumia lukemalla lehtiä.	Kuuntelen usein radiota seuratakseni aikaani.	Pysyn ajan tasalla selailemalla lehtiä ja katsomalla TV-uutisia muutaman minuutin ajan.
6. Etsiessäni jotakin vieraassa kaupungissa tutkin tarkkaan karttaa.	Vieraan paikan löydän kysymällä tietä joltakin.	Haen vieraan paikan ensisijaisesti kokeillen, miten sinne mennään.
7. Vietän mielelläni vapaa-aikaa katsomalla TV:tä/DVD:tä, käymällä elokuvissa ja/tai teatterissa.	Vapaa-aikanani kuuntelen usein levyjä ja radiota.	Vapaa-aikaani kuuluu liikunta jossain muodossa.
8. Siisti pukeutuminen on minulle tärkeää.	Mielestäni pukeudun järkevästi.	Pidän mukavista vaatteista ja kengistä.
9. Minulle on tärkeää järjestys. Esineiden pitää olla paikoillaan.	Taustahäly ottaa korviini.	Mukava tunnelma on tärkeää. Pidän ihmisistä.
10. Kysyn usein: Miltä näyttää?	Kysyn usein: Miltä kuulostaa?	Kysyn usein: Miltä tuntuu?
<b>VISUAALINEN</b>	<b>AUDITIIVINEN</b>	<b>KINESTEETTINEN</b>
_____ pistettä	_____ pistettä	_____ pistettä

AISTIKANAVATESTI (KEHITTÄNYT TERJO KILJUNEN, SOVATEK-SÄÄTIÖ)

Laita rasti sen puolen lokeroon, kumman puolen teksti kuvaa itseäsi paremmin.

Pidän hiljaisuudesta.	Pidän pehmeästä musiikista.
Pidän kirkkaasta valaistuksesta.	Pidän pehmeästä, himmeästä valaistuksesta.
Istun mielelläni pöydän ääressä tukevalla tuolilla.	Istun mukavalla tuolilla, lojun sängyssä tai lattialla.
Keskityn tehtävään, kunnes se on suoritettu. En pidä taukoja.	Voin tehdä useita tehtäviä kerrallaan. Pidän taukoja välillä.
Syön tai juon tehtävän suorittamisen jälkeen.	Napostelen tai juon mielelläni jotain työskennellessäni.
Opin asian kerrallaan ja muodostan siten kokonaisuuden.	Haluan ymmärtää kokonaisuuden ennen kuin menen yksityiskohtiin.
Pohdin (analysoin) ongelmaa ja pääsen sitten ratkaisuun.	Teen päätöksiä tunteen pohjalta (olen impulsiivinen), toimin mielijohteesta.
Olen kiinnostunut yksityiskohdista ja muistan ne helposti.	Ymmärrän ilmiöt asiayhteyksissä välittämättä yksityiskohdista. Luen rivien välistä.
Työskentelen mielelläni yksin.	Pidän pienryhmätyöskentelystä.
En ole kiinnostunut luennoitsijan tai opettajan henkilökohtaisista kokemuksista.	Suhteutan opittavan asian omiin kokemuksiini ja nautin toisten kokemusten kuuntelusta.
Olen kiinnostunut tosiasioista (faktoista) ja muistan ne helposti.	Näen ilmiöiden välisiä suhteita ja samankaltaisuuksia.
Teen yhden asian kerrallaan. Keskittyessäni minua ei ole helppo häiritä.	Osaan työskennellä usean asian parissa samanaikaisesti.
En pidä epämääräisistä kysymyksistä, kuten olettaen että...	Vastaan usein: riippuu siitä että... toisaalta ja toisaalta...
Pidän täsmällisesti asetetuista perusteluista (kriteereistä) ja palautteesta.	Haluan nähdä tiedon merkityksen.
Pidän jäsenyyksistä.	Pidän yhteenvedoista.
<b>ERITTELEVÄ, JÄSENTELEVÄ (ANALYYTTINEN) OPPIJA</b> _____rastia	<b>KOKONAISSVALTAINEN OPPIJA</b> _____rastia

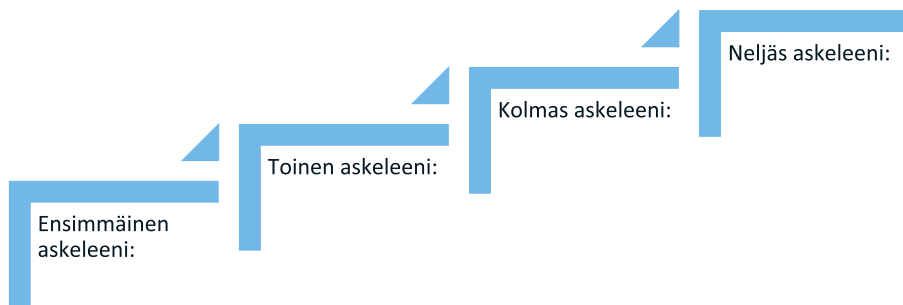
LIITE 5 KELLOTAULU





## LIITE 6 TAVOITEPORTAAT

Tavoitetilanne:  
Miten toiminta sujuu, kun se sujuu mielestäni hyvin?



Lähtötilanne: Miten toiminta sujuu nyt?

Mitä olen jo tehnyt tavoitteen eteen?

Mikä on toiminut?

Mitä tarvitaan, että tavoite on mahdollista saavuttaa?

Vahvuuteni:

Omat apukeinot:

Tuki muilta:

## LIITE 7 TYÖ- JA TOIMINTATILANTEEN HAVAINNOINTI KOMPPAA- RYHMÄSSÄ

### TYÖ- JA TOIMINTATILANTEEN HAVAINNOINTILOMAKE

Kysymys	Huomioita
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Miten tehtävää on mahdollisesti mukautettu huomioiden ryhmäläisen               <ul style="list-style-type: none"> <li>a) aiemmin hankkima tieto, taito ja osaaminen sekä</li> <li>b) tapa toimia ja oppia?</li> </ul> </li> <li>• Miten merkityksellinen tehtävän tarkoitus tai lopputulos on ryhmäläiselle?</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitä mukautuksia ympäristön osalta on mahdollisesti tehty huomioiden ryhmäläisen               <ul style="list-style-type: none"> <li>a) aiemmin hankkima tieto, taito ja osaaminen sekä</li> <li>b) tapa toimia ja oppia?</li> </ul> </li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Miten ympäristön ja tehtävän eri osatekijät vaikuttavat tehtävän tekemiseen?               <ul style="list-style-type: none"> <li>a) toiminnan rakenne ja ajan käyttö</li> <li>b) aistiärsykkeet kuten kuulo- ja näköärsykkeet, hajut, tuoksut ja tuntoärsykkeet</li> <li>c) rakennusten, huoneiden, tilan ja kulkureittien sijoittuminen</li> <li>d) esineiden, työvälineiden ja materiaalien sijoittelu ja niiden ominaisuudet</li> <li>e) digitaaliset ympäristöt ja työvälineet</li> <li>f) muiden ihmisten määrä ja tuttuus, heidän tarjoama tuki ja apu sekä vuorovaikutus ja asennoituminen</li> <li>g) yhteisön toimintakäytänteet</li> </ul> </li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitä sellaisia vahvuuksia, omia apukeinoja ja muiden tukea, tehtävän kuluessa tulee esille, joita Komppaa-ryhmäläinen ei ole aikaisemmin tunnistanut?</li> <li>• Entä kompensatiokeinoja, joita hän on tunnistanut, mutta ei ole vielä kokeillut käytännössä?</li> <li>• Miten nämä keinot edistävät tehtävästä suoriutumista ja vaikuttavat siinä onnistumiseen?</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitä itse tiedostamiaan kompensatiokeinoja Komppaa-ryhmäläinen voi hyödyntää tässä tehtävässä?</li> <li>• Miten nämä keinot edistävät tehtävästä suoriutumista ja siinä onnistumista?</li> </ul>	

## LIITE 8 ITSEARVIOINTIMITTARI

## ITSEARVIOINTIMITTARI

(mukaillen Piha 2016, 48-49, kehittäjä Henni Mustakorpi, KASKI Jyväskylä, Honkalampi-säätiö)

	ONNISTUU HYVIN	APUKEINOJEN AVULLA ONNISTUU	TARVITSEN TUKEA MUILTA	TARVITSEN UUSIA APUKEINOJA	LISÄTIETOJA
<b>SOSIAALISET TILANTEET JA VUOROVAIKUTUSTAIKOT</b>					
Sosiaalisissa tilanteissa oleminen					
Asioiden ilmaiseminen puhumalla					
Neuvojen ja tuen pyytäminen muilta vaikeissa tilanteissa					
<b>IHMISUHTEET</b>					
Ihmisiin, joilta saan rohkaisua ja tukea, tutustuminen					
Tuttavien kanssa erilaisten asioiden tekeminen					
Ystävien kanssa säännöllinen yhteydenpito					
<b>ARJEN PERUSTAIKOT</b>					
Omasta kodistani huolehtiminen ja tarpeellisten kotitöiden tekeminen					
Ruokaostoksista ja muista tarpeellisista hankinnoista huolehtiminen					
Rahojeni riittäminen menoihin kuukausittain					
Kodin ulkopuolella liikkuminen (esim. julkisilla kuluvälineillä)					
Tarpeellisen asioiden hoitaminen (esim. lääkäri, sossu, työkkäri, armeija, velat)					



## LIITE 9 AISTIVIRIKEHUONEIDEN TARKASTUSLISTA

Aistivirikehuoneiden tarkastuslista, työskentelytilanteiden havainnointi  
(kehittäjä Heidi Lukkarinen, Nuorten Ystävät ry)

<b>Perinteinen luokkatila</b>	<b>Auttaa</b>	<b>Häiritsee</b>
Hiljaa oleminen		
Ei ympäristön ääniä		
Pöydän ääressä tekeminen		
Perinteisellä tuolilla istuminen		
Kirkas valaistus		
Puhelimen jättäminen pois		
Mustekynällä tekeminen		
Kerrottiin, että 5 min aikaa jäljellä		
Koetilanteen tyyliiset olosuhteet		
Pelkkä kirjallinen ohjeistus		
Tyhjä pöytä, ei tavaroita pöydällä		
Mahdollisimman vähän visuaalisia ärsykeitä		
Ohjaajan läsnäolo		
Valmiiksi määritelty paikka jossa tehdään (pöydän ääressä)		
Muu, mikä?		

<b>Rento tila</b>	<b>Auttaa</b>	<b>Häiritsee</b>
Pitää valita itse oma paikka		
Säkkituolissa istuminen		
Mahdollisuus käyttää vilttiä		
Mahdollisuus juoda samalla kahvia/vettä		
Rauhallinen musiikki		
Huonekasvit		
Himmeä valaistus		
Ohjaajat ulkopuolella		
Ei tietoa ajan kulumisesta		
Ei pöytää jonka ääressä työskennellä		
Ohjeistus vain ohjaajien kertomana		
Mahdollisuus käyttää erilaisia värikyniä		
Hajallaan omilla paikoilla työskentely		
Saa jutella samalla		
Muu, mikä?		

<b>Hälinätila</b>	<b>Auttaa</b>	<b>Häiritsee</b>
Taustääänet		
Avonainen ovi		
Tavaroita on jätetty pöydille		
Ohjaajan läsnäolo		
Pöydän ääressä työskentely		
Kirjallinen ja suullinen ohjeistus		
Ryhmän ulkopuoliset ihmiset		
Ohjaaja kertoo ajan kulumisesta		
Paljon erilaisia kyniä, joista valita		
Saa itse päättää oman istumapaikan		
Hieman perinteisestä eroavat istuimet		
Tilan lämpötila		
Muu, mikä?		



# JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULUN Julkaisuja



**MYynti JA JAKELU**  
Jyväskylän ammattikorkeakoulun kirjasto  
PL 207, 40101 Jyväskylä  
Rajakatu 35, 40200 Jyväskylä  
040 865 0801  
julkaisut@jamk.fi  
www.jamk.fi/julkaisut

**VERKKOKAUPPA**  
www.tahtijulkaisut.net

# jamk.fi

# jamk.fi

JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULU

PL 207, 40101 Jyväskylä

Rajakatu 35, 40200 Jyväskylä

Puh. 020 743 8100

Faksi (014) 449 9700

[www.jamk.fi](http://www.jamk.fi)

AMMATILLINEN OPETTAJAKORKEAKOULU

HYVINVOINTIYKSIKKÖ

LIIKETOIMINTAYKSIKKÖ

TEKNOLOGIAYKSIKKÖ





Komppaa-ryhmänohjaajan opas esittelee ratkaisukeskeistä toiminnallista valmennusta hyödyntävän Komppaa-ryhmätoimintamallin. Ryhmätoiminnan tavoitteena on tukea ryhmäläisiä tiedostamaan omia oppimisen piirteitään ja oppimisen haasteiden kompensatiomahdollisuuksia sekä kokeilemaan eri kompensatiokeinoja arjen, työn ja/tai oppimisen tehtävissä että koostamaan niitä henkilökohtaiseen Komppaa-korttiin.

Komppaa-ryhmät ovat suunnattuna niille henkilöille, joilla on tunnistettuja tai/ja koettuja oppimisen vaikeuksia sekä tarvetta ja halua löytää toimivia ratkaisuja haasteelliseksi koettuihin tehtäviin. Ryhmätoiminnan tavoitteena on vahvistaa ryhmäläisten minäpystyvyyden kokemusta ja tukea heidän arjen toimijuuttaan sekä osallisuuden kokemustaan.

Opas on kehitetty Euroopan sosiaalirahaston rahoittaman Komppaa! Kompensatiokeinoista apuaskelmia työtehtäviin -kehittämishankkeen (1.2.2018–31.1.2020) yhtenä tuotoksena. Oppaassa kuvataan ryhmätoimintamallin teoreettisia lähtökohtia sekä sen sisältöä että näkökulmia oppimisen vaikeuksien kompensoinnista aikuisuudessa.

ISBN 978-951-830-540-1