



samk

Satakunnan ammattikorkeakoulu
Satakunta University of Applied Sciences

JONNA NYSSÖNEN

Naistenryhmän aihekortit-työkalu

KRIS Satakunta ry:n nais erityyisen
ryhmätoiminnan kehittäminen

SOSIAALIALAN TUTKINTO-OHJELMA
2023

Tekijä Nyysönen, Jonna	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä Toukokuu 2023
	Sivumäärä 57 (+liitteet)	Julkaisun kieli Suomi
Julkaisun nimi Naistenryhmän aihekortit-työkalu: KRIS Satakunta ry:n nais erityisen ryhmätoiminnan kehittäminen		
Tutkinto-ohjelma Sosiaalialan tutkinto-ohjelma, sosionomi, aikuissosiaalityö		
<p>Tässä toiminnallisessa kehittämistyössä luotiin KRIS Satakunta ry:n naistenryhmään aihekortit-työkalu, joiden avulla suunnitellaan jatkossa naistenryhmien sisältöä. Kehittämistyössä selvitettiin KRIS Satakunta ry:n naisasiakkaiden ajatusten pohjalta, millaista sisältöä he toivovat ja näkevät tarpeelliseksi olevan vain naisille suunnatuissa vertaisryhmissä. Lisäksi asiakkaiden ajatuksia täydennettiin nais erityisen päihde- ja rikosseuraamustyön teorian avulla. Kehittämistyön tavoitteena oli luoda konkreettiset kortit, jotka sisältävät erilaisia teemoja päihde- ja rikostaustaisten naisten vertaisryhmään. Korttien tarkoituksena on helpottaa naistenryhmien sisällön suunnittelua. Opinnäytetyön viitekehystenä toimi nais erityinen työ.</p> <p>Kehittämistyössä lisättiin KRIS Satakunnan naisten asiakasosallisuutta palveluiden kehittämisessä osallistamalla heidät aihekortit-työkalun laatimiseen. Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena kehittämistyönä hyödyntäen yhteisöllisiä ideointimenetelmiä, jossa KRIS Satakunta ry:n naiskävijöiden ajatuksia päihde- ja rikostaustaisten naisten tarpeista selvitettiin toiminnallisessa workshop tuokiossa. Workshoppiin osallistui kolme oman kokemuksen omaavaa, joista yksi oli KRIS Satakunnan henkilökunnan jäsen ja kaksi KRIS Satakunnan naiskävijää. Mukana workshopissa oli lisäksi yksi sosionomiopiskelija, jonka panos työskentelyssä oli naisnäkökulmasta. Workshopin tulokset perustuivat tuokiossa yhdessä laadittuihin kirjallisiin tuotoksiin ja muistiinpanoihin.</p> <p>Lopullisiksi ryhmänaiheiksi aihekortteihin jäsentyi tunteet ja tunnetaidot, luottamus ja kumppanuus, väkivalta, äitiys, seksuaalisuus ja seksuaalioikeudet, häpeä, elämänkaaren vaiheet, itsetunto ja itsetuntemus, keho, läheiset ihmissuhteet, pelot, unelmat sekä vastuu. Workshopissa laadittujen sekä teorian avulla täydennettyjen aiheiden pohjalta suunniteltiin ja luotiin visuaaliset aihekortit.</p>		
Avainsanat naistyö, nais erityisyys, rikosseuraamustyö, päihdetyö, ryhmänohjaus, vertaisryhmätoiminta		

<p>Author Nyyssönen, Jonna</p>	<p>Type of Publication Bachelor's thesis / Master's thesis</p>	<p>Date May 2023</p>
	<p>Number of pages 57 (+ appendices)</p>	<p>Language of publication: Finnish</p>
<p>Title of publication Theme cards tool for women's group, KRIS Satakunta ry development of women's special group activities</p>		
<p>Degree programme Social Degree Programme, Bachelor of Social Sciences, Adult Social Work</p>		
<p>In this functional development project, theme cards for the KRIS Satakunta ry's women's group were made. Cards will be utilized in the future to plan the content for women's groups. The goal of this development work was to determine the type of material that KRIS's clients want and consider essential when discussing peer groups that are specifically targeted at women. Also, based on women-specific, theoretical understanding of the work on substance abuse or criminal-based work, the customers' opinions were reinforced. The goal of this effort was to develop cards with a specific topic that could be applied to working with women who have substance abuse issues or who have a criminal history. The cards were designed to make organizing group events for women's clubs simpler. Women-specific work is the frame of reference for this thesis.</p> <p>By involving customers in the creation of the theme cards-tool, KRIS Satakunta's client participation in this development activity was increased. Thesis was put into practice as a practical development project using methods of ideation that are focused on the community. The needs of women who have a history of substance misuse or criminal behavior were sorted out in a practical workshop setting with the ladies of KRIS Satakunta. The workshop was attended by three people. Two of them were KRIS Satakunta clients and one of them was KRIS Satakunta personnel. Also, one student of Bachelor of social services who was working from a female perspective was also present in the workshop. Written outputs and notes from the workshop served as the foundation for its conclusions.</p> <p>The final group themes were organized around the following topics: emotions and emotional skills, trust and partnership, violence, maternity, sexuality and sexual rights, shame, life cycle stages, self-esteem and self-knowledge, body, close connections, fears, dreams, and responsibilities. Based on the subjects discussed in the workshop and enhanced with theoretical knowledge, visual theme cards were designed and created.</p>		
<p>Keywords women-specific work, criminal work, substance abuse welfare work, group guidance, peer support group</p>		

ALKUSANAT

Sosiaalialan palvelut tarvitsevat jatkuvaa kehittämistä asiakkaiden erilaisten tuentarpeiden muuttuessa sekä tilanteiden moniongelmaistuessa. Tähän tarvitaan jatkuvaa osaamisen kehittämistä sekä rakenteellisia muutoksia, ja parhaimpaan tulokseen pääsemme, kun palveluiden käyttäjät pääsevät itse osallistumaan kehitysprosessiin asiantuntijoiden rinnalla. Asiakasosallisuuden lisääminen palveluiden kehittämisessä on avainasemassa tehokkaampien palveluiden saavuttamiseksi. Siksi myös tämä opinnäytetyö on toteutettu yhteistyössä KRIS Satakunta ry:n kävijöiden kanssa.

Tahdon ensimmäiseksi kiittää KRIS Satakunta ry:n työntekijöitä ja kävijöitä mahdollisuudesta tutustua heihin, jonka avulla olen saanut paljon lisää ymmärrystä päihdeongelmasta toipumiseen sekä rikostaustaisuuteen liittyen. Tahdon kiittää KRIS Satakunta ry:stä opinnäytetyön yhteyshenkilöä jo heti alkuun kehittämismyönteisestä asenteesta, jonka kanssa ideoimme yhdessä opinnäytetyön tavoitteita ja tarpeellisuutta. Kiitos Riippuvuustyön kehittämysyksikölle opinnäytetyön laajemman hyödyntämisen mahdollistamisesta ympäri Suomea toimivalle KokoNaiset ryhmänohjaajaverkostolle. Riippuvuustyön kehittämysyksikön kokoNainen toiminta on innostanut minut tutustumaan naistyön pariin sekä on avannut silmäni sille, että tämän kaltaisella toiminnalla on merkitystä. Kiitos lisäksi opinnäytetyötäni ohjaavalle opettajalle nopeasta reagoinnista, kun olen tarvinnut opinnäytetyön prosessissa tukea. Erityiskiitos vielä kuitenkin KRIS Satakunta ry:n naiskävijöille, jotka otitte osaa opinnäytetyön workshop tuokioon. Sen lisäksi että saimme yhdessä aikaan merkityksellistä materiaalia nais erityisen toiminnan kehittämiseksi, te mahdollistitte ainakin minulle ikimuistoisen ja mukavan illan kanssanne yhdessä naisten kesken.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	7
2 KEHITTÄMISTYÖN TAVOITE JA TARKOITUS	9
2.1 Toimeksiantajaorganisaation kuvaus	10
2.2 Kehittämistarve	11
2.3 Muu yhteistyöverkosto	12
3 KESKEISET KÄSITTEET	13
3.1 Naiseus	13
3.2 Nais erityisyys päihde- ja rikosseuraamustyössä	14
3.3 Päihdeongelma	15
3.4 Vertaistuki	16
4 KEHITTÄMISTYÖN TEOREETTINEN PERUSTA	17
4.1 Sukupuolen merkitys sosiaalialan työssä	17
4.2 Nais erityisyyden merkitys päihde- ja rikosseuraamustyössä	19
4.2.1 Naisten päihdeiden käytön erityispiirteet	19
4.2.2 Naiset rikoksen tekijöinä	21
4.2.3 Nais erityisen työn sisältö	22
5 KEHITTÄMISMENETELMÄ	24
5.1 Suunnitteluvaihe	25
5.2 Toteutusvaihe	27
5.2.1 Esivaihe ja lämmittely	28
5.2.2 Ekskursiotekniikka	28
5.2.3 Ideakävelymenetelmä	30
5.2.4 Toivelistatekniikka	33
5.2.5 Yhteisötaideharjoite	33
5.3 Arviointivaihe	35
6 KEHITTÄMISTYÖN TUOTOS	36
6.1 Tunteet ja tunnetaidot	38
6.2 Läheiset ihmissuhteet	39
6.3 Äitiys	40
6.4 Seksuaalisuus ja seksuaalioikeudet	42
6.5 Häpeä	44
6.6 Itsetuntemus ja itsetunto	45
6.7 Elämänkaaren vaiheet (ikäkriisit)	46
6.8 Väkivalta; todistaja, kokija ja tekijä	47
6.9 Luottamus ja kumppanuus	48

6.10 Kehoni	49
7 TULOSTEN RAPORTOINTI JA TOIMEKSIANTAJAN PALAUTE	50
8 POHDINTA	51
8.1 Eettisyys	52
8.2 Luotettavuus	53
8.3 Ammatillinen kasvu	55

LÄHTEET

LIITTEET

1 JOHDANTO

Tämä opinnäytetyö on toteutettu vastaamaan päihde- ja rikostaustaisten vertaistukijärjestö KRIS Satakunta ry:n tarpeeseen kehittää nais erityistä työtä. KRIS Satakunta ry:ssä nais erityistä työtä toteutetaan Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA:n rahoittamassa Naistyön hankkeessa naisille suunnatuilla ryhmätoiminnoilla sekä yksilöllisellä tuella (KRIS-Satakunta ry, n.d.). Syksyllä 2022 on kuitenkin nousut esiin tarve jäsentää tarkemmin, millaista sisältöä naistenryhmässä voitaisiin käsitellä ryhmään osallistujien kanssa. Nais erityisyydestä puhuttaessa on vaikea määrittää, mitä kaikkea nais erityinen työ pitää sisällään (Karttunen, 2013, s.221). Riittääkö nais erityiseen työhön se, että jokin toiminta on suunnattu pelkästään naisille, vai onko olemassa selkeämpää sisältöä, mitä kaikkea nais erityisessä työssä olisi hyvä käsitellä. Tällä opinnäytetyöllä etsitään vastausta tähän kysymykseen.

Tässä opinnäytetyössä selvitetään millaista sisältöä KRIS Satakunta ry:n naiskävijät toivovat naistenryhmissä olevan. Tämän selvittämiseksi toteutettiin KRIS Satakunta ry:llä toiminnallisen workshop tuokion, jossa naiskävijät osallistettiin pohtimaan aihetta erilaisten yhteisölähtöisten ideointimenetelmien avulla. Workshopista saatujen tulosten pohjalta opinnäytetyön tuotokseksi syntyi naistenryhmän aihekortit-työkalu. Workshopin tuloksia täydennettiin lisäksi nais erityisen rikosseuraamus- ja päihdetyön teorian tiedolla. Aihekorttien avulla naistenryhmän ohjaaja voi jatkossa suunnitella helpommin tapaamiskertojen sisällön. Naistenryhmään osallistuvat voivat ohjaajan kanssa valita aihekortteja hyödyntäen, mitä teemoja he haluavat ryhmässä käsitellä.

Opinnäytetyössä rajaan aiheen naisten erityispiirteisiin ja jätän tarkoituksenmukaisesti miesten ja ei-binääristen näkökulman tämän opinnäytetyön ulkopuolelle. Tarkoituksena on tarkastella naisnäkökulmaa tasavertaisena erityisyytenä muiden erityiskysymysten rinnalla. Naiset edustavat selkeää vähemmistöä jo valmiiksi marginaalisessa ryhmässä eli lainrikkoina ja päihdetaustaisten keskuudessa. Nais erityisyys on tärkeää nostaa esiin päihde- ja rikostaustaisten keskuudessa, sillä naiset ovat tällöin

”marginaalin marginaalissa”. (Salovaara, 2019b, s.89.) Tällä tavalla myös vähemmistöä edustavien tarpeet tulevat tasa-arvoisesti huomioiduksi. Marginaalin marginaali näyttäytyy myös KRIS Satakunta ry:ssä, sillä myös heidän toiminnassaan vähemmistöä edustaa naissukupuoliset kävijät. Opinnäytetyön tarkastelunäkökulmassa otan huomioon sekä naisten rikoskäyttäytymisen sekä päihdeongelmat. Näitä teemoja on hyvä tarkastella yhdessä, sillä rikoskäyttäytymiseen linkittyy usein myös haitallinen päihteiden käyttö tai päihderiippuvuus (Salovaara, 2019a, s.25). Lisäksi nämä molemmat ovat ilmiöitä, joihin opinnäytetyön toimeksiantaja KRIS Satakunta ry pyrkii yhdistyksenä vaikuttamaan (KRIS-Satakunta ry, n.d.).

2 KEHITTÄMISTYÖN TAVOITE JA TARKOITUS

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on luoda KRIS Satakunta ry:n naistyöhön naistenryhmän aihekortit-työkalu. Valmiiksi laadittuja ryhmäaiheita sisältävien aihekorttien tarkoituksena on helpottaa ohjaajan työtä ryhmän suunnittelussa. Aihekorttien avulla ryhmänohjaaja voi ensimmäisellä tapaamiskerralla suunnitella, millaisia teemoja kyseinen ryhmä kokee tarpeelliseksi käsitellä tulevilla ryhmäkerroilla. Korttien avulla voidaan myös hahmottaa, missä järjestyksessä teemoja voitaisiin käsitellä.

Aihekorttien tarkoituksena on lisäksi selkeyttää naistenryhmään osallistuville, millaisten teemojen ympärille naistenryhmä rakentuu. Ryhmäaiheiden etukäteen suunnittelu ei poissulje naistenryhmään osallistujien mahdollisuutta vaikuttaa ryhmän sisältöön. Valmiiksi laaditut ryhmäkertojen aiheet mahdollistavat sen, että osallistujat voivat valita heille mielekkäimmät sekä tärkeimmiksi koetut teemat. Aihekortteja hyödyntäessä on mahdollisuus myös nostaa esiin omia teemoja, mitä ei valmiiksi laadituissa aiheissa vielä ole. Kokemukseni mukaan kaikki asiakkaat eivät välttämättä osaa täysin tarkkaan sanoa, mitä he haluaisivat tai tarvitsevat. Tämän vuoksi kortit toimisivat esimerkkeinä, joiden pohjalta osallistujat voivat valita heidän mielestään tärkeimpiä aiheita.

Opinnäytetyö vastaa KRIS Satakunta ry:n tarpeeseen kehittää naistenryhmien sisältöä, sekä lisäksi yhteiskunnallisesti merkittävään ja ajankohtaiseen aiheeseen: sukupuolensensitiivisen työn näkyväksi tekemiseen ja sukupuolinäkökulman huomioimiseen eri palveluissa. Nais erityisyyden merkitys on tunnustettu jo kauan, mutta edelleen sen tarkemmalle tarkastelulle ja kehittämiselle on tarvetta. Erityisesti nais erityisyys on nousut viime vuosina keskusteluun rikosseuraamustyön kentällä. Nais erityisyys on nousut esiin muun muassa vuonna 2020 valmistuneessa naisvankiselvityksessä, sekä vuoden 2023 rikosseuraamusalan koulutuskeskuksen Rikosseuraamusalan etiikka -käsitteistä käytäntöön julkaisussa (Tammi-Moilanen, 2020; Kaarakka & Nikula, 2023, s. 129). Sukupuolten erityiskysymysten huomioiminen on otettu tarkasteluun valtionhallinnon tasolla saakka. Sukupuolinäkökulman valtavirtaistamisella pyritään saamaan sukupuolinäkökulman huomioiminen juurrutettua osaksi kaikkea päätöksentekoa. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2020, s.47–48; Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2022c.)

Opinnäytetyön toimeksiantajan KRIS Satakunta ry:n lisäksi yhteistyökumppanina toimii Kirkkopalvelut ry:n Riippuvuustyön kehittämissyksikkö, joka vastaa opinnäytetyön tuotoksen hyödynnettävyyden laajentamisesta. Aihekortit tulevat olemaan saatavilla Riippuvuustyön kehittämissyksikön koordinoimalle KokoNaiset-ryhmänohjaajaverkostolle, jotka voivat myös jatkossa hyödyntää aihekortteja omien naistenryhmiensä kanssa. Opinnäytetyön välillisenä hyödynsaajana on useat päihde- ja rikosseuraamustyön toimijat, sillä opinnäytetyö lisää myös nais erityiselle toiminnalle näkyvyyttä.

2.1 Toimeksiantajaorganisaation kuvaus

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii KRIS Satakunta ry, jossa suoritin ammatillisen harjoitteluni syksyllä 2022. KRIS Satakunta ry on vuonna 2013 perustettu Satakunnan alueella toimiva paikallisyhdistys, joka kuuluu eri puolelle maailmaa levinneeseen KRIS-järjestöön. Suomessa KRIS-järjestöllä yhteensä kuusi paikallisyhdistystä, joiden kattojärjestönä toimii KRIS-Suomen Keskusliitto ry. KRIS-järjestö tarjoaa apua ja tukea vankilasta vapautuville henkilöille, syrjäytymisuhan alla oleville sekä päihdeongelmallisille henkilöille. KRIS-järjestö pyrkii tukemaan päihde- ja rikostaustaisia henkilöitä, jotta heillä olisi paremmat edellytykset rikoksettomaan ja päihteettömään elämään sekä takaisin yhteiskuntaan integroitumiseen. (KRIS, 2022a; KRIS, 2022b.)

KRIS-Satakunta ry:n toiminta tarjoaa maksutonta vertaisuuteen pohjautuvaa tukea, toimintakeskustoimintaa sekä vankila- ja rikosseuraamustyötä. Vankila- ja rikosseuraamustyötä toteutetaan muun muassa jalkautumalla vankiloihin sekä tarjoamalla mahdollisuutta suorittaa yhdyskuntapalvelusta tai koevapautta heidän toiminnassaan. Lisäksi KRIS Satakunta ry:ssä toimii tällä hetkellä kaksi hanketta: Naistyön hanke sekä KRIS valmennus Silta työelämään-hanke. Yhdistyksen toiminnan periaatteet ovat päihteettömyys, rehellisyys, toveruus, yhteisvastuullisuus sekä yhdenvertaisuus. (KRIS, 2022a; KRIS, 2022b; KRIS-Satakunta ry, n.d.)

KRIS-Satakunta ry:ssä toimiva Naistyön hanke perustuu vertaisuuteen, jossa työskentelee yksi oman kokemuksen omaava naistyön koordinaattori. Nais erityistä työtä toteutetaan yksilöllisellä tuella sekä vertaisuuteen pohjautuvilla ryhmätoiminnoilla.

Ryhmätapaamiset voivat koostua erilaisia retkistä ja harrastuksista tai keskusteluryhmistä. (KRIS, 2022b.) Tässä opinnäytetyössä käytän KRIS Satakunta ry:n toimintaan osallistuvista naisista pääasiassa termiä naiskävijät, sillä KRIS:in toiminnassa ei aina välttämättä synny varsinaista asiakkuussuhdetta toiminnan perustuessa vertaisuuteen ja yhteistoimintaan. Käytän kuitenkin opinnäytetyössä ajoittain myös termiä asiakas kuvaamaan muun muassa sosiaali- ja terveystalveluiden käytänteitä.

2.2 Kehittämistarve

Ajatus opinnäytetyöstä ja nais erityisen työn viitekehuksesta heräsi minulle jo keväällä 2022, jolloin tutustuin tarkemmin nais erityisen päihdetyöhön teoriaan. Nais erityisyys on ollut minulle käsitteenä tuttu entuudestaan, sillä kuulun itse Riippuvuustyön kehittämisyksikön koordinoimaan nais erityisen päihdetyön KokoNaiset-ryhmän ohjaaja-verkostoon. Näin kuitenkin aiheen tarkemmalle tarkastelulle edelleen tarvetta erityisesti rikostaustaisten näkökulmasta ja halusin syventää osaamistani aiheen tiimoilta. Hakeuduin tämän vuoksi toiseen ammatilliseen harjoitteluuni KRIS Satakunta ry:lle, jotta voisin tutustua nais erityiseen työhön myös käytännössä. Harjoitteluni aikana otin tavoitteeksi tutustua KRIS Satakunta ry:n naistyön sisältöön sekä pohtia yhdessä naistyön koordinaattorin kanssa sen mahdollisia kehittämiskohteita. Ajatus opinnäytetyön tarkasta sisällöstä tarkentui lopulta syksyllä 2022.

KRIS Satakunta ry:n naistyön kehittämiskohteeksi nousi ammatillisen harjoitteluni aikana ryhmätoiminnan sisällön tarkempi suunnittelu. Ryhmätoiminnan sisältö ja toteutus oli perustunut tähän saakka siihen, että ryhmässä käsiteltävä aihe suunniteltiin ryhmätapaamisen alussa yhdessä sen hetkisten osallistujien kanssa. Tarkempaa suunnitelmalla ryhmäkertojen sisällöistä ei toistaiseksi ollut laadittu vähäisen ja epäsäännöllisen osallistujamäärän vuoksi. Näin ryhmätoiminnan selkeämmälle sisällön suunnittelulle kuitenkin tarvetta, jotta tämä mahdollistaisi naistyön koordinaattorille enemmän aikaa valmistella ryhmän toteutusmahdollisuuksia ennakkoon. Lisäksi ajattelin tämän selkeyttävän naistenryhmän runkoa myös siihen osallistujille.

Keskustelin kehittämissuhteesta KRIS Satakunta ry:n henkilökunnan kanssa, ja myös he näkivät ryhmätoiminnan sisällön suunnittelulle tarvetta. Yhdistyksen

henkilökunnan ajatukset olivat olleet hyvin samansuuntaiset omien ajatusteni kanssa, joten opinnäytetyölle oli tilausta. Jaoimme saman ajatuksen siitä, että ryhmänaiheiden suunnittelussa aiheiden täytyy tulla naiskävijöiltä itseltään. Koska naistenryhmän osallistujamäärä oli epäsäännöllinen ja vähäinen, päädyimme selvittämään ryhmänaiheita myös muilta KRIS Satakunta ry:n toimintaan osallistuvilta naisilta. Lisäksi koin tarpeelliseksi, että naiskävijöiden ajatuksia ryhmän aiheista vahvistetaan nais erityisen päihde- ja rikosseuraamustyön teorian kautta. Tällä halusin varmistaa, ettei ryhmänaiheet perustu kokonaisuudessaan kehittämistyöhön osallistuvien naisten subjektiivisiin kokemuksiin. Teoriatiedon tuella mahdollistetaan ryhmänaiheiden laajempi hyödyntäminen myös muiden osallistujien kanssa. Esitin KRIS Satakunta ry:lle ideani, että asiakaskokemukset kerättäisiin toiminnallisessa workshop-tuokiossa erilaisten harjoitteiden avulla. Opinnäytetyön tavoitteeksi tarkentui luoda näiden kautta nais erityisen ryhmätoiminnan aihekortit-työkalu.

2.3 Muu yhteistyöverkosto

Opinnäytetyön toisena yhteistyökumppanina toimii Riippuvuustyön kehittämissyksikkö, joka vastaa opinnäytetyön tuotoksen hyödynnettävyyden laajentamisesta ympäri Suomea toimivalle KokoNaiset-verkostolle. Riippuvuustyön kehittämissyksikkö on päihde- ja riippuvuustyön toimia, joka kehittää yhdessä muiden toimijoiden kanssa päihde- ja riippuvuustyön sisältöjä, osaamista ja vaikuttavuutta. Riippuvuustyön kehittämissyksikkö järjestää muun muassa asiantuntijaluentoja ja alueellisia verkostosekä koulutustilaisuuksia. Riippuvuustyön kehittämissyksikkö kehittää erilaisia toimintamalleja ja työvälineitä sekä toteuttaa kehittämishankkeita ja toimii hankekumppaneina. (Kirkkopalvelut, n.d.c; Kirkkopalvelut n.d.d.)

Riippuvuustyön kehittämissyksikön yksi kehittämishanke on ollut muun muassa vuosina 2018–2021 toiminut Yhdessä kokoNAINEN-hanke. Hankkeen aikana luotiin päihdeistä toipuville naisille suunnattu ammattilaisohjattu vertaisuuteen perustuva KokoNainen-ryhmätoimintamalli ja KokoNaiset-työote. Työotteen idea pohjautuu naisuuden vahvistamiseen, voimavarojen tukemiseen sekä hyvinvoinnin lisäämiseen, jonka kautta vaikutetaan kokonaisvaltaisesti päihdeistä kuntoutumiseen. Ryhmän

sisältö perustu nais erityiseen päihdetyöhön, sen teemoihin sekä vertaisuuden periaatteisiin. (Kirkkopalvelut, n.d.b.)

Yhdessä kokoNAINEN-hankkeen päättymisen jälkeen toiminta on jatkunut vuodesta 2021 alkaen KokoNainen-toimintana. Toiminnan tavoitteena on jatkaa hankkeen työtä ylläpitääkseen nais erityistä näkökulmaa ja naiseuden huomioimista päihde- ja riippuvuustyössä. KokoNainen-toiminta kouluttaa uusia KokoNaiset-ryhmänohjaajia, jotka toteuttavat ryhmätoimintaa omilla paikkakunnillaan. Riippuvuustyön kehittämisyksikkö koordinoi ryhmänohjaajien yhteistä verkostoa. (Kirkkopalvelut, n.d.a.) Tähän opinnäytetyöhön on yhdistetty KokoNaiset-ryhmätoimintamallin periaatteita ja osin myös sen sisältöjä, sillä sen sovellettavuus vastaa erityisien hyvin myös KRIS Satakunta ry:n tarpeisiin. Opinnäytetyöllä on kuitenkin tarkoituksena rikastuttaa ja laajentaa edelleen KokoNaiset-ryhmätoiminnan sisältöä erityisesti KRIS Satakunnan kävijöiden tarpeisiin.

3 KESKEISET KÄSITTEET

3.1 Naiseus

Sukupuoli muodostuu monista eri tekijöistä. Mitään sukupuolta ei voida mahduttaa tietynlaiseen lokeroon, millainen on esimerkiksi nainen tai mitä tarkalleen naiseuteen kuuluu, sillä sukupuoli on hyvin moninainen ilmiö. Jokaisen henkilön sukupuoli muodostuu omista ainutlaatuisista piirteistä ja siihen liittyy niin geneettinen, hormonaalinen ja fysiologinen sekä kehityksellinen, psykologinen, sosiaalinen ja kulttuurinen näkökulma. (Seta ry, n.d.)

Vaikka ei ole olemassa vain tietynlaisia naisia, liitetään naiseuteen kuitenkin vahvasti yhteiskunnassamme erilaisia rooleja ja odotuksia (Naistenkartano, 2019; Salovaara, 2023, s. 134). Nainen voi olla tytär, tyttöystävä, äiti, vaimo, työkollega ja paljon muuta. Näihin rooleihin liittyy erilaisia odotuksia, jotka saattavat olla ristiriitaisia. Täyttääkseen nämä odotukset nainen on saattanut joutua sulkemaan omia tarpeitaan ja

tunteitaan ulkopuolelle. (Naisenvakivalta, n.d.) Myös media vaikuttaa tänä päivänä vahvasti yhteiskunnan ajatuksiin siitä, millainen nainen tulee olla (Naistenkartano, 2019). Kaikki nämä roolit aiheuttavat erilaisia paineita muun muassa ulkonäköön, suorittamiseen ja äitiyteen. Mikäli näihin odotuksiin yritetään vain sopeutua, voi kosketus omaan naiseuteen heiketä, kun nainen ei vastaakaan yhteiskunnan luomia odotuksia. (Naisenvakivalta, n.d.)

3.2 Naiserityisyys päihde- ja rikosseuraamustyössä

Naiserityisyys päihde- ja rikosseuraamustyössä tarkoittaa naistapaisen toimijuuden ja sen tuomien erityispiirteiden huomioimista erilaisissa päihde- ja rikosseuraamustyön palveluissa. Se ei tarkoita naisille suunnattua erityiskohtelua, vaan se on ymmärrystä ja kunnioitusta naisten joiltakin osin erilaisiin tarpeisiin. Naiserityinen työ on tasa-arvoista perinteisen hoidon ja toiminnan rinnalla. (Salovaara, 2019a, s.24.) Vaikka käsitteenä nais erityisyys kuulostaa muita sukupuolia ulossulkevalta, sen tarkoituksena ei ole sivuttaa ketään, vaan huomioida sukupuolten moninaisuutta. Naiserityiseen lähestymistapaan liittyy vahvasti sukupuolisensitiivisyys, ja siinä tiedostetaan, ettei ole olemassa vain tietynlaisia naisia. (Salovaara, 2023, s. 134).

Vaikka nais erityisen työn käsite voi sanana olla helppo ymmärtää, ei nais erityisen työn sisältöä ole silti yksinkertaista avata. Sille ei ole olemassa tarkkaa määritelmää, millainen hoito esimerkiksi päihdetyössä on nais erityistä tai riittääkö nais erityiseen työhön se, että työntekijä ja asiakas ovat samaa sukupuolta. (Karttunen, 2013, s.221.) Karttunen (2013, s.221) kuvaa nais erityistä työtettä päihdetyössä tiivistetysti kolmen ulottuvuuden kautta. Se on 1) ymmärrystä sukupuolen ja naiseuden merkityksestä, 2) käsitystä naisten palveluntarpeista ja päihdeongelmasta sekä niihin liittyvistä psykososiaalisista ongelmista, näihin palveluntarpeisiin, päihdeongelmiin sekä psykososiaalisiin ongelmiin kohdentuvaa työtä sekä 3) jäsenystä päihdehoidon sisällöllisistä ulottuvuuksista ja sitä ohjaavista teorioista ja menetelmällisistä lähtökohdista. Myös Salovaara (2019a, s.24) kuvaa, kuinka nais erityisyys on naistapaisen toimijuuden huomioimista, hyväksymistä ja tukemista, sekä sitä että työskentelyssä huomioidaan niin naisten tausta, nykytilanne sekä niistä johtuvat erilaiset tarpeet.

3.3 Päihdeongelma

Erilaisten päihteiden ongelmallisella käytöllä, eli päihdeongelmalla tarkoitetaan päihteiden väärinkäyttöä, joka voi olla esimerkiksi tapa käsitellä elämän muita ongelmia tai selviytyä mielenterveysongelmista. (Mielenterveystalo, n.d.) Päihdeongelma, kuten alkoholin ongelmakäyttö voidaan luokitella kolmeen tasoon: riskikäyttöön, haitalliseen käyttöön sekä riippuvuuteen. Alkoholin riskikäytössä ihminen kuluttaa alkoholia korkean riskin yli, mutta tämä ei vielä aiheuta merkittäviä haittoja tai riippuvuutta. Haitallisessa käytössä alkoholin aiheuttamat fyysiset ja psyykkiset haitat ovat jo selvästi tunnistettavissa, mutta riippuvuutta aineeseen ei ole vielä syntynyt. Kolmas luokiteltava taso on alkoholiriippuvuus (Duodecim, 2022). Päihdeongelma voidaan siis nähdä tietynlaisena kattokäsitteenä eri päihteiden haitalliselle käytölle sekä päihderiippuvuuksille.

Päihderiippuvuus tarkoittaa päihteiden hallitsematonta käyttöä, joka aiheuttaa käyttäjälle sosiaalisia, psyykkisiä tai terveydellisiä haittoja. Päihderiippuvuuteen liittyy tarve päihdyttävän aineen käyttöannoksen suurentamisen, sekä mikäli aineen käyttö lopetetaan, siitä syntyy käyttäjälle vieroitusoireita. (Duodecim, 2016.) Riippuvuuden ydinoireisiin liittyy päihdyttävän aineen käyttöhimo sekä hallitsematon tai pakonomainen käyttö. Hallitsematon käyttö ja käytön lopettamisen vaikeus voi aiheuttaa käyttäjälle laiminlyöntejä muun muassa itsestä huolehtimiseen, ihmissuhteisiin tai työhön ja opiskeluun, vaikka käyttäjä olisikin tietoinen päihteiden haitoista. Päihderiippuvuuteen liittyy usein myös kykenemättömyys tunnistaa omaa riippuvuuttaan tai tämän aiheuttamia haittoja ei pystytä myöntämään. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2019.)

Päihderiippuvuudella on vaikutuksia käyttäjän aivoihin sekä psykososiaalisiin muutoksiin. Riippuvuuden syntyminen edellyttää päihdyttävän aineen toistuvaa käyttöä, mutta riippuvuuden hoidossa pelkkä käytettävän aineen lopettaminen ei riitä. Sen hoito perustuu pääasiassa psyykkisen riippuvuuden hoitoon, kuten psykososiaaliseen hoitoon. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2019.) Psykososiaalisen hoidon ydin perustuu keskusteluun ja yhdessä tekemisen lomassa tapahtuvaan vuorovaikutukseen hoitohenkilökunnan ja asiakkaiden välillä (Mäkelä & Niemelä, 2015). Päihteistä toipuminen on pitkä prosessi, jonka voidaan ajatella jatkuvan koko elämän. Päihdeongelman

ihmisen toipuminen edellyttää muutoksia kaikilla elämän osa-alueilla. (Kujala & Hiltunen, 2007, s.11.)

Päihteidenkäytön lopettamisen jälkeen pystytään lähteä toipumaan muilla osa-alueilla eli fyysisellä, psyykkisellä ja sosiaalisella osa-alueella. Kaikkein vaikein osa-alue voidaan ajatella olevan psyykinen toipuminen. Päihteiden käytöllä on vaikutuksia ihmisen persoonaan ja tunne-elämään sekä se altistaa erilaisille haavoittaville kokemuksille. Sosiaalinen osa-alue ottaa myös aikansa, sillä päihdeongelma on voinut vahingoittaa ihmissuhteita, sekä päihteistä toipuminen usein edellyttää päihteidenkäytölle altistavien ihmissuhteiden katkaisemista. Fyysisellä osa-alueella muutokset eivät myöskään tapahdu hetkessä, eivätkä kaikki päihteidenkäytön seurauksena aiheutuneet vauriot parane välttämättä koskaan. (Kujala & Hiltunen, 2007, s.11.)

3.4 Vertaistuki

Vertaistuki tarkoittaa samankaltaisessa tilanteessa olevien tai samantyyppisen kokemuksen läpikäyneen kanssa kokemusten jakamista toiselle. Se on kokemustietoon perustuvaa tukea, jossa vastavuoroisesti kuunnellaan sekä kerrotaan kokemuksista. Vertaistuen merkitys on erityinen, sillä samanlaisen kokemuksen jakava voi ymmärtää toista täysin erilaisella tavalla. (Terveyskylä, n.d.a.) Vertaistukea voidaan järjestää monella tavalla, esimerkiksi kahden kesken tai ryhmissä. Organisoidussa vertaistuessa tuen antaja on itse pidemmällä omassa toipumisessaan, jolloin hän voi kertoa omasta prosessistaan ja antaa toivoa. (Terveyskylä, n.d.b.)

Vertaistuki on erittäin merkityksellistä päihteettömän ja rikoksettoman elämäntavan opettelussa. Vertaistuen avulla ihminen voi löytää erilaisia vaihtoehtoja ja nähdä esimerkkiä, kuinka toipuminen on mahdollista. Vertaistuen voima voi tukea identiteetin rakentumisessa, sekä tarjota positiivisia kokemuksia ryhmäytymisestä sekä itsensä tärkeäksi tuntemisesta. (Salovaara, 2023, s.143, s.147.)

4 KEHITTÄMISTYÖN TEOREETTINEN PERUSTA

Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys ja konteksti koostuu nais erityisestä päihde- ja rikosseuraamustyöstä. Opinnäytetyön näkökulma nais erityisyydestä vastaa yhteiskunnallisesti merkitykselliseen aiheeseen; sukupuolinäkökulman huomioimiseen erilaisissa palveluissa ja päätösten teossa. Sukupuolinäkökulman valtavirtaistaminen, eli sukupuolinäkökulman huomioon ottaminen valtionhallinnossa osana kaikkea päätösten valmistelua on nostettu esiin vahvasti hallituksen 2020–2023 tasa-arvo-ohjelmassa (Sosiaali- ja terveysministeriö, n.d.; Sosiaali- ja terveysministeriö, 2020, s.47–48). Tämän tavoitteen lisäksi on sukupuolinäkökulman huomioiminen otettava myös käytännön tasolla konkreettisesti käyttöön.

Vaikka nais erityisyydestä on puhuttu jo melko kauan, tarvitaan tästä huolimatta sosiaalialan työ kentälle lisää nais erityistä osaamista. Esimerkiksi rikosseuraamustyön näkökulmasta nais erityisyyttä käsitteleviä suomalaisia tutkimuksia on vielä melko vähän, jonka vuoksi näen aiheen tarkastelemiselle ja toiminnan kehittämiseksi olevan edelleen tarvetta. Myös rikosseuraamuslaitoksen vuonna 2020 toteutetussa Naisvankiselvityksessä tuotiin esille tarvetta vahvemman naisnäkökulman ja osaamisen huomioimiseksi rikosseuraamusalalla (Tammi-Moilanen, 2020, s.3, s.64). Nais erityisyys on lisäksi nostettu esiin tammikuussa 2023 julkaistussa Rikosseuraamusalan etiikka-julkaisussa, jossa käsitellään nais erityisiä ja sukupuolisensitiivisiä toimintamahdollisuuksia (Salovaara, 2023, s.129). Rikosseuraamusalalla nais erityistä työtä on tutkinut yliopistotutkija Ulla Salovaara, joka on keskittynyt kriminologiaan ja päihdesosiaalityöhön, erityisesti rikostaustaisiin naisiin ja heidän elämä tilanteisiinsa. Rikostaustaisten naisten traumakokemuksia ja nais erityisten palveluiden kehittämistä tutkitaan parhaillaan muun muassa 1.9.2022 alkaneessa RITA-hankkeessa. (Jyväskylän yliopisto, 2023.) Opinnäytetyön aihe on siis hyvin ajankohtainen.

4.1 Sukupuolen merkitys sosiaalialan työssä

Suomessa tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta määritellään paljon lainsäädännössä. Tasa-arvolain (laki miesten ja naisten välisestä tasa-arvosta 609/1986) tarkoituksena on edistää naisten ja miesten välistä tasa-arvoa ja yhdenvertaisuuslain (1325/2014) on

tarkoitus estää syrjintää ja turvata kaikille ihmisarvoon perustuva yhtenäinen oikeus tasa-arvoiseen kohteluun ja mahdollisuuksiin. Eriarvoiseen asemaan ei tule asettaa kehtään esimerkiksi sukupuoleen perustuvan syrjinnän vuoksi. Sukupuoleen, sukupuoli-identiteettiin tai sukupuolen ilmaisuun liittyvä syrjintä voi tapahtua kuitenkin myös niin, että itse toiminta tai kohtelu vaikuttaa neutraalilta, mutta aiheuttaa välillistä syrjintää, kun kohtelun tai toiminnan vaikutuksista henkilö joutuu epäedulliseen asemaan sukupuolensa perusteella. (Kirkkohallitus, n.d.) Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus eivät siis tarkoita sitä, että kaikessa toiminnassa kaikille sukupuolille palvelu olisi täysin samanlaista tai sukupuoleen liittyvät erityispiirteet jätettäisiin huomiotta.

Sukupuolten tuomien erityispiirteiden tiedostaminen ja huomioiminen eli sukupuoli-sensitiivisyys on otettu tänä päivänä jo paremmin huomioon. Tästä huolimatta suomalainen sosiaalityö on ollut aiemmin kansainvälisessä vertailussa suhteellisen sukupuolineutraalia, ellei jopa sukupuolisokeaa. Tämä on näyttäytynyt suomalaisessa sosiaalityössä niin tutkimuksissa kuin käytänteissäkin. Naisten ja miesten välisen tasa-arvon vahvistaminen on ollut erityisen tärkeää, mutta hyvällä asialla se on samalla saattanut sivuttaa myös sukupuoliin liittyviä erityispiirteitä joita on syytä tarkastella. Esimerkiksi sosiaalialan työssä vastaan tulee kysymyksiä ja tilanteita, jolloin sukupuolen huomioiminen ja käsitteleminen on tarpeen. (Kuronen ym., 2004, s.5).

Vaikka suomalainen sosiaalityö on näyttäytynyt tutkimuksissa hyvin sukupuolineutraalilta, on se samaan aikaan myös sukupuolittunutta useamman syyn vuoksi. Yhtenä esimerkkinä tästä voidaan pitää sitä, kuinka edelleen valtaosa sosiaali- ja terveysalan työntekijöistä ovat naisia (Kuronen ym., 2004, s.5). Tilastokeskuksen vuoden 2021 työvoimatutkimuksen mukaan sosiaali- ja terveysalan työntekijöistä jopa 85 % oli naisia (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2022a). Tästä huolimatta on kuitenkin mielenkiintoista, kuinka taas erilaiset palvelut, kuten päihdepalvelut ja rikosseuraamustyö ovat muodostuneet ajan saatossa vastaamaan paremmin miesten tarpeisiin. Tähän syynä on todennäköisesti ollut se, kuinka valtaosa näitä palveluita käyttäneistä henkilöistä ovat olleet miehiä. (Kuronen ym., 2004, s.5; Salovaara, 2019a, s.24). Nämä ovat muutamia esimerkkejä siitä, minkä vuoksi sukupuolisensitiivisyyttä tarvitaan sosiaalialan työssä.

4.2 Nais erityisyyden merkitys päihde- ja rikosseuraamustyössä

Naiset koetaan usein palvelujärjestelmässä vaikeina asiakkaina, ja puolestaan naiset kokevat, että he eivät saa tarvitsemaansa palvelua (Salovaara, 2023, s.135.) Päihdepalveluista tai rikosseuraamustyöstä puhuttaessa perinteiset hoitomenetelmät eivät välttämättä sovellu riittävässä määrin naisten kanssa työskentelyyn, sillä naisilla on todettu olevan erilaisia tarpeita sekä erityispiirteitä, kuin mihin palvelut tällä hetkellä vastaavat. (Karttunen, 2019, s. 6; Salovaara, 2019a, s.24.) Valtaosa päihteiden käyttäjistä ja rikoksen tekijöistä on miehiä, jonka vuoksi myös näihin ongelmiin suunnatut palvelut ovat muovautuneet vastaamaan enemmän heidän tarpeisiinsa (Salovaara, 2019a, s.24). Samanlaisten palveluiden tarjoaminen kaikille voi siis olla näennäisesti tasa-arvoista ja sukupuolineutraalia, mutta vastata silti enemmissä määrin jonkin toisen ryhmän tarpeisiin jättäen liian vähäiselle huomiolle muiden erityistarpeet. Tällaisessa tilanteessa esimerkiksi nainen joutuu epäedulliseen asemaan oman sukupuolensa vuoksi. Tämän vuoksi tarvitaan nais erityistä työtä, jotta voidaan mahdollistaa tasa-arvoisemmat palvelut. (Salovaara, 2019a, s.24.)

Nais erityisessä työssä sukupuolen tuomat vaikutukset otetaan huomioon niin päihteiden käytön aikana kuin myös siitä kuntoutumisessa (Lydén, 2010, s.8). Nais erityisessä työssä huomioidaan myös työntekijän sukupuoli ja sen tuomat vaikutukset. Useat naisasiakkaat hyötyvät päihdetyössä naissukupuolisista työntekijöistä. On kuitenkin otettava huomioon, kuinka usealla naisilla saattaa olla ristiriitaisia tunteita muihin naisiin liittyen. Useilla päihteitä käyttävillä naisilla suhde omaan äitiinsä on kompleksinen sekä uskomukset muista naisista negatiivisia. Epäluuloisuus, kilpailuasetelma sekä pettymyksen kokemukset saattavat nousta esiin naisen työskennellessä toisen naisen kanssa. Ei siis ole lainkaan taattua, että aina naistyöntekijä olisi kaikille naisille eduksi. Nainen voi hyötyä huomattavasti esimerkiksi miestyöntekijän tarjoamasta korjaavasta kokemuksesta, mikäli aiemmat kokemukset miesten kanssa ovat olleet turvattomia. (Lydén, 2010, s.8.)

4.2.1 Naisten päihteiden käytön erityispiirteet

Sukupuolen tuomat roolit vaikuttavat naisten kohdalla niin päihteiden saamiseen ja käyttöön, mutta myös mahdollisuuksiin lopettaa niiden käyttö. (Salovaara, 2019a,

s.24.) Päihdeongelmia piilotellaan mahdollisimman pitkään, vaikka tämä olisi jo muodostunut vakavaksi riippuvuudeksi. Erityisesti naisilla erilaiset häpeää sekä paineita tuottavat odotukset yhteiskunnan puolesta saattavat estää hoitoon hakeutumista. Esimerkiksi paineet huolehtia perheestä voivat aiheuttaa ongelmien kätkemistä viimeiseen saakka. Lisäksi päihdeongelman kanssa kamppaileville naisille ominaista on usein laittaa muiden tarpeet omien tarpeiden edelle, joka puolestaan voimistaa päihdeongelmaa. (Lydén, 2010, s.11–12.)

Naisten päihteidenkäyttöön liittyviä erityispiirteitä tuo myös muun muassa päihteiden vaikutus elimistössä. Naisille syntyy päihderiippuvuus herkästi, sillä myös itse päihteet vaikuttavat voimakkaasti naisiin fysiologisten ominaisuuksien vuoksi. Naisille on myös hyvin yleistä, että päihdeongelman lisäksi heillä on jokin mielenterveydellinen sairaus. Kaksoisdiagnooseissa näyttäytyy naisilla usein erimerkiksi masennus ja ahdistuneisuus. (Lydén, 2010, s.7.)

Päihteidenkäyttöön liittyy lisäksi paljon muutakin, kuin vain itse päihdyttävän aineen käyttö (Salovaara, 2019a, s.24). Naisten ongelmallista päihteidenkäyttöä tarkastellessa ei ole riittävää katsoa asiaa pelkästään biokemiallisena riippuvuutena tai aivosairautena, vaan se on sidoksissa laajemmin myös sosiaaliin konteksteihin, yhteiskunnallisiin olosuhteisiin ja rooleihin (Karttunen, 2013, s.225). Se harvoin on yksinäistä, kaikesta muusta sosiaalisesta verkostosta irrallista toimintaa. Yleensä siihen liittyy erilaisia sosiaalisia verkostoja ja alakulttuureita, joissa naisen asema on usein alisteinen. Tämä saattaa näyttäytyä esimerkiksi niin, että päihde- ja rikosmaailmassa nainen on rooliltaan joko ”hyvä jätkä” tai ”pirihuora”. ”Hyvän jätkän” roolissa saatetaan olla enemmän suojassa arvottavalta määrittelyltä. Hyvän jätkän rooliin useimmiten kuitenkin kuuluu esimerkiksi väkivallan käyttö, jolla ikään kuin lunastetaan oma paikka hierarkkisessa ryhmässä. Naisen toimijuus päihde- ja rikosmaailmassa on hyvin kapealainen, ja kuului nainen sitten kumpaan ryhmään tahansa, voi tämä olla eräänlainen strategia selviytyä alakulttuurissa. (Salovaara, 2019a, s.24.)

Yksi keskeinen erityisyys naisten kanssa tehtävässä päihdetyössä on myös tuen tarpeen pituus. Vuosina 2002–2005 toimineessa Sininauhaliiton Eevan perhe -hankkeessa muuan muassa havaittiin, kuinka naiset eivät saa riittävästi tukea päihteiden käytön lopettamisen akuuttivaiheen jälkeen. Avopalveluiden tarjoama tuki ei ollut

riittävää, vaan naiset olisivat vaatineet pitkäjänteisempää ja kokonaisvaltaisempaa tukea. Naiset tarvitsevat pitkäjänteistä tukea käsitellä elämän muita kipeitä asioita, jotka nousevat esille mieleen päihteiden käytön päättymisen jälkeen. (Kujala & Hiltunen, 2007, s.7.)

4.2.2 Naiset rikoksen tekijöinä

Naiset ovat rikoksen tekijöinä selkeä vähemmistö. Vain pieni osa rikosseuraamuksissa ja vankeusrangaistuksissa on naisia. (Salovaara, 2019a, s.25). Rikosseuraamuslaitoksen tilastojen mukaan kaikista vankeusrangaistuksista naisvankien osuus on vuosien 2009–2018 aikana vaihdellut 7–8 % välillä. Vuonna 2018 yhdyskuntaseuraamusasiakkaista puolestaan naisia oli 11 %. (Rikosseuraamuslaitos, 2018, s.16–19; s.27.) Rikosseuraamuksissa naiset kuvataan usein vaikeina tai sopeutumattomina (Salovaara 2019a. s.25).

Rikosseuraamuksissa olevat naiset ovat hyvin traumatisoituneita sekä muutoinkin sairaita. (Salovaara, 2019a, s.25.) Rikostaustaisten naisten fyysinen sekä psyykinen hyvinvointi on usein hyvin heikko, eikä naisten oppimisvaikeuksia ja kehityshäiriöitä edelleenkään tunnisteta riittävän hyvin. (Salovaara, 2023, s.180; Salovaara 2019a, s.25.) Vankien terveyttä selvittäneessä tutkittaessa on pystytty osoittamaan, että erityisesti naisvankien menneisyyteen kuuluu paljon erilaisia traumakokemuksia, kuten väkivaltaa ja hyväksikäyttökokemuksia. (Joukamaa, 2010, s.27, s.46–48.)

Traumakokemusten ohella naisvangeilla näyttäytyy usein mielenterveyden häiriöitä, kuten päihde-, ahdistuneisuus- tai persoonallisuushäiriöitä sekä masennusta. Kaiken kaikkiaan rikosseuraamuslaitoksen teettämän tutkimuksen mukaan jopa 85 %:lla naisista on vankilaan mentäessä ollut jokin mielenterveyden häiriö, ja koko elämänsä aikana mielenterveyden häiriöitä on ollut 95 %:lla. Yleisempänä näyttäytyi päihdehäiriö, joka on ollut 89 %:lla naisista elämän jossakin vaiheessa sekä elämän aikaiset riippuvuudet, joita oli ollut 86 %:lla naisista. (Joukamaa, 2010, s.46–48.) Myös rikoksiin syyllistymisen taustalla on usein päihderiippuvuus tai päihteiden käyttö (Salovaara, 2019a, s.25). Päihteidenkäytöllä on erityisesti yhteys väkivaltarikoksiin. Tämä ei

kuitenkaan aina pidä paikkaansa, sillä kaikilla rikoksiin syyllistyneillä ei ole päihdeongelmaa, eikä kaikki päihdeongelmaiset tee rikoksia. (Salovaara, 2019b, s.32–34.)

Rikosseuraamusasiakkaiden terveyteen, työkykyyn ja hoidontarpeeseen liittyneen tutkimuksen mukaan mielenterveydenhäiriöistä naisvangeilla näyttäytyi erityisesti persoonallisuushäiriöt, ahdistuneisuushäiriö sekä masennus. Naisvangeista 70 %:lla oli jokin persoonallisuushäiriö, joista yleisimmät ovat epäsosiaalinen persoonallisuus sekä tunne-elämän epävakaa persoonallisuus. Masennusta oli vankilaan menohetkellä 35 %:lla, joista vakavia masennustiloja oli 32 %. Lisäksi noin 18 %:lla oli todettu elämän aikana traumaperäinen stressireaktio, sekä lähes puolella ahdistuneisuushäiriö. Tutkimuksen mukaan lääkärin arvioimana naisvangeista edelleen hoidon tarpeessa olisi 79 % päihdehäiriön vuoksi ja 66 % muiden mielenterveyden häiriöiden vuoksi. Naisvangeista vain kolmannes oli työkykyinen, ja lähes puolet olivat täysin työkyvyttömiä. Naisvangeista 78 % on ollut vankilaan mentäessä työttömiä ja vain alle 6 % ansiotyössä. (Joukamaa, 2010, s.4, s.29, s.46, s. 52–53, s.58.)

Naisten erityispiirteisiin rikosseuraamustyössä liittyy vahvasti myös lapset ja lähisuhteet. Rikosseuraamuslaitoksen tutkimuksessa naisvangeista lähes 60 prosenttia oli vankilaan mentäessä siviilisäädyltään avo- tai avioliitossa ja naisvangeista 54 % asui perheensä kanssa. Naisista 66 %:lla oli omia lapsia, mutta 71 %:lla lapset olivat jonkun muun huollettavana. (Joukamaa, 2010, s.23–25.) On siis selvää, että vankeusrangaistus vaikuttaa myös naisen vanhemmuuteen ja läheisiin ihmissuhteisiin. Tämä ei tietenkään tarkoita, etteikö vanhemmuus liittyisi myös muihin kuin vain naisiin, mutta tutkimuksessa nämä asiat nousivat selkeästi esiin muihin ryhmiin verrattuna (Joukamaa, 2010, s.23–25).

4.2.3 Naiserityisen työn sisältö

Naiserityinen työ ei ole pelkkä yksittäinen työmenetelmä, vaan se on lähestymistapa ja ajattelumalli. Ymmärtääkseen nais erityistä työtä täytyy olla ymmärrystä laajasti päihteitä käyttävän naisen asemasta yhteiskunnallisesti, päihdekulttuurin historiaa sekä päihdeosakulttuureita (Lydén, 2010, s.8). Oleellista on pyrkimys luoda turvalliset ja traumavapaat olosuhteet, niin ympäristössä kuin myös asenteissa (Salovaara 2019a,

s.25). Sosiaalipalveluissa sekä päihde- ja rikosseuraamusalan työssä tärkeää on hahmottaa, että nais erityisyys rakentuu ymmärryksen, kunnioittamisen ja turvallisuuden ympärille (Salovaara, 2023, s.134).

Nais erityistä työtä voidaan toteuttaa erikseen vain naisille suunnatuissa ryhmissä, omissa osastoissa tai vain naisille suunnatuissa hoitolaitoksissa. Pelkästään naisille suunnatuilla ryhmillä ja palveluilla mahdollistetaan naisille turvallinen tila, jossa oma identiteetti kasvu saa riittävästi tukea. Erilaiset traumaattiset kokemukset muun muassa väkivallasta ja seksuaalisesta väkivallasta saattavat asettaa naisen toipumisen haasteelliseen tilanteeseen, mikäli näitä asioita ei pääse käsittelemään turvallisessa ympäristössä. Vain naisille suunnatuissa ryhmissä traumaattisten kokemusten käsittely saattaa olla helpompaa kuin sekaryhmissä, sillä sekaryhmissä toistuu helposti päihdekulttuurissa ilmenneet valtarakenteet, jossa nainen usein jää taka-alalle. Vain naisille suunnatuissa palveluissa naisten on helpompi käsitellä kaikkia elämän osa-alueita, kuten myös naiseutta, äitiyttä ja seksuaalisuutta. (Lydén, 2010, s.8.) Myös parisuhdeasiat sekä monien kokema väkivalta ja hyväksikäyttö vaatii usein naisille suunnatun ryhmän (Kujala & Hiltunen, 2007, s.7). Osaa aiheista saattaa olla jopa mahdotonta käsitellä sekaryhmissä (Lydén, 2010, s.8).

Suomessa vain naisille suunnattuja palveluita on ollut jo pitkään. Vuonna 1922 perustettiin Naisten Raittiuskeskus, jonka sen aikaisena tavoitteena oli tukea kieltolakia. Ajan saatossa naisten lisääntyneiden alkoholiongelmien myötä Naisten Raittiuskeskus muutti nimensä vuonna 1987 Naiset yhdessä irti päihteistä ry:ksi, jolloin perustettiin myös Leppävirralle vain naisille suunnattu hoitolaitos Naistenkartano. Naistenkartanon hoitolaitos lopetti toimintansa, mutta yhdistys jatkoi toimintaa, ja vaihtoi koko järjestön nimeksi Naistenkartano ry:n vuonna 2002. Naistenkartano toimii edelleen valtakunnallisena kansalaisjärjestönä, jonka tavoitteena on vahvistaa naisten arjenhallinnan tunnetta sekä tukee naisia saavuttamaan elämässään positiivisia muutoksia. Naistenkartanon toimintaa rahoittaa Sosiaali- ja terveysministeriö. (Naistenkartano, n.d.)

Tällä hetkellä Suomessa toimii yksi vain naisille suunnattu päihdehoitolaitos Tuhkimo sekä kaksi naisten vankilaa: Vanajan vankila ja Hämeenlinnan vankila (Hoitokoti Tuhkimo, n.d.; rikosseuraamuslaitos, 2022). Aiemmin vain naisille suunnattuja

päihdehoitolaitoksia on ollut myös muualla muun muassa Jyväskylässä sekä Leppävirralla (Kujala & Hiltunen, 2007 s.7; Naistenkartano, n.d.). Naisille suunnattuja erityispalveluita on kuitenkin vaihtelevasti. Usein monet naisille suunnatut palvelut ovat suunnattu päihdeitä käyttäville raskaana oleville äideille sekä vauvaperheille, mutta myös niiden saatavuudessa ja palveluihin pääsyssä on myös alueellisia eroja. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2022b.) Nais erityisessä työssä on kuitenkin erityisen tärkeää muistaa, että nainen on aina tuen saamisen arvoinen omana itsenään, oli hänellä lapsia tai ei (Lehtonen ym., 2020a, s.5).

5 KEHITTÄMISMENETELMÄ

Tämän opinnäytetyö on toteutettu toiminnallisena kehittämistyönä ja menetelmäksi valikoitui yhteisölliset ideointimenetelmät. Opinnäytetyön materiaali kerättiin KRIS Satakunta ry:n toimintakeskuksen naiskävijöiltä toiminnallisessa workshop tuokiassa. Workshop sana tulee englannin kielestä, jolla tarkoitetaan työpajaa tai työryhmää (Sovijärvi, 2005, s.977). Workshopissa tarkoituksena on vaihtaa ajatuksia ja ideoita työryhmään osallistujien kesken (Dictionary, 2022). Lisäksi opinnäytetyön materiaalia täydennettiin alan tutkittuun kirjallisuuteen ja muuhun lähdemateriaaliin pohjautuen.

Toiminnallisen kehittämistyön toteutus koostui eri vaiheista, jotka olivat suunnitteluvaihe, workshop-työskentely, tulosten yhteenveto, aihekorttien luominen sekä tulosten raportointi ja arviointi. Suunnitteluvaiheessa suunnittelin workshop-tuokion toteutuksen ja arvioin riskienhallintaa, sekä lähetin KRIS Satakunta ry:n naiskävijöille kutsukirjeen työskentelyyn. Workshop-työskentely koostui esivaiheesta ja lämmittelyosuudesta, kolmesta erilaisesta yhteisölähtöisen ideointimenetelmän harjoitteesta sekä yhteisötaiteen ajatusta hyödyntävästä päätösharjoitteesta. Tulosten yhteenvetovaiheessa täydensin workshopissa luotua materiaalia nais erityisen päihde- ja rikosseuraamustyön teorialla. Peilasin workshopissa tärkeimpinä esiin nousseita teemoja lähdekirjallisuuteen sekä laadin näistä yhteenvedot. Toiminnallisen kehittämistyön viimeisessä vaiheessa toteutetuina yhteenvetojen pohjalta suunnittelemani visuaaliset ryhmänaidekortit.

5.1 Suunnitteluvaihe

Toiminnallisen kehittämistyön toteutus lähti liikkeelle yhteisellä tapaamisella KRIS Satakunta ry:n henkilökunnan kanssa, jossa esitin ajatukseni workshopista heille. Laadin tämän jälkeen kirjallisen suunnitelman (liite 1) workshopin käytännön toteutuksesta, tarvittavista resursseista ja materiaaleista, ajankäytöstä sekä mahdollisista riskeistä. Varasin workshopin toteuttamiselle KRIS Satakunnan valmennuspajan tilat, jotka olivat riittävän suuret sekä helposti kaikkien saavutettavissa Porin keskustan tuntumassa. Tilat olivat osallistujille entuudestaan tutut, jonka tarkoituksena oli madaltaa kynnystä saapua workshopiin. Workshopin ajankohdassa huomioin tilan rauhallisuuden sekä turvallisuuden, jotta tuokiossa oli mahdollisuus keskustella haastavistakin aiheista. Ajankohdaksi valikoitui kello 17:00 alkaen, sillä toimintakeskus oli tänä aikana suljettu muulta toiminnalta. Toimivat tilat ovat onnistuneen workshopin yksi edellytys (Mind tools content team, 2022). Tämän vuoksi pyrin pohtimaan tilojen merkitystä monesta näkökulmasta. Myös itse ryhmien toteutuksessa tilojen tulee olla turvallisen tuntuiset, helposti saavutettavat sekä mahdollisimman neutraalit. On tärkeää, ettei tiloihin ole kulkua muilla ulkopuolisilla. (Lehtonen ym., 2020b, s.10.) Koska workshopissa käsiteltiin naistenryhmään liittyviä teemoja erilaisilla harjoitteilla, oli mielestäni tärkeää toteuttaa workshopissakin hyvä ryhmänohjauskäytänteitä.

Suunnitteluvaiheessa pohdin erilaisten yhteisölähtöisten ideointimenetelmien mahdollisuuksia sekä soveltuvuutta. Päädyin hyödyntämään yhteisölähtöisiä ideointimenetelmiä, sillä näiden kautta koin pystyväni parhaiten lisäämään KRIS Satakunta ry:n naisten asiakasosallisuutta palveluiden kehittämisessä. Asiakasosallisuudella tarkoitetaan asiakkaiden eli palvelun käyttäjien mukaan ottamista palveluiden suunnitteluun, järjestämiseen, tuottamiseen, kehittämiseen ja arviointiin. Asiakaslähtöisyys voidaan varmistaa lisäämällä asiakasosallisuutta. Asiakkaiden osallisuuden lisäämistä korostetaan yhä enemmissä määrin sosiaali- ja terveysalalla niin asiakkaiden omassa elämässään, kuin myös palveluiden kehittäjinä. Myös sosiaalialan arvot, eettiset periaatteet sekä lainsäädäntö korostavat palveluiden asiakaslähtöisyyttä sekä asiakasosallisuutta. (Leeman & Hämäläinen, 2015, s.1.) Asiakasosallisuuden ja asiakaslähtöisyyden lisääminen on minulle henkilökohtaisesti tärkeä tavoite, sekä tämä on koettu myös KRIS Satakunnassa toiminnan kehittämisessä keskeiseksi asiaksi. Ajattelin, että yhteisölähtöisillä ideointimenetelmillä voitiin parhaiten saada osallistujat aidosti mukaan

pohtimaan nais erityisyyden teemoja. Vaihtoehtoisesti erilaiset haastattelut tai kyselyt olisivat voineet olla myös menetelmänä toteutuskelpoisia, mutta näissä riskinä näin, että materiaali voisivat jäädä pintapuoliseksi. Workshopissa tavoittelin, että osallistujat saavat uusia ideoita myös toisilta osallistujilta.

Päädyin tarkoituksenmukaisesti hyödyntämään useampaa erilaista harjoitetta, joiden toteutustavoissa oli huomioitu erilaiset oppimistyyli. Monipuolisilla harjoitteilla pyrin saamaan kaikkien osallistujien ajatuksia esiin hyödyntämällä kinesteettistä, visuaalista sekä auditiivista oppimistyyliä. Monipuolisten harjoitteiden tavoitteena oli huomioida, että erilaisten persoonien ajatukset tulevat tasapuolisesti kuulluksi. Osa harjoitteista painottui keskusteluun ja osa kirjoittamiseen. Tämä mahdollisti sen, että myös hiljaisempien osallistujien ääni tuli kuuluviin. Monipuolisella tekemisellä oli lisäksi tarkoitus pitää workshop työskentely mielenkiintoisena osallistujille. Halusin kuitenkin pitää harjoitteissa punaisen langan niin, että jokainen harjoite liittyi aina hieman edelliseen.

Riskien hallinnassa otin huomioon, kuinka aiheiden sensitiivisyys saattaa aiheuttaa osallistujissa voimakkaitakin tunteita. Suunnitteluvaiheessa sovimme, että tällaisen tilanteen tullessa, on osallistujalla mahdollisuus poistua rauhalliseen tilaan keskustelemaan KRIS Satakunta ry:n henkilökunnan kanssa. Riskeihin huomioin lisäksi sen, kuinka osallistujien keskinäiset suhteet saattavat vaikuttaa osallistumisessa. Tässä huomioin, kuinka ajatuksia oli mahdollisuus myös kirjoittaa ylös anonyymisti, jotta aihe-ehdotukset eivät henkilöityisi kehenkään.

Riskeissä kiinnitin huomion myös omaan vuorovaikutukseeni, millä tavoin toimin traumasensitiivisesti sekä pyrin viestimään turvallisuutta ja luottamusta osallistujille. Suunnitteluvaiheessa pohdin valmiiksi, kuinka viestin ohjaustilanteessa rauhallisella äänellä ja yksinkertaisilla lyhyillä ohjeilla. Kiinnitin huomiota riskien hallinnassa lisäksi siihen, miten tarvittaessa rajaan osallistujia, mikäli osa osallistujista ottaa ajallisesti liian suurta roolia keskustelussa. Riskeissä oleellisena huomiona oli myös mahdollisuus, ettei workshoppiin saavu riittävästi osallistujia. Workshoppiin tuli ilmoitettua ennakkoon, jonka avulla pystyin arvioimaan tarkemmin osallistujien määrää. Vähäisellä osallistujamäärällä olin varautunut toteuttamaan workshopin tarvittaessa toisena ajankohtana uudelleen.

Suunnitteluvaiheessa laadin tuokioon kutsuttaville naiselle kutsukirjeen (liite 2). Kirjeellä johdattelin osallistujia aihepiirin ympärille, sekä motivoin kehittämään naisille suunnattua ryhmätoimintaa ja nais erityistä työtä. Kirjeellä motivoin osallistujia ottamaan osaa tärkeään aiheeseen, sekä korostin sitä, että opinnäytetyön laadukkaan tuloksen saavuttamiseksi heidän asiantuntemuksensa oli avainasemassa. Kutsukirjeessä avasin lyhyesti opinnäytetyön tarkoitusta, mihin osallistujat ovat ottamassa osaa sekä miksi nais erityinen työ on merkityksellistä. En kuitenkaan tarkoituksella avannut kirjjeessä workshopin harjoitteita ja menetelmiä tarkemmin, jotta jokainen saapuisi paikalle avoimin mielin. Otin huomioon, että osallistuminen palveluiden kehittämiseen voi olla korkean kynnyksen takana. Tämän vuoksi pyrin jo kutsukirjeessä madaltamaan kynnystä osallistua.

5.2 Toteutusvaihe

Toiminnallinen osuus toteutettiin perjantaina 03.02.2023 klo 17:00 alkaen KRIS Satakunnan toimintakeskuksella. Workshop koostui lämmittelyvaiheesta, kolmesta erilaisesta yhteisölähtöisten ideointimenetelmien harjoitteesta sekä yhteisötaiteen keinoja hyödyntävästä päätösharjoitteesta. Lisäksi workshopissa oli tarjolla kaikille yhteinen ruokailu. Workshoppiin osallistui kaksi KRIS Satakunta ry:n naiskävijää, yksi henkilökunnan jäsen, jolla oli myös oma kokemus päihdetaustaisuudesta sekä lisäksi yhdistyksessä ammatillista harjoitteluaan suorittava sosionomiopiskelija, joka toi omaa näkökantaansa workshoppiin naiseuden kautta. Workshoppiin sai kutsun usea henkilö, mutta osa heistä oli estynyt tai eivät muuten halunneet osallistua.

Ennen workshop-työskentelyn aloitusta olin valmistellut tilaan erilaisia askartelutarvikkeita, kuten akryylimaaleja, saksia, aikakausilehtiä ja kyniä, sekä sopinut ruokailuun liittyvistä asioista. KRIS Satakunta ry:n henkilökunta oli tehnyt ruokatilauksen ennakkoon edeltävänä päivänä, joten tämä ei vaatinut minulta enempää resursseja. Ennen workshopin aloitusta kävimme vielä henkilökunnan jäsenen kanssa lävitse, mitä odotuksia ja toiveita minulla oli häneltä workshopin toteutusvaiheen suhteen ja kuinka workshop tulee etenemään.

5.2.1 Esivaihe ja lämmittely

Tavoitteiden selkeä jäsenitys on edellytys onnistuneelle workshopille (Mind tools content team, 2022). Tämän vuoksi ensimmäiseksi laadimme kaikkien osallistujien kesken yhteiset pelisäännöt, sekä kävimme läpi workshopin tavoitteen, miksi olemme täällä. Yhteisissä pelisäännöissä sovimme muun muassa salassapidosta, taukojen pitämisestä, jokaisen ajatuksien arvostamisesta ja kuuntelemisesta, sekä siitä, kuinka jokainen pyrkii mahdollisimman rohkeasti kertomaan omista ideoistaan. Lisäksi sovimme yhdessä, kuinka toimitaan, mikäli jonkin aihe aiheuttaa voimakkaita tunteita ja kokee haluavansa poistua tilasta. Lisäksi kertosin vielä osallistujille, mitä tietoja heistä tullaan tuomaan ilmi opinnäytetyössä, ja että tuokiota ei dokumentoida videolla tai äänimateriaalia hyödyntäen, jotta workshopissa säilytetään toimeksiantajan toive tuokion rentoudesta sekä osallistujien anonymisyys. Kerroin osallistujille, että teen tuokion aikana yhteenvetoja ja muistiinpanoja, joiden pohjalta tulokset kirjaan opinnäytetyöhön. Kävin lisäksi läpi aikataulua sekä kiitin kaikkia paikalle tulleita osallistumisesta.

Pelisääntöjen sopimisen jälkeen jatkoimme aiheen käsittelyyn orientoitumisella ja maadoittumishetkellä, jolla palautettiin mieli juuri kyseiseen hetkeen. Maadoittumishetkessä luin pätjän kirjasta Viinin viemää, jolla viritin osallistujat vielä tarkemmin aihepiirin ympärille nais erityiseen työhön. Maadoittumishetki toimi muiden ideointimenetelmien lämmittelyvaiheena. Kirjan kappaleessa kuvastettiin erään naisen kokemusta siitä, miten hänen elämänsä eteni päihdekierteeseen sekä sieltä poispääsyyn. Kappaleessa kuvattiin hyvin erilaisia tuntemuksia, mitä matka oli herättänyt kyseisessä naisessa. Tällä pyrin herättämään ajatuksia siitä, kuinka niin vaikeat, kuin myös positiiviset tuntemukset kuuluvat toipumiseen ja että näistä tuntemuksista saa puhua avoimesti workshopin aikana. Maadoittumishetkellä pyrin tietoisesti myös rauhoittamaan tilan ja ajan. Tarinan lukemisella pyrin aktivoimaan osallistujia auditiivisuuden kautta.

5.2.2 Ekskursiotekniikka

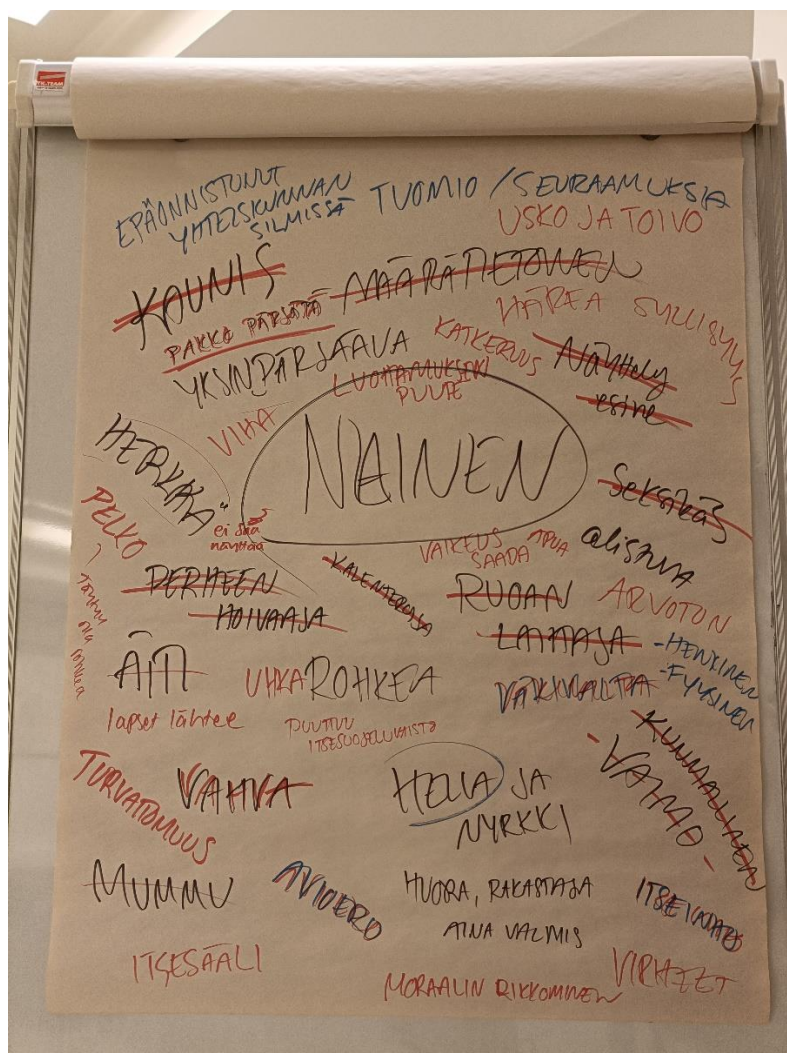
Orientoitumisen jälkeen jatkoimme ensimmäisellä varsinaisella yhteisölähtöisellä ideointimenetelmällä, jossa hyödynnettiin ekskursiotekniikkaa. Ekskursiotekniikoilla

saadaan usein liikkeelle paikalleen jumittuneet ideat ja niissä hyödynnetään erilaisia roolileikkejä, piirtämistä ja sana-assosiaatioita. Ekskursiotekniikkaa voidaan hyödyntää esimerkiksi sana-assosiaatioharjoitteessa, jossa ryhmänohjaaja kirjoittaa jonkin aiheeseen liittyvän sanan ylös ja osallistujat jatkavat tästä, mitä heille siitä tulee mieleen. Ohjaaja voi kirjoittaa osallistujien kertomia sanoja jälleen ylös ja yhdistää niitä alkuperäiseen sanaan. Tämän jälkeen palataan niin sanotusti uusin ideoin alkuperäiseen tehtävään tai ongelmaan. (Ojasalo ym., 2015, s.170–171.) Valitsin heti alkuun ekskursiotekniikan, jotta työskentely saadaan heti alkuun napakasti käyntiin, sillä workshopissa käsiteltävä aihe olisi saattanut olla alkuun haastava hahmottaa, mitä kaikkea naiseuteen liittyviä ryhmänaiheita voi olla. Workshopissa assosiaatioharjoite oli tarkoituksena toteuttaa niin, että siinä hyödynnetään sana-assosiaatioita sekä piirtämistä hieman soveltaen. Tällä tavoittelin workshoppiin myös visuaalisuutta.

Kokoonnuimme kaikkien osallistujien kanssa yhteen pöytään, jossa pysähdyimme pohtimaan harjoitteen avulla mitä on naiseus. Tarkoituksena oli piirtää yhdessä naisen kuva ja pohtia, millaisia ominaisuuksia hänellä on, millainen hän on luonteeltaan, millaisia rooleja hänellä on, mitä yhteiskunta ajattelee naisesta ja niin edelleen. Päädyin kuitenkin harjoitteessa kirjoittamaan vain osallistujien kertomia sanoja ylös fläppitaululle, sillä ajatuksia syntyi niin paljon, etten ehtinyt piirtää samanaikaisesti. Fläppitaululle kirjoitin aluksi sanan nainen, josta jokainen osallistuja vuorollaan kertoi, mitä heille tuli tästä mieleen. Johdattelin tilannetta tarvittaessa erilaisilla kysymyksillä. Harjoituksen aikana painotin, ettei ole väärää vastauksia.

Osallistujat kuvastivat sanaa nainen muun muassa näin: herkkä, määrätietoinen, kaunis, seksikäs, kunniallinen vaimo, äiti/mummu, rohkea, yksinpärjäävä, perheen hoivaaja, perheen arjen kalenteroija, ruoan laittaja sekä myös alistuva, “hella ja nyrkki”, “huora, rakastaja ja aina valmis”. Tämän jälkeen lisäsin kysymyksen, muuttuuko nainen, kun tähän liitetään päihdeongelma tai päihderiippuvuus. Kysymyksen seurauksena usea fläppitaululle kirjoitettu naiseutta kuvastava sana viivattiin yli, sillä osallistujat kokivat, etteivät he päihderiippuvaisena olleet enää esimerkiksi kauniita, ruoan laittajia, perheen hoivaajia, määrätietoisia ja niin edelleen. Tämän jälkeen lisäsimme teemaksi vielä sen, millainen nainen on, jos nainen on tehnyt rikoksia. Pohdimme lopuksi yhdessä kokonaisuutta, miten nainen muuttui. Fläppitaululla mainittiin muun muassa epäonnistuminen yhteiskunnan silmissä, katkeruus, arvottomuus ja

turvattomuus. Sana-assosiaatioharjoitteen jälkeen pidimme ruokailutauon, jolloin valmistelin seuraavaa harjoitetta.



Kuva 1. Sana-assosiaatio harjoite

5.2.3 Ideakävelymenetelmä

Seuraava harjoitteessa yhdistyivät sekä ideakävely että brainwriting. Harjoitteessa oli ajatuksena edellisen sana-assosiaatioharjoitteen pohjalta miettiä, millaisia teemoja naiset haluaisivat päästä käsittelemään naistenryhmissä. Ideakävelymenetelmässä on tarkoituksena, että jokainen kirjoittaa ideoitaan ylös esimerkiksi lapulle niin monta kuin keksii, jonka jälkeen ne ripustetaan esille. Tämän jälkeen muut osallistujat alkavat kiertää muiden ideoita, kun omat ideat ovat tyrehtyneet. Toisten ideoista on tarkoitus saada uusia ideoita ja jatkokehittää edellisiä. Brainwritingin ideointi puolestaan

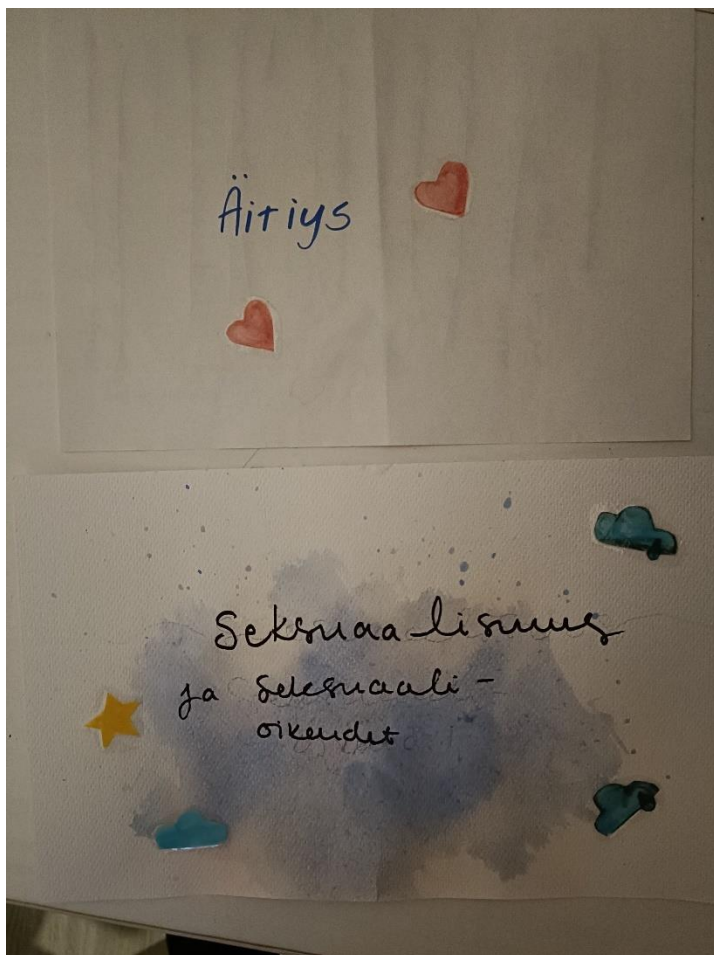
tapahtuu hiljaisuudessa, jossa vasta lopuksi alkaa erillinen keskusteluvaihe. Tämä mahdollistaa myös hiljaisimmille osallistujille tasavertaisen mahdollisuuden kertoa ajatuksiaan, mikäli heidän on haastavampaa ottaa puheenvuoroaan muutoin. (Ojasalo ym., 2015, s.160–161.) Brainwriting-ideaa halusin hyödyntää ideakävelyn yhteydessä juuri tämän syyn vuoksi, jotta harjoitteessa saamme kaikkien ajatukset kuuluviin. Halusin tuoda ideakävelymenetelmällä lisäksi liikkeen ja tekemisen eli kinesteettisyyden mukaan workshoppiin. Aihealueiden kiertämisellä saatiin harjoitteeseen liike mukaan, joka saattoi auttaa myös joitakin osallistujia paremmin keskittymään.

Harjoitteen toteuttamiseksi olin jakanut varattuun tilaan A5-kokoisia kartonkeja, joista osa on tyhjiä sekä osaan olin itse valmistellut esimerkkiaiheita. Valmisteltuihin pape-reihin oli laadittu valmiiksi nais erityisen päihdetyön teoriatietoon pohjautuvia teemoja, millaisia aihepiirejä olisi hyvä käsitellä nais erityisessä päihdetyössä. Tein näistä malliesimerkit, millaiset opinnäytetyön tuotoksen aihekortit voisivat tulla olemaan. Valmiita aihealueita olivat häpeä, tunteet ja tunnetaidot sekä seksuaalioikeudet, jotka olivat selvästi nousseet opinnäytetyön taustateoriasta esiin. Malliesimerkkien oli tarkoituksena herättää kehittämistuokioon osallistujien omia ajatuksia lisää, millaisia aiheita voisi ryhmissä olla.

Harjoitteen alkaessa osallistujat kiersivät kortteja vapaasti liikkuen, jonka aikana osallistujien ajatuksilla oli tilaa virrata aiheen teemoista. Tässä yhteydessä jokainen sai kirjoittaa omia ajatuksia tyhjille kartongeille ylös, mitä muita ryhmänaiheita voisi olla hyvä käsitellä. Kiertämistä jatkettiin niin kauan, kunnes ideoita ei enää syntynyt eikä toisten kirjoittamista ideoista tullut myöskään enää jatkokehittämisideoita. Kiertämisen jälkeen jaoin kaikille osallistujille kolme tarraa, joilla osallistujat saivat äänestää heidän kokemuksensa mukaan tärkeimpiä aiheita. Tarroilla oli omat symboliset merkityksensä, jotka kirjoitin selkeyden vuoksi fläppitaululle: tähti= erittäin tärkeä aihe, sadepilvi= vaikea aihe, sydän= tämän aiheen ehdottomasti haluaisin. ”Erittäin tärkeä aihe” sekä ”tämän ehdottomasti haluaisin” menevät osin päällekkäin, mutta tällä halusin luoda mahdollisuuden äänestää myös tärkeää, mutta ei-niin-mukavaa aihetta. Harjoitteen aikana tein ratkaisun, että osallistujat saavat äänestää halutessaan myös useampaa, sillä osallistujia oli odotettua vähemmän. Äänestyksessä pohdittiin tarkoituksenmukaisesti vain tärkeimmäksi koettuja tai eniten tunteita herättäviä aihe-ehdotuksia, eikä esimerkiksi äänestyksessä etsitty kenenkään kokemuksen mukaan turhia

aiheita. Vaikealla aiheella oli tarkoitus nostaa esiin myös sellaisia teemoja, mitkä koetaan tärkeiksi, mutta ne olisivat haastavia käsitellä.

Kiertämisen jälkeen palasimme takaisin pöydän äärelle ja pohdimme harjoitteen tuloksia. Kävimme yhteistä keskustelua teemojen herättämistä ajatuksista ja miksi ne olisivat tärkeitä ryhmän aiheiksi. Kirjoitin osallistujien ajatukset paperille ylös. Harjoitteessa eniten ääniä saaneet aiheet olivat seksuaalisuus ja seksuaalioikeudet, ikäkriisit, äitiys, kehonkuva, itsetunto, häpeä, tunteet ja tunnetaidot: eriteltyinä vielä ahdistus, väkivalta sekä kumppanuus ja luottamus. Muita aihe-ehtotuksia olivat syyllisyys ja tehdyt virheet, ennakkoluulot, unelmat, pelot, vankeus, viha ja omavoimaisuus.



Kuva 2. Ideakävelymenetelmä

5.2.4 Toivelistatekniikka

Yhtenä harjoitteena olin suunnitellut hyödynnettävän toivelistatekniikkaa. Toivelistatekniikassa selvitetään asiakkaiden toiveita, odotuksia ja tarpeita tuotteen tai palvelun kehittämiseen liittyen siten, että asiakkaat saavat vapaasti kertoa toiveistaan ilman joutumatta miettimään sen enempää esteitä ja realiteetteja (Ojasalo ym., 2015, s.172–173). Tässä tapauksessa kysymyksen olisi voinut asettaa: “jos naistenryhmässä voisi olla mitä tahansa, eikä siinä olisi mitään esteitä, mitä haluaisit sen sisältävän?”. Toivelistatekniikan hyvinä puolina on se, että asiakkaat saavat mahdollisuuden kuvata tarpeitaan ja toiveitaan rohkeasti pelkäämättä, ettei ajatus ole toteutuskelpoinen. Asiakkaat eivät usein osaa sanoa täsmälleen, mitä he tarvitsevat tai haluavat, joten toivelistatekniikka toimii tässä tapauksessa hyvin. Toivelistatekniikassa huomio on vain hyödyissä, vaikkei ne olisikaan täysin realistisia, toteutuskelpoisia tai perusteltuja. Toivelistatekniikassa osallistujien ajatukset kirjoitetaan ylös niitä kritisoida. (Ojasalo ym., 2015, s.172–173). Emme kuitenkaan toteuttaneet toivelistatekniikkaa ajan rajallisuuden vuoksi.

Alkuperäisen suunnitelman mukaan olisimme tässä kohtaa ruokailleet, ja samalla käyneet keskustelua toivelistatekniikan avulla. Kuitenkin suunniteltu aikataulu muuttui hieman, sillä ruokailimme jo ensimmäisen harjoitteen jälkeen ruoan saapuessa klo 18:00. Toivelistatekniikka ei soveltunut oman arvioni mukaan riittävästi ensimmäisen ja toisen harjoitteen väliin, jonka vuoksi tein ratkaisun, että jätämme sen ajan säästämiseksi kokonaan pois. Toivelistatekniikan tarkoituksenmukaisuus ei olisi päässyt oikeuksiinsa tässä kohtaa. Toivelistatekniikkaa voidaan hyödyntää jatkossa jokaisen alkavan naistenryhmän kanssa erikseen teemakorttien lisäksi.

5.2.5 Yhteisötaideharjoite

Ruoan jälkeen loppuharjoitteeksi palasimme vielä ensimmäiseen tehtävään. Tavoitteena oli palata alkuperäiseen assosiaatioharjoitukseen, josta maalaamme yhteisötaiteen keinoja soveltaen korjaavan maalausteoksen canvas-työkalupohjalle siitä, millainen on nainen, oli hänellä päihde- tai rikostaustaa tai ei. Yhteisötaiteen soveltavalla harjoitteella oli tarkoitus herättää korjaavaa näkökulmaa, sillä ensimmäisen harjoitteen tuloksesta ilmoille jäi negatiivinen vire. Harjoitteen tarkoituksena oli päättää

workshoptyöskentely positiiviseen tunnelmaan ajatuksina, että jokainen nainen on kaunis ja arvokas omalla tavallaan taustastaan huolimatta. Harjoitteen oli tarkoitus myös yhdistää eri harjoitteiden tarkoitus ja toimia ”punaisen langan päätteinä” pala-tessamme vielä ensimmäiseen harjoitteeseen.

Yhteisötaideharjoitteessa jokainen osallistuja sai maalata teosta sen verran, kuin koki itse hyväksi. Yhteisötaide on vuorovaikutteista taidetta, jossa taide on jokaisen saavutettavissa sekä jokaisella on oikeus siihen. Yhteisötaiteen tärkeimpänä arvona on se, että jokainen voi ja osaa tehdä taidetta. Yhteisötaiteella on tarkoitus tavoitella yhteisöllisyyden tunnetta, madaltaa osallistumisen kynnystä sekä mahdollistaa kaikille taiteesta nauttiminen. Yhteisötaiteella pyritään vahvistamaan minäpystyvyydentunnetta, ja yhdessä tekeminen mahdollistaa tunnetta yhteenkuuluvuudesta. (Jussilainen, 2019.)

Harjoitteen alussa sanoitin mikä on tavoitteemme: eli ei tuottaa visuaalisesti esteettistä ja kaunista tuotosta, vaan kuvastaa jokainen omalla tavallamme, millaisia naisia olemme ja nauttia taiteesta. Halusin tuoda harjoitteella myös yhteisöllisyyden tunnetta tuokion loppuun. Pohdimme maalausta tehdessämme ensimmäisen harjoitteen ajatusten oikeellisuutta ja kävimme keskustelua tästä. Tarvittaessa ohjasin keskustelua päätökseen positiivisessa valossa. Lopputulemanamme oli, että nainen on nainen täysin siinä missä muutkin, vaikka hänellä olisi erilaisia kokemuksia takanaan. Ei ole olemassa vain tietynlaista ”oikeanlaista naista”.



Kuva 3. Yhteisötaideharjoite

5.3 Arviointivaihe

Workshopin päätteeksi pyysin osallistujilta sekä KRIS Satakunta ry:n henkilöstöltä palautetta workshopin toteutuksesta. Kysyin muun muassa osallistujilta, kokivatko he tulleen kuulluksi sekä saivatko he kerrottua ajatuksistaan riittävästi. Osallistajat kertoivat, että saivat kerrottua workshopissa ajatuksiaan ihan hyvin, vaikka osa osallistujista oli hiljaisempia kuin toiset. Workshopin päätyttyä annoin osallistuneille mahdollisuuden täydentää vielä vastauksiaan tarvittaessa sähköpostitse. Workshoppiin osallistuneet kertoivat, että workshop oli ollut onnistunut sekä heillä oli ollut mukavaa.

KRIS Satakunta ry:n henkilökunta arvioi workshopin toteutusta sekä antoi tästä minulle palautetta suullisesti heti workshopin päätyttyä, sekä myöhemmin uudelleen puhelimitse. Henkilöstön näkemys oli, että workshop oli onnistunut, sekä siihen valitut menetelmät ja harjoitteet olivat tarkoituksenmukaisia. Toteutus onnistui kokonaisuudessaan osallistujien sekä yhdistyksen henkilöstön mukaan hyvin. KRIS Satakunta ry:n henkilökunnan palautteen mukaan aikataulutuksessa olisi voinut olla parannettavaa, sillä kaikkia harjoitteita ei ehditty toteuttamaan.

KRIS Satakunta ry:ltä saamani palautteen lisäksi arvioin myös itse workshopin toteutuksen onnistumista sekä soveltuvuutta. Workshopin arvioinnista olimme yhdistyksen henkilökunnan kanssa yhtä mieltä siitä, että workshopiin olisi pitänyt varata enemmän aikaa. Oma näkemykseni oli, että workshopissa esiin nousseista teemoista keskustelulle olisi voinut järjestää täysin oman tapaamisen. Workshopin suunniteltu aikataulu ylittyi, mutta workshopin edetessä huolehdin, että aikataulun venyminen sopi varmasti jokaiselle osallistujalle. Mikäli tämä ei olisi sopinut osallistujille, olisi workshopin harjoitteita tiivistetty ajallisesti enemmän. Oman kokemukseni mukaan muutoin workshop oli onnistunut sekä tänä aikana tekemäni ratkaisut olivat tarkoituksenmukaisia. Huolellisesti laadittu toteutuksen suunnitelma edesauttoi workshopin onnistumista.

Workshopissa tuotettu materiaali dokumentoitiin muistiinpanoilla, jonka vuoksi koin tarpeelliseksi lähettää workshopista kirjatut tulokset arvioitavaksi KRIS Satakunta ry:lle. Tällä halusin varmistaa, että workshopissa saadut materiaalit olivat dokumentoitu opinnäytetyöhön riittävällä tarkkuudella, ja että raportointi oli oikeellista. KRIS Satakunta ry:n henkilöstö tarkasti workshopin tulokset ja saamani palautteen mukaan heillä ei ollut näihin mitään täydennettävää tai muutettavaa.

6 KEHITTÄMISTYÖN TUOTOS

Opinnäytetyön tavoitteena oli luoda KRIS Satakunta ry:n naistenryhmään aihekorttityökalu, jonka avulla ryhmänohjaaja voi suunnitella tulevien ryhmätapaamisten sisältöä. Workshop osuudessa keräsin KRIS Satakunta ry:n naiskävijöiden aihe-ehdotuksia, sekä osallistajat äänestivät näistä aiheista heidän mielestään tärkeimmäksi koetut aiheet. Workshopissa eniten ääniä saaneet aiheet olivat seksuaalisuus ja seksuaalioikeudet, ikäkriisit, äitiys, kehonkuva, itsetunto, häpeä, tunteet ja tunnetaidot: eriteltynä vielä ahdistus, väkivalta, kumppanuus sekä luottamus. Muita aihe-ehdotuksia olivat syyllisyys ja tehdyt virheet, ennakkoluulot, unelmat, pelot, vankeus, viha ja omavoimaisuus.

Workshopissa keskustelun kautta osa teemoista meni osin lomittain, jonka vuoksi näitä yhdisteltiin. Esimerkiksi luottamus ja kumppanuus sivusivat teemoina paljon toisiaan, jonka vuoksi nämä yhdistettiin yhdeksi teemaksi. Workshopissa käytiin vapaata keskustelua teemoista, jotka saivat eniten ääniä. Vähiten ääniä saaneet aihe-ehdotukset otettiin mukaan ryhmän aiheisiin, mutta näistä emme käyneet tarkempaa keskustelua, miksi ne koettiin tärkeiksi aiheiksi. Tämän vuoksi myös tässä opinnäytetyössä on avattu vain eniten ääniä saaneet aiheet tarkemmin.

Workshopissa saatujen materiaalien pohjalta jäsenyi lopulta 13 erilaista teemaa, joita täydensin nais erityisen päihde- ja rikosseuraamustyön teorian pohjalta. Lopullisiksi teemoiksi jäsenyi tunteet ja tunnetaidot: sisältäen ahdistuksen ja vihan, luottamus ja kumppanuus, väkivalta, äitiys, seksuaalisuus ja seksuaalioikeudet, häpeä: sisältäen syyllisyyden, elämänkaaren vaiheet: workshopissa kuvattu nimellä ikäkriisit, itsetunto ja itsetuntemus: sisältäen omaivoimaisuuden, oma keho, läheiset ihmissuhteet, pelot, unelmat sekä vastuu: sisältäen vankeuden ja tehdyt virheet. Nais erityisen päihde- ja rikosseuraamustyön teoriasta lisäsin teeman aiheiksi myös rajat, joka ei noussut workshopissa erikseen keskusteluun.

Nais erityisessä työssä nousee esiin paljon tiettyjä teemoja, mutta nämä teemat eivät tietenkään poissulje sitä, että aiheita olisi hyvä käsitellä myös muiden kohderyhmien kanssa. Kaikki nais erityiseen työhön liittyvät teemat eivät siis tietenkään ole tarkoitettu vain naisille, vaan niitä on hyvä käsitellä myös yleisesti joko samanlaisena tai hieman muokattuina muidenkin kanssa. Tällaisia teemoja ovat esimerkiksi tunteet, vanhemmuuteen liittyvät kysymykset, oma identiteetti ja itsetunto. Naisten kanssa työskennellessä erityisiksi teemoiksi nämä nousevat kuitenkin muun muassa tarkastellessa identiteettiä siitä näkökulmasta, mikä ja millainen on ”hyvä nainen”. Yhtenä erityisenä teemana nousee esille myös häpeä: esimerkiksi siitä, kokeeko nainen itsensä äitinä epäonnistuneeksi tai huonoksi käyttäessään päihteitä. (Lydén, 2010, s.9, s.15.)

6.1 Tunteet ja tunnetaidot

Tunteet kuuluvat meidän jokaisen elämään. Tunteiden avulla opimme itsestämme ja toisista, sekä ne vaikuttavat valintoihimme ja ratkaisuihimme elämässä. (Kujala & Hiltunen, 2007, s.46–47.) Tunteet mielletään usein joko positiivisiksi tai negatiivisiksi, mutta kaikenlaiset tunteet ovat kuitenkin tärkeitä välineitä meille, sillä ne viestivät meille erilaisia asioita itsestämme. Tunteet voivat toimia myös muutoksen voimana. (Kujala & Hiltunen, 2007, s.48).

Joskus tunteita on vaikea tunnistaa, tai niitä on haastava hallita. Kaikki tunteet ovat kuitenkin sallittuja, eikä niiden tuntemisesta tule syyllistää itseään. Tunteet eivät koskaan ole väärinä, sillä jokaisella tunteella on tarkoituksensa. Kuitenkin oleellista on se, miten niitä viestimme ja kuinka niihin reagoimme. Jokaisen reagointi- ja ilmaisutavat ovat erilaiset, ja näihin vaikuttavat muun muassa lapsuudessa opitut mallit ja tavat. (Kujala & Hiltunen, 2007, s.46–48.) Esimerkiksi useilla päihdetaustaisilla naisilla on ollut ajatus siitä, ettei ”kiltti tyttö” näytä kielteisiä tunteita, vaan huolehtii ensisijaisesti muiden tarpeista (Lehtonen ym. 2020a, s.20).

Tunnetaitoja ja tunnereaktioiden säätelyä voi kuitenkin opetella (Mieli ry, n.d.a). Tunnetaitojen harjoittaminen on erityisen tärkeää, sillä tunteet voivat myös lamaannuttaa tai niihin, kuten vihaan, katkeruuteen tai epätoivoon voi jumiutua. Käsittelemättömänä tunteet voivat ilmetä fyysisenä oirehtimisena, kuten kipuna tai sairauksina, ja lopulta purkautuvat esimerkiksi epäsuorana käytöksenä. (Kujala & Hiltunen, 2007, s.46–47). Yksinäisyyden tunnetta lisää tunnetaitojen vajavaisuus, sillä se vaikuttaa muun muassa siihen, kuinka ilmaisemme itseämme ja tarpeitamme muille (Lehtonen ym., 2020a, s. 20.; Kujala & Hiltunen, 2007, s. 49). Tunnetaitojen harjaannuttaminen auttaa meitä pysymään tasapainossa, etteivät tunteet rajoita elämäämme, mutta eivät myöskään aja meitä harkitsemattomiin valintoihin ja impulsiiviseen käytökseen. Ennen kun pysymme hallitsemaan tunteidemme ilmaisua, tulee meidän osata tutkia, mikä tunne on kyseessä, kuinka voimakas se on ja mistä tämä tunne voisi johtua (Kujala & Hiltunen, 2007, s.46–48).

Tunnetyöskentely on erityisen tärkeää päihdetaustaisten kanssa työskennellessä, sillä päihteiden haitallisella käytöllä on laaja-alaisia vaikutuksia tunne-elämään (Kujala &

Hiltunen, 2007, s.11). Päihderiippuvaisen ihmisen on vaikea tunnistaa ja kohdata omia tunteitaan, ja ihminen usein hakeekin päihteillä apua tunteiden tukahduttamiseen tai puolestaan nostattaa jotakin tunnetta niillä. Ihminen, joka kamppailee päihdeongelman kanssa, on usein tottunut hakemaan turvaa ja tukea päihteistä. (Sininauhaliitto, 2023, a; Sininauhaliitto, 2023b.) Päihteiden haitallisen käytön vaikutukset korostuvat erityisesti naisten tunne-elämässä, sillä päihteidenkäytöllä on lisäksi vaikutusta naisten hormonitoimintaan, jonka vuoksi tunne-elämässä tapahtuu muutoksia. Hormonitoiminnan muutokset voivat mm. voimistaa entisestään tunteita, jotka tulevat esiin päihteidenkäytön lopettamisen jälkeen. (Lehtonen ym., 2020a, s. 20.)

Workshopissa tunteet ja tunnetaidot nähtiin myös tärkeänä aiheena, ja usealla osallistujalla oli jo kokemusta, kuinka näitä taitoja on joutunut pakostakin opettelemaan päihteistä toipumisessa muun muassa päihdekuntoutuksessa sekä KRIS Satakunta ry:n omassa toiminnassa. Osallistujilla oli vahva kokemus siitä, että kyseisiä taitoja voi harjoitella. Heille oli tuttua esimerkiksi tunteiden tunnistamisen harjoitteet ja tunnepäiväkirja. Tämän teeman äärelle voi kuitenkin aina palata, ja aihe oli saanut myös workshopissa yhden äänen siitä, että tämä teema ehdottomasti haluttaisiin mukaan naistenryhmään.

Workshopissa koettiin tarpeelliseksi päästä käsittelemään ryhmässä erityisesti negatiivisia tunteita, kuten ahdistusta, vihaa ja syyllisyyttä. Ahdistuksesta nousi keskustelua, kuinka naisilla olisi tarpeen päästä pohtimaan, mistä ahdistus voi johtua ja mikä tunne tämän taustalla on. Keskustelussa nousi esiin, kuinka ahdistus voi liittyä esimerkiksi käsittelemättömiin asioihin, pelkoihin, häpeään tai yksinäisyyteen. Keskustelussa heräsi ajatuksia siitä, kuinka itsensä ilmaisun opetteleminen voisi auttaa ahdistukseen, kun asioista puhuisi ääneen ja tulisi ymmärretyksi.

6.2 Läheiset ihmissuhteet

Päihteidenkäyttö ei kosketa vain ainoastaan sen käyttäjää, vaan sillä on vaikutusta myös läheisiin ihmissuhteisiin. Päihteidenkäyttö vaikuttaa moniin elämän osa-alueisiin ja sosiaaliset suhteet ovat tässä vahvassa osassa. Päihdeongelman vuoksi osa suhteista on saattanut katketa kokonaan. (Kujala & Hiltunen, 2007, s.11.) Jotkin

sosiaaliset suhteet saattavat olla joskus myös toipumista haittaavia (Salovaara, 2023, s. 148). Päihteitä käytävillä naisilla on muun muassa herkempi taipumus tunneperäisiin riippuvuussuhteisiin, jossa nainen luopuu omista tarpeistaan miellyttääkseen muita. Joskus ainoat kontaktit saattavat olla myös itse päihteidenkäyttäjiä tai viranomaisia (Kujala & Hiltunen, 2007, s.30, s.169).

Jokainen ihminen tarvitsee ympärilleen muita ihmisiä. Lähisuhteet ovat voimavaran lähde, josta saadaan hyvinvointia ja jaksamista. Hyvissä ihmissuhteissa saadaan myös tukea vaikeina aikoina sekä annetaan sitä vastavuoroisesti toiselle. (Kujala & Hiltunen, 2007, s.169.) Omien verkostojen pohtiminen on joskus tarpeen ihan kaikilla. Verkostoon voi kuulua perheenjäseniä, ystäviä, naapureita, työkavereita tai viranomaisia, joilla jokaisella on ominaisensa merkitys. Ihmissuhteita voi tarkastella esimerkiksi sen mukaan, kuinka läheisiksi nämä koetaan, tukeeko suhde elämässä eteenpäin, aiheuttaako se ristiriitoja tai haluammeko muuttaa näissä suhteissa jotakin. (Kujala & Hiltunen, 2007, s.170.) Päihteettömän ja rikoksettoman elämän omaksumiseksi tarvitaan tukevia ihmissuhteita. Joissakin tilanteissa tämä saattaa tarkoittaa kaikkien sosiaalisten verkostojen uudelleen rakentamista. (Salovaara, 2023, s.146.)

Workshopissa lähisuhteista ei keskusteltu sen tarkemmin, sillä tätä teemaa sivuttiin keskustellessa muun muassa äitiydestä sekä luottamus ja kumppanuus teemassa. Läheiset ihmissuhteet nousivat kuitenkin vahvasti teemaksi nais erityyppisen päihde- ja rikosseuraamustyön teorioissa, jonka vuoksi se nostettiin omaksi teemakseen myös tämän opinnäytetyön aihekortteihin.

6.3 Äitiys

Kaikki naiset eivät ole äitejä, mutta äitiys on kuitenkin yksi keskeinen naiseuteen liittyvä tekijä. Jokaisella naisella on jonkinlainen kosketus äitiyteen, oli hänellä omia lapsia tai ei, sillä hän on oman äitinsä tytär. Äitiyttä ei siis voida unohtaa nais erityyppisyyden teemasta, mutta on tärkeää osata ottaa huomioon, että nainen on paljon muutakin kuin äiti. Nainen on aina avun saamisen arvoinen täysin omana itsenään, vaikka hänellä olisikin lapsia. Palvelujärjestelmässä naiset saavat usein tukea äitiyden kautta, jolloin heidän omat henkilökohtaiset tuen tarpeensa saatetaan sivuttaa. (Virokangas &

Väyrynen, 2013, s.9.) On myös varteenotettava seikka, joka nousi workshop työskentelyn aikana esille, että nainen on voinut toivoa olevansa äiti jollekin, mutta ei ole pystynyt saamaan lapsia, äiti on voinut menettää lapsensa, tai nuori nainen haaveilee äitiydestä vielä tulevaisuudessa.

Vanhemmuuteen liittyviä ajatuksia on tärkeää käsitellä päihteitä käyttävien naisten kanssa työskennellessä (Lydén, 2010, s.9). Teema on noussut myös rikosseuraamusalalla nais erityisessä työssä keskeiseksi, ja tähän tulisi käyttää runsaasti aikaa. Tärkeää on päästä käsittelemään vanhemmuuteen liittyviä teemoja sekä mahdollisia kipukohtia, joita päihteiden käytön ja rikostaustan tuomat ongelmat on tuottaneet. (Salovaara, 2023, s.143.) Päihteitä käyttävät äidit kohtaavat valtavasti kritiikkiä omaan äitiyteensä kohdistuen (Virokangas & Väyrynen, 2013, s.9). Tähän liittyy usein paljon häpeää ja epäonnistumisen tunteita. Häpeää ja syyllisyyttä voi aiheuttaa esimerkiksi, jos lapsi on sijoitettuna kodin ulkopuolelle (Salovaara, 2019a, s.25). Rikosseuraamuslaitoksen tutkimuksessa vankeusrangaistusta suorittavilla naisilla 66 %:lla oli omia lapsia, mutta vain 29 %:lla heistä lapset olivat heidän huollettavanaan. (Joukamaa, 2010, s.23–25.) Vaikka vanhemmilla olisikin ymmärrys esimerkiksi huostaanoton syistä ja tarpeellisuudesta, ei se poista tähän liittyvää surua ja huolta (Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2023). Toisaalta syyllisyys esimerkiksi omasta päihteiden käytöstä ja pelko lasten menettämisestä saattaa motivoida muutokseen (Salovaara, 2023, s.148).

Vanhemmuus on mahdollisten häpeän ja syyllisyyden tunteiden lisäksi usein valtava voimavara. Mikäli nainen on vanhempi, ovat lapset usein myös valtavan suuri motivaation ja oman identiteetin lähde. Tämä ei poistu, vaikka lapsi ei asuisikaan vanhemman kanssa. Lapset voivat toimia positiivisen identiteetin vahvistajana sekä motivoida elämänmuutokseen. (Salovaara, 2019a, s.25.)

Workshopissa äitiys äänestettiin aiheeksi, joka ehdottomasti halutaan mukaan naistenryhmään. Naiset kokivat, kuinka aiheesta on tarpeen puhua vertaisten kanssa. Naiset kokivat, kuinka esimerkiksi huonon omatunnon tuntemuksia sekä ajatuksia äitinä tehdyistä virheistä olisi hyvä päästä käsittelemään.

Workshopissa naiset kertoivat, kuinka esimerkiksi heidän tullessaan äidiksi, ei heillä välttämättä ole ollut riittäviä valmiuksia tähän, tai tietoa, millainen ”kuuluu olla”. Naiset kertoivat, että myös omat lapsuuden kokemukset ovat vaikuttaneet paljon heidän omaan äitiyteensä, kuinka esimerkiksi heidän äitinsä on ollut hänelle tiukka, on tämä myös siirtynyt omaan toimintaan äitinä. Toisena esimerkkinä workshopissa nousi esiin se, kuinka oma lapsuus on ollut rajaton, jonka vuoksi ei myöskään itse ole osannut äitinä asettaa riittäviä rajoja lapselle. Osa naisista kuvasi, kuinka heidän on ollut vaikea myös antaa läheisyyttä omille lapsilleen, vaikka heitä rakastaakin. Naiset kertoivat, kuinka he ovat paljon peilanneet vanhemmuuteensa heidän omaa äitisuhdettaan. Keskustelussa nousi esiin, kuinka luottamuksellisen suhteen rakentaminen uudelleen omiin lapsiin on nyt toipumisen myötä ollut mahdollista. Osalla workshoppiin osallistuneista oli lisäksi lapsenlapsia, ja kuinka isovanhemmuus koettiin myös tärkeäksi osaksi itseä. Keskustelussa nousi esiin, kuinka menneisyys on opettanut, millainen nyt haluaa olla omalle lapsenlapselleen. Vertaisten kanssa keskustellessa tehdyt virheet voitaisiin päästä käsittelemään ja ehkä kääntää myös osaltaan opiksi.

6.4 Seksuaalisuus ja seksuaalioikeudet

Seksuaalisuus kuuluu meille kaikille ja se on osa ihmisen elämää (Lydén, 2010, s.31). Kun ihminen voi seksuaalisesti hyvin, hän pystyy toteuttamana omaa seksuaalisuuttaan itselleen sopivalla tavalla, sekä kunnioittamaan omaansa sekä muiden seksuaalisuutta ja seksuaalioikeuksia. Seksuaalinen hyvinvointi määrittyy jokaisen ihmisen omasta, yksilöllisestä kokemuksesta muun muassa hyväksytyksi ja kunnioitetuksi tulemisesta sekä seksuaalisen nautinnon ja mielihyvän kokemuksista. (Väestöliitto, 2022b.) Seksuaalioikeudet tarkoittavat yksilön oikeuksia päättää omaan seksuaalisuuteen liittyvistä asioista. Ne ovat ihmisoikeuksia, jotka kuuluvat kaikille. (Väestöliitto, 2019.)

Naisten kanssa tehtävässä päihdetyössä seksuaalisuus on tärkeä nostaa käsittelyyn, sillä monilla päihteitä käyttäneillä on erilaisia haasteita tällä alueella. Päihteillä on vaikutusta ihmisen seksuaaliseen hyvinvointiin. On hyvin yleistä, että päihdetaustaisilla naisilla on kokemuksia myös seksuaalisesta hyväksikäytöstä ja väkivallasta. (Lydén, 2010, s.31.) Seksuaalinen hyväksikäyttö liittyy vahvasti myös rikostaustaisten naisten

elämään. Rikosseuraamuslaitoksen tutkimuksen (Joukamaa, 2010, s.27) tilastojen mukaan yli 30 % naisista oli elämänsä aikana joutunut jonkun henkilön seksuaalisen hyväksikäytön uhriksi. Tutkimuksiin vastanneista 19 % oli tullut seksuaalisesti hyväksikäytetyksi kumppaninsa toimesta ja 16 % lähisukulaisen toimesta. Varhaisessa elämänvaiheessa aloitettu päihteidenkäyttö myös altistaa nuoren naisen seksuaaliselle kohtelulle, joka on vielä omalle kehitystasolle sopimatonta. Lisäksi varhain aloitetulla päihteidenkäytöllä on myös vaikutuksia normaalille seksuaalisuuden kehittymiselle. (Lydén, 2010, s.31.)

Seksuaalisuus ja seksuaalioikeudet nousivat tärkeäksi teemaksi myös workshopissa. Seksuaalisuudesta ja seksuaalioikeuksista naiset kuvasivat workshopissa, kuinka tärkeää näiden aiheiden käsitteleminen on, sillä myös heidän kokemuksensa mukaan päihde- ja rikostaustaisilla naisilla saattaa olla paljon kokemuksia seksuaalioikeuksien vakavista loukkaamisista. Naiset kuvasivat, kuinka heille terve suhtautuminen seksuaalisuuteen ja seksiin voi olla hyvin vierasta. Keskusteluun nousi esimerkiksi, kuinka ”normaali seksi” ja siihen usein kuuluvat välittämisen tunteet voivat tuntua hyvin kaukaiselle ajatukselle. Naisten kokemusten kukaan seksissä nautinto ei välttämättä ole ollut aina pääprioriteetti, vaan tarve tulla hyväksytyksi. Yhteisessä pohdinnassa ilmeni, kuinka tällainen käyttäytyminen lisää syyllisyyden tunteita. Omaa toimintaa on saattanut ohjata miellyttämisen halu sekä pelko toisen menettämisestä, eikä omat seksuaalioikeudet.

Workshoppiin osallistuneet naiset kokivat, että seksuaalisuuteen liittyvistä teemoista olisi tärkeää päästä puhumaan myös sen vuoksi, kuinka se on näyttäytynyt eri ikävaiheissa ja kuinka ikääntyminen vaikuttaa omaan seksuaalisuuteen. Omien rajojen, mieltyömysten, toiveiden ja tarpeiden tunnistamista sekä sanoittamista olisi tarpeen päästä harjoittamaan. Workshoppiin osallistuneet naiset äänestivät teemaa hyvin vaikeaksi, mutta kuitenkin erittäin tärkeäksi aiheeksi. Vaikka aihe saattaa tuntua vaikealta ottaa käsittelyyn, ei se toisaalta poikkea muista haastavista, mutta tärkeistä teemoista, joita päihteistä toipuvien kanssa käsitellään. Asiasta keskustelu ei tarkoita, että näitä haasteita pystyttäisiin siinä hetkessä hoitamaan, mutta oleellista on saada tulla kohdatuksi ja kuulluksi ihmisenä. Seksuaalisen väkivallan uhrit usein tuntevat tapahtuneesta häpeää ja syyllisyyttä, vaikka tapahtunut ei olekaan heidän syytään. (Lydén, 2010, s.31–33).

6.5 Häpeä

Häpeä sekä syyllisyys ovat keskeisiä teemoja naisten päihteidenkäyttöön liittyen. Ulkopuolelta tuleva arvostelu sekä yhteiskunnan asettamat odotukset oikeanlaisesta naisesta aiheuttavat tunnetta, ettei päihteitä käyttävä nainen ole riittävän hyvä omana itsenään. Häpeä ei ole pelkästään yksilön oma tunne, vaan se on myös yhteiskunnan luoma leima. (Lehtonen ym, 2020a, s.22.) Stigma tuo mukanaan häpeän lisäksi epätoivon ja pelon. Naisille ominaista on, ettei nämä tuntemukset jää vain tunteiksi, vaan he sisäistävät nämä myös osaksi itseään. (Karttunen, 2019, s.146–150.)

Häpeä vaikuttaa koko elämään, niin kokemuksiin, olemiseen kuin toimintaan. Häpeän tunteet voivat ylläpitää ongelmaa ja estää hoitoon hakeutumista. (Karttunen, 2019, s.146–150). Häpeä saattaa olla esteenä esimerkiksi sosiaaliselle vuorovaikutukselle (Lehtonen ym., 2020a, s. 22). Häpeän ymmärtäminen on keskeisessä roolissa tukien naisia päihdeongelmasta toipumisessa, sekä sen käsittelylle on oltava riittävästi tilaa turvallisessa ympäristössä (Karttunen, 2019, s.146).

Häpeä nousi workshopissa esiin erittäin tärkeänä aiheena. Keskustelussa heräsi ajatuksia siitä, kuinka häpeästä on todella vaikea puhua tai joskus sitä voi olla myös vaikea tunnistaa. Häpeää ei katso aina myöskään se, onko se omalla toiminnalla aiheutettua vai onko se syntynyt jonkun toisen henkilön toimesta. Esimerkiksi häpeää kannetaan myös asioista, joita on tehty heille, kuten lähisuhdeväkivallasta. Häpeää voidaan kantaa tunteesta, mitä väärää on itse tehnyt, jotta on ansainnut lähisuhdeväkivallan. Häpeää voi myös lisätä entisestään se, kuinka esimerkiksi läheiset ihmiset eivät välttämättä usko heidän sanaansa. Workshopissa naiset kokivat häpeän erittäin tärkeäksi aiheeksi, sillä vaikka toipuminen itse päihdeongelmasta olisikin jo hyvällä mallilla, kantaa jokainen heistä edelleen häpeää. Naiset kertoivat joskus kokeneensa, etteivät he ole riittävän arvokkaita puhuakseen häpeää tuottavista asioista. Tähän naiset kokivat vertaisten ryhmän erittäin tärkeäksi foorumiksi.

Häpeällä on myös tehtävänsä, mikäli tämä on tervettä häpeää. Terve häpeä auttaa meitä toimimaan erilaisissa ryhmissä tai kulttuureissa sopivalla tavalla sekä se havainnollistaa, kuinka erehtyväinen ihminen joskus on. Häpeä saattaa ilmetä esimerkiksi punastumisena, lamaantumisena, liikaa puhumisena, piittaamattomuutena tai kyynisyytenä.

Kun häpeää ei haluta näyttää, sitä torjutaan erilaisin keinoin, joita voivat olla muun muassa erilaiset roolit, kuten miellyttäjän rooli, itsekriittisyys, syyllisyys tai mustavalkojattelu. Häpeän kohtaamattomuus kuitenkin vain vahvistaa häpeää entisestään, jonka vuoksi sen tunnistaminen ja tunnustaminen on tärkeää. (Nyyti ry, n.d.a.) Häpeän ja syyllisyyden tunteet ovat sallittuja, mutta ne tulee kohdata ja käsitellä (Lehtonen ym. 2020a, s.22–23; Nyyri ry, n.d.b.).

6.6 Itsetuntemus ja itsetunto

Itsetuntemus ja itsetunto menevät käsitteinä helposti sekaisin (Kujala & Hiltunen, 2007, s.19). Itsetuntemus tarkoittaa omien ajatusten ja tunteiden havainnointikykyä, sekä taitoa tunnistaa omia tarpeita, toiveita, vahvuuksia ja kehittämistarpeita. Se tarkoittaa itsensä tuntemista esimerkiksi omista asenteista ja arvoista, temperamentista, luonteenpiirteistä sekä omista ajatuksista. Itsetuntemuksen avulla pystytään tarkastelemaan, millainen olen ja miksi tunnen tai reagoin joissakin tilanteissa tietyllä tavalla. Itsetuntemus liittyy vahvasti itsetuntoon, sillä itsetuntemuksen kautta pystytään tunnistamaan muun muassa omia vahvuuksia, ja tämän kautta myös hyödyntää niitä elämässämme. (Mieli ry, n.d.b) Itsetunto vahvistuu myönteisten kokemusten kautta (Nyyti ry, n.d.b).

Itsetunto kertoo, miten ihminen suhtautuu kuinka paljon arvostaa itseään. Itsetunto on tärkeä voimavara, jonka avulla ihminen pystyy suhtautumaan esimerkiksi elämässä vastaan tuleviin omiin virheisiin tai haasteisiin lempeämmin. Hyvän itsetunnon omaava ihminen pystyy myöntämään omat virheensä, mutta pääsee niistä myös eteenpäin, sietää pettymyksiä, luottaa itseensä, arvostaa itseään sekä pitää elämäänsä arvokkaana. Hyvässä itsetunnossa on kyse itsensä arvostamisesta, ei itsekkydestä tai ainoastaan positiivisessa valossa korostetusti itsensä näkemisestä. (Nyyti ry, n.d.b.)

On normaalia, että itsetunto vaihtelee elämän eri vaiheissa. Pettymykset ja vaikeat elämäntapahtumat voivat laskea itsetuntoa, kun taas myönteiset kokemukset nostavat sitä. (Nyyti ry, n.d.b) Päähteitä käyttävät naiset altistuvat helposti erilaisille haavoittaville tapahtumille. Tällaisilla elämän tapahtumilla on luonnollisesti vaikutusta myös naisen itsetuntoon. Päähteitä käyttävä nainen saa usein osakseen ulkopuolelta arvostelua ja

tuomitsemista, sekä erilaisia naiseuteensa kohdistuvia loukkauksia. (Kujala & Hiltunen, s.10.) Päihteitä käyttävät naiset, erityisesti laittomien huumeiden käyttäjät joutuvat riippuvuutensa vuoksi niin sanotusti normiyhteisön ulkopuolelle. Ulkopuolisuus vaikuttaa naisen kokemukseen ympärillä olevasta yhteiskunnasta sekä omasta itsestä, joka lisää arvottomuuden tunnetta ja häpeää. (Salovaara, 2019b, s.34.) Vahvistamalla itsetuntemusta voidaan paremmin erottaa ulkoa tulevien muiden ihmisten ajatukset ja tunteet omista (Mieli ry, n.d.b). Itsetunnon vahvistaminen ja sen tervehtyminen on naisen toipumisessa erittäin keskeinen tekijä (Kujala & Hiltunen, 2007, s. 19).

6.7 Elämänkaaren vaiheet (ikäkriisit)

Päihteiden käytön päättymisen jälkeen usein esiin nousee erilaisia kokemuksia ja ajatuksia elämän eri vaiheista. Lapsuudesta aikuisuuteen eletyt hyvät ja huonot kokemukset nousevat uudella tavalla tarkasteluun, kun päihteidenkäyttö päättyy. Osaa kokemuksista voi olla joskus vaikeaa kohdata, mutta käsittelemättömänä niiden aiheuttama painolasti saattavat olla riski retkahtamiselle. Oman elämän tarkastelu auttaa oppimaan itsestä, sekä auttaa ymmärtämään elämänsä vaiheiden merkitystä. Elämänkaaren tarkastelun avulla voidaan myös oppia esimerkiksi päihteidenkäyttöön johtaneista syistä. (Kujala & Hiltunen, 2007, s, 11; s.40.) Oman menneisyyden tarkastelu sekä sen tuomien tunteiden ymmärtäminen voi vahvistaa itsetuntoa (Salovaara, 2019b, s.192).

Naisten elämään ja itsetuntoon vaikuttaa lapsuudesta saakka erilaiset kokemukset, kuten onko tyttölapsi ollut toivottu, onko hänen tekemistensä, tunteitansa tai ulkonäköään moitittu ja mitätöity vai tuettu. Pienen tytön kehitykseen vaikuttaa myös esimerkiksi oman äidin malli, onko äiti ollut tasapainoisen identiteetin omaava turvallinen aikuinen. Tyttölapsi oppii äidiltään, mitä naiselta odotetaan, millainen naisen kuuluu olla ja miten näihin odotuksiin vastataan. Elämänkaareen vaikuttaa myös, miten kouluikäisenä ulkoa tulevat vaikutteet ovat muokanneet kuvaa itsestä ja naisena olemisesta sekä mitkä asiat ovat vahvistaneet tai latistaneet minäpystyvyyden tunnetta. Koulussa esimerkiksi erilaiset oppimisvaikeudet tai kiusaaminen vaikuttaa oleellisesti työtön voimavaroihin ja kehitykseen. Murrosiässä kavereiden vaikutus, tunne-elämän muutokset, kehitykselliset asiat, seksuaalisuus, mahdolliset päihdekokeilut,

seurustelusuhteet ja monet muut asiat muokkaavan naisen identiteettiä. Myös ikääntyminen tuo omia kipukohtiaan, kuten esimerkiksi omien lasten kasvaminen aikuiseksi, oman tarpeellisuuden tunteen pohtiminen sekä omien vanhempien ikääntyminen. Keski-ikäisyydessä nainen joutuu pohtimaan omaa elämäänsä, millainen olen ja mistä unelmoin, olenko saavuttanut haluamiani asioita sekä mitä haluan tästä eteenpäin. Myös vaihdevuodet, ulkoiset muutokset ja omaan rajallisuuteen havahtuminen voivat olla vaikeita kohdata. (Kujala & Hiltunen, 2007, s.98–112.)

Elämän eri vaiheet nousivat workshopissa esiin naisten kuvaamalla sanalla ikäkriisit. Yhteisessä keskustelussa esiin nousi ajatuksia siitä, kuinka on elänyt elämäänsä ”väärin päin” tai kuinka elämästä on mennyt suuri osa ohitse päihderiippuvuuden kanssa kamppaillessa. Osa osallistujista koki, kuinka osa elämästä on mennyt aivan hukkaan. Teemasta keskustellessa nousi esille myös ikääntymisen merkityksestä naiseuteen. Osallistujien mielestä tätä teemaa olisi tärkeää päästä käsittelemään naistenryhmässä. Useampi osallistuja äänesti tätä teemaa erittäin tärkeäksi aiheeksi.

6.8 Väkivalta; todistaja, kokija ja tekijä

Väkivalta tulisi aina ottaa puheeksi päihteitä käyttävien naisten kanssa työskennellessä (Lydén, 2010, s.9). Useilla päihde- ja rikostaustaisilla naisilla on ollut kokemuksia väkivallasta elämänsä eri vaiheissa. Erityisesti parisuhdeväkivalta nousee esille päihteitä käyttävien naisten kanssa työskennellessä (Karttunen, 2019, s.33). Myös rikosseuraamuslaitoksen teettämän vankien terveyttä koskevan tutkimuksen mukaan oman kumppanin fyysisesti pahoinpitelemäksi oli joutunut 69 % naisvangeista. Tämän lisäksi naisvangeista psyykkisesti pahoinpitelemäksi oli joutunut reilu 65 %. Seksuaalinen hyväksikäyttö näyttäytyi myös vahvasti, sillä 31 % naisista oli elämänsä aikana joutunut jonkun henkilön seksuaalisen hyväksikäytön uhriksi. (Joukamaa, 2010, s.27.)

Väkivalta nousee esiin päihdeongelmien keskuudessa, sillä päihteidenkäyttö lisää väkivallan riskiä (Lydén, 2010, s.25). Naisten päihderiippuvuus muun muassa altistaa naisia väkivaltaiselle parisuhteelle (Salovaara, 2019a, s.25). Naisten kokema väkivalta voi olla myös lapsuudessa tapahtunutta (Salovaara, 2019b, s, 142). Esimerkiksi Karttusen (2019, s.33) teettämän tutkimuksen mukaan tutkimukseen osallistuneista naisista

70 % oli kokenut lapsuudessaan fyysistä väkivaltaa sekä 50 % seksuaalista väkivaltaa. Koettu väkivalta on traumatisoivaa sekä se myös madaltaa kynnystä käyttää itse väkivaltaa (Salovaara 2019a, s. 25). Suomalaisten vankien keskuudessa väkivaltarikokset näyttävät suurina ja tämä korostuu erityisesti naisten keskuudessa. Väkivalta on yksi suurimmista syistä naisten vankeustuomioissa. (Salovaara, 2023, s.140.) On siis selvää, että väkivalta näyttelee suurta roolia nais erityisessä päihde- ja rikosseuramusalan työssä.

Väkivallan kokemukset eivät näy päällepäin. Väkivallan traumatisoima ihminen peittelee usein kokemuksiaan, jotta hän selviäisi kantamansa taakan kanssa. Myös häpeä, kieltäminen tai tilanteiden vähättely vaikeuttaa asioiden kohtaamista. (Salovaara, 2019a, s. 25.) Keskustelemalla ja kokemuksia käsittelemällä voidaan vahvistaa itsetuntemusta, oppia ymmärtämään toimintatapoja sekä ehkäistä väkivallankäytön jatkumista. (Salovaara, 2023, s.140.)

Väkivalta koettiin workshopissa vaikeana aiheena, mutta myös sen tarpeellisuus tunnistettiin. Workshopissa heräsi keskustelua siitä, kuinka kaikki väkivallan roolit: todistaja, kokija ja tekijä ovat tärkeitä näkökulmia. Workshopissa naisten kanssa pohdittiin muun muassa sitä, kuinka lähisuhdeväkivaltaa kokeneet tuntevat syyllisyyttä siitä, että ovat ”hyväksyneet” heille tehdyn väkivallan. Naiset kokivat, että esimerkiksi läheisriippuvuudesta olisi tärkeä keskustella.

6.9 Luottamus ja kumppanuus

Päihdeongelmien kanssa kamppailevien naisten luottamus on saattanut heikentyä elämän erilaisten haavoittavien tekijöiden ja pettymysten takia. Esimerkiksi päihdeongelmainen äiti on saattanut kohdata pettymyksiä erilaisiin auttaviin tahoihin, jotka ovat muovanneet hänen luottamustaan palveluita kohtaan. Tällaisten kokemusten takia naisen voi olla vaikea luottaa kehenkään. Luottamus on hyvin herkkä tunne, joka voi särkyä helposti. Epäluottamus asettaa haasteita toipumiselle, mutta empaattisella kohtamisella ja luottamuksen uudelleen rakentamisella voi olla eheyttävä vaikutus. (Lyden, 2010, s.20.)

Workshopissa luottamus ja kumppanuus yhdistyivät yhteiseksi teemaksi. Workshoppiin osallistuneet naiset kuvasivat, kuinka luottaminen toiseen ihmiseen on edelleen vaikeaa. Workshopissa naiset keskustelivat siitä, kuinka puhtaana olon, eli päihtekäytön päättymisen jälkeen on ollut myös vaikeaa sitoutua esimerkiksi suhteisiin. Osa naisista kuvasi, kuinka heidän on vaikea löytää ”oikeanlainen” kumppani, joka on tasavertainen ja luottamuksen arvoinen. Naiset kuvasivat, että löytääkseen omanarvoisensa kumppanin, täytyy ensin tuntea oma arvonsa. Naistenryhmässä voitaisiin vertaisten tuella pohtia, millainen on esimerkiksi turvallinen suhde.

6.10 Kehoni

Ihmisen käsitys omasta kehosta, eli kehonkuva kertoo siitä, miten oikeanlaisena, hyvänä tai kelpaavana ihminen kokee oman kehonsa (Väestöliitto, 2022a). Kehonkuva ei ole sama asia kuin ulkonäkö, vaan se muodostuu omista kehoon liittyvistä subjektiivisista kokemuksista, tunteista, havainnoista, asenteista sekä käsityksistä (Sippel, 2021). Oma kehonkuva alkaa muovaantua jo lapsuudessa. Siihen vaikuttavat kokemukset, miten kehosta on puhuttu sekä miten sitä on kohdeltu. (Väestöliitto, 2022a.)

Karttusen (2019) Naiserityistä päihdehoitoa käsittelevässä tutkimuksessa päihdeongelman kanssa kamppaileville naisille puhe oman kehon huonoudesta oli tavallista. Naiset kokivat oman kehon huonoina tai jollakin tavalla puutteellisena. Kehon huonous oli liitoksissa myös laajemmin käsitykseen itsestä sekä naisena olemista. (s.159–161). Negatiiviset kokemukset sekä vääristyneet käsitykset omasta kehosta altistavat mielenterveyshäiriöille sekä syömishäiriöille. Toisaalta taas esimerkiksi masentuneisuus sekä ahdistuneisuus vaikuttaa negatiivisesti omaan kehonkuvaan. (Sippel, 2021.) Rikosseuraamuslaitoksen tutkimuksessa syömishäiriö oli naisilla selkeästi yleisempää kuin muilla ryhmillä (Joukamaa, 2010, s.54).

Workshopissa kehonkuvaan liittyvät kysymykset nousivat esille keskustellessa itsetuntoon liittyvistä asioista. Itsetunto on kuitenkin hyvin laaja aihe, jonka vuoksi kehonkuva muodostui omaksi teemakseen.

7 TULOSTEN RAPORTOINTI JA TOIMEKSIANTAJAN PALAUTE

Opinnäytetyön tulokset yhdistettiin kootusti tähän opinnäytetyön raporttiin. Opinnäytetyön raportin liitteeksi konkreettisenä tuotoksena tuloksista laadittiin naistenryhmän aihekortit-työkalu, joka toimitettiin KRIS Satakunta ry:lle. Tulokset raportoitiin lisäksi Teams-sovelluksen välityksellä opinnäytetyön toimeksiantajalle 20.4.2023 suullisesti. Raportointitilaisuuteen olin luonut tiivistetyn PowerPoint esityksen, jossa avasin opinnäytetyön tarkoitusta ja tavoitetta, nais erityisen työn sisältöä sekä toiminnallisen workshop osuuden toteutuksen, siinä tehdyt ratkaisut sekä sen tulokset. Tulosten raportointitilaisuuteen kutsuttiin KRIS Satakunta ry:n toiminnanjohtaja ja opinnäytetyön yhteyshenkilönä toiminut henkilökunnan jäsen, sekä opinnäytetyön workshoppiin osallistuneet naiskävijät. Tilaisuuteen kutsuttiin lisäksi Riippuvuustyön kehittämissikön yhteyshenkilö sekä Satakunnan ammattikorkeakoulun puolesta opinnäytetyötä ohjaava opettaja. Tulosten raportointitilaisuuteen otti osaa KRIS Satakunta ry:n toimesta opinnäytetyön yhteyshenkilönä toiminut henkilökunnan jäsen. Muut tilaisuuteen kutsutut henkilöt olivat estyneet.

Opinnäytetyön tulosten raportointitilaisuuden lopuksi pyysin vielä opinnäytetyön kokonaisuudesta ja prosessista arviota toimeksiantajalta. KRIS Satakunta ry kuvasti, että opinnäytetyö oli kattava, vastasi asetettuja tavoitteita sekä on helposti hyödynnettävissä. Yhdistykseltä saamani palautteen mukaan workshop oli ideoitu, suunniteltu sekä toteutettu hyvin, sekä tässä oli erityisen hyvää, kuinka alusta saakka ajatuksena oli saada materiaali KRIS Satakunta ry:n naiskävijöiltä. KRIS Satakunta ry:n mukaan olin saanut workshopista hyvin materiaalia kerättyä, sekä poimittua täältä oleellisimmat asiat osaksi opinnäytetyön raporttia. Yhdistyksen kokemus oli, että onnistuneeseen opinnäytetyön prosessiin vaikutti jo olemassa oleva ymmärrykseni päihderiippuvuudesta sekä rikostaustaisuudesta. Lisäksi opinnäytetyön onnistumiseen on KRIS Satakunta ry:n palautteen mukaan varmasti vaikuttanut heillä suorittamani ammatillinen harjoittelu, joka on mahdollistanut kohderyhmän tarpeiden ymmärtämisen.

KRIS Satakunta ry arvioi opinnäytetyön tulosten raportointitilaisuudessa, että opinnäytetyön tuotos on hyvin hyödynnettävissä sekä se vastasi KRIS Satakunta ry:n odotuksia. Esimerkiksi tärkeiksi koetuista teemoista oli kerätty kattavasti tietoa, ja tämä

auttaa KRIS Satakunta ry:n naistenryhmän sisällön suunnittelussa sekä ryhmänohjauksessa. Opinnäytetyön tuotoksena naistenryhmän aihekortit olivat palautteen mukaan visuaalisesti hienot sekä ymmärrettävät. Myös opinnäytetyö kokonaisuudessaan oli yhdistyksen mukaan selkeä. KRIS Satakunta ry:ltä saamani palautteen mukaan yhteistyö oli ollut koko opinnäytetyön prosessin ajan riittävän tiivistä sekä opinnäytetyöhön liittyvistä asioista oli helppo keskustella kanssani. KRIS Satakunta ry:llä oli alusta saakka ollut luottavainen tunne opinnäytetyöhön ja työskentelystä välittyi ammatillisuus.

8 POHDINTA

Opinnäytetyön tavoite oli selvittää KRIS Satakunta ry:n naiskävijöiden ajatuksia tärkeiksi koetuista aiheista, joita voitaisiin käsitellä naistenryhmissä. Ajatusten pohjalta luotiin aihekortit-työkalu, joiden teemoja täydennettiin eri lähdemateriaaleja hyödyntäen. Tämä tavoite toteutui suunnitellusti sekä opinnäytetyössä käytettävät menetelmät toimivat erittäin hyvin tavoitteen saavuttamiseksi. Opinnäytetyön aihe oli hyvin ajankohtainen. Tästä kertoo muun muassa se, kuinka opinnäytetyön prosessin aikana ilmestyi lisää aiheeseen liittyvää tutkimustietoa.

Opinnäytetyön tuotoksessa oli mielenkiintoista huomata, kuinka workshopissa KRIS Satakunta ry:n kävijöiltä saatu materiaali oli hyvin samansuuntaista, mitä nais erityisen päihde- ja rikosseuraamustyön teorioissa oli tullut ilmi. Workshopissa vahvimpina teemoina näyttäytyivät tunteet ja tunnetaidot, äitiys, väkivalta sekä seksuaalisuus ja seksuaalioikeudet, jotka nousivat lähes poikkeuksetta kaikissa hyödyntämässäni nais erityisyyttä käsittelevissä materiaaleissa jollakin tavalla esiin. Opinnäytetyön tulos vahvistaa aiempia tutkimuksia nais erityisyyden kysymyksistä.

Opinnäytetyön aiheen rajauksen pyrin tekemään mahdollisimman selvästi, mitä haluan opinnäytetyöllä saavuttaa. Vaikka tavoite ja tarkoitus oli selkeästi määritelty, täytyi aiheen rajausta tehdä vielä opinnäytetyön prosessin edetessä. Opinnäytetyön alkuvaiheessa en määritellyt, montako käsiteltävää temaa tulen nostamaan opinnäytetyöhön,

sillä tätä oli erityisen vaikea arvioida, montako aihetta workshopissa nousee. Päädyin tarkastelemaan opinnäytetyössä vain workshopissa tärkeimmiksi koettuja teemoja tarkemmin, sillä opinnäytetyön aihe olisi muutoin ollut todella laaja ja todennäköisesti tuotoksen laatu olisi heikentynyt.

8.1 Eettisyys

Opinnäytetyön prosessissa eettisyys toteutui hyvin. Ennen opinnäytetyön aloitusta laadin huolellisesti opinnäytetyön eettisten sääntöjen ja hyvien käytäntöjen mukaisesti suunnitelman sekä opinnäytetyön sopimuksen. Panostin opinnäytetyön prosessissa suunnitelmavaiheeseen paljon, sillä halusin tästä tulevan varmasti ilmi kaikille osapuolille, mitä opinnäytetyössä tullaan tekemään ja miten. Lisäksi selvitin, tarvitaanko opinnäytetyöhön tutkimuslupaa KRIS Satakunta ry:ltä sekä opinnäytetyötä ohjaavalta opettajaltani.

Koska opinnäytetyön materiaali kerättiin sekä KRIS Satakunta ry:n naiskävijöiltä, sekä nais erityiseen päihde- ja rikosseuraamustyön teoriasta, tuli minun huolehtia sekä opinnäytetyön tuotokseen osallistuvien henkilöiden henkilö- ja tietosuojan toteutumisesta sekä luotettavien aineistojen hankinnasta. Opinnäytetyöhön osallistuvien henkilöiden henkilö- ja tietosuojan toteutumisesta huolehdin muun muassa siten, että toiminnalliseen workshop tuokioon lähetetyt kutsukirjeet lähetettiin osallistujaehdokkaille KRIS Satakunta ry:n henkilökunnan toimesta. Tämän vuoksi minun ei tarvinnut käsitellä kenenkään henkilötietoja itse.

Opinnäytetyössä huolehdin, että kaikki osallistujat tietävät, mikä on opinnäytetyön tarkoitus. Kutsukirjeessä kerroin osallistujaehdokkaille, mihin he ovat ottamassa osaa ja minkä vuoksi. Tämän lisäksi kutsussa kerroin mitä tietoja heistä tullaan kertomaan opinnäytetyön raportissa. Opinnäytetyön toteutukselle ei ollut missään kohtaa tarpeen tietää osallistujista muita tunnistetietoja, kuin että he ovat KRIS Satakunta ry:n toiminnassa mukana, heillä on kokemustausta päihde- tai rikostaustaisuudesta sekä että he ovat sukupuoleltaan naisia. Workshopissa luodut materiaalit olivat kaikki anonyymejä, joten tässäkin vaiheessa henkilö- ja tietosuojasta ei tarvinnut erityisemmin huolehtia. Opinnäytetyön tuotoksen raportoinnissa käytin yleistävää kieltä sekä käytin

passiivimuotoa, kuinka workshopissa puhuttiin tai tuotiin joitakin ajatuksia esiin. Tällä tavalla raportoinnissa kenenkään vastaus ei yksilöitynyt, eikä näin voida yhdistää kenenkään osallistujaan.

Lähdeaineiston hankinnassa huolehdin aineiston luotettavuudesta käyttämällä vain tieteellisiä lähteitä tai tunnettujen sosiaali-, terveys ja hyvinvointialalla toimivien toimijoiden sivustoja. Toiminnallisessa opinnäytetyössä tulee osata yhdistää sekä verrata useammasta luotettavasta lähteestä peräisin olevaa tietoa, jonka avulla luodaan uutta kehittämistyötä tukevaa tietoa (Kostamo ym. 2022, s.84). Toin opinnäytetyön tuotoksen kuvaamisen osuudessa tämän mukaisesti tarkoituksella työhön nais erityisyyden näkökulmasta teoretietoa eri lähteistä sekä lisäksi yleispätevää tietoa teemoista, kuten tunnetaidoista sekä seksuaalisuudesta. Teemojen täydentäminen pelkästään nais erityisen tutkimustiedon valossa olisi mielestäni jäänyt liian suppeaksi sekä keskittynyt liikaa vain haasteisiin sivuttaen voimaantumisen ja toipumisen näkökulman. Yhdistelemällä workshopissa saatuja materiaaleja, nais erityisen päihde- ja rikosseuraamusalan teoriaa sekä yleispätevää tietoa teemoista sain koottua ryhmänaiheille monipuolisen, mutta kuitenkin tarkoituksenmukaisesti rajatun läpileikkauksen.

Opinnäytetyön teoreettisessa osuudessa hyödyntämästäni lähdemateriaalista osa oli melko vanhaa, mutta valitettavasti uudemman lähdetiedon saaminen oli ajoittain haastavaa. Kuitenkin arvioin lähteiden materiaalisena olevan edelleen oikeellisia, sekä useaa hyödyntämäni materiaalia oli hyödynnetty myös nais erityisyyttä käsittelevissä uusissa tutkimuksissa. Lisäksi hyödynsin opinnäytetyössä muutamaa lehti- ja blogikirjoitusta, jonka käyttöä arvioin kriittisesti. Päädyin kuitenkin hyödyntämään näitä lähteitä, sillä niiden alkuperät olivat erittäin luotettavilta tahoilta, sekä niiden sisältö tuki opinnäytetyön teoriaa. Opinnäytetyön teoriaosuudessa olen noudattanut oikeaoppista lähdeviittausta.

8.2 Luotettavuus

Opinnäytetyön luotettavuuteen ja validiteettiin oleellisesti vaikutti workshoppiin osallistujien määrä. Workshoppiin oli tarkoituksena osallistua kolme KRIS Satakunta ry:n naiskävijää sekä yksi yhdistyksen henkilökunnan jäsen. Kuitenkin yksi kävijöistä

joutui yllättäen perumaan osallistumisensa samana päivänä, jonka vuoksi workshopia ei lähdetty enää siirtämään. Riittävän luotettavuuden arvioimiseksi kysyin ohjaavan opettajani näkemystä asiaan, onko tulos riittävän luotettava. Tämän tuloksena päädyin pohtimaan, että toisaalta vähäinen osallistujamäärä mahdollisti todennäköisesti syvällisemmän keskustelun osallistujien kesken. Luotettavuuteen vaikuttaa myös se, kuinka yksi workshoppiin osallistuneista ei omannut omakohtaista kokemusta päihde- tai rikostaustaisuudesta. Arvioin kuitenkin, että kyseinen osallistuja pystyy antamaan oman panoksensa opinnäytetyöhön naiseuden kautta, sillä jokainen workshoppiin osallistuva jakoi samoja kokemuksia naisena olemisesta, oli heillä päihde- ja rikostaustaa tai ei.

Luotettavuuteen arviointiin liittyy myös tuotosten tarkka dokumentointi. Koska opinnäytetyön workshoposuutta ei videoitu tai äänitetty, oli laatimani muistiinpanot tärkeässä roolissa. Muistiinpanoissa pyrin kirjoittamaan kaiken ylös muuttamatta workshoppiin osallistuneiden kommentteja sekä dokumentoin lisäksi harjoitteiden tuotoksia valokuvin, jotka liitin opinnäytetyön raporttiin. Luotettavuuden varmistamiseksi lähetin workshopin tuotokset uudelleen arvioitavaksi KRIS Satakunta ry:lle, jotta niiden oikeellisuus tulee varmistetuksi. Luotettavuudessa on tärkeää pohtia myös kriittisesti sitä, kuinka paljon erilaisissa harjoitteissa hyödynsin johdattelua. Pidin tämän koko opinnäytetyön prosessin aikana tarkastelussa, ja arvioin johdattelun tarkoituksenmukaisuutta oman ammattiosaamiseni valossa. Arvioin kriittisesti erilaisissa harjoitteissa, onko johdatteleville kysymyksille tarvetta, ja käytin näitä vain tarvittaessa.

Opinnäytetyön reliabiliteettiin vaikutti monet seikat. Todennäköisesti uudelleen toistettuna workshopista saattaisi antaa osin erilaisia tuloksia, sillä osallistujat puhuivat usein omista subjektiivisista kokemuksistaan sekä myös tähän saattoi vaikuttaa esittämäni johdattelevat kysymykset. Toisaalta lähes jokainen osallistuja jakoi samankaltaisia ajatuksia sekä nämä ajatukset olivat vahvasti linjassa aiempien nais erityisyyttä koskevien tutkimusten kanssa.

8.3 Ammatillinen kasvu

Kokonaisuudessaan opinnäytetyön prosessi oli hyvin pitkä, sillä opinnäytetyön aiheen valitseminen sekä toimeksiantajan etsiminen alkoi jo keväällä 2022 ja päättyi lähes vuoden kuluttua keväällä 2023. Tämän prosessin aikana oma ammatillinen kasvuni kehittyi jatkuvasti. Toiminnallisen opinnäytetyön suunnittelu oli minulle kokonaisuudessaan täysin vieras prosessi, jonka vuoksi jo heti aluksi tämä vaati minulta laajaa tiedonhankintaa. Opinnäytetyön prosessissa suurin haasteeni oli hahmottaa kokonaisuus pienemmissä vaiheissa. Alkuun prosessi tuntui haastavalta hallita, enkä tiennyt mistä lähteä liikkeelle. Toiminnallisessa opinnäytetyössä toteutuksenvaiheet koostuvat aluksi tavoitteiden asettamisesta, toteutuksen suunnittelusta, kehittämismenetelmien valinnasta, opinnäytetyön aikatauluttamisesta ja tietoperustan keräämisestä (Kostamo ym., 2022, s.15). Tästä hieman poiketen opinnäytetyön prosessi lähti itsenäni liikkeelle teoreettisen viitekehyksen valinnasta, vaikka opinnäytetyön tarkka tavoite ei ollut vielä tiedossa.

Opinnäytetyön aihe nais erityisyydestä oli ollut minulla jo pitkään mielessä, joten aloitin nais erityisen työn teoriaan tutustumisen jo keväällä 2022. Päädyin tutustumaan teoriatietoon jo ennakkoon, jotta pystyisin ryhtymään opinnäytetyön suunnitteluun riittävällä ymmärryksellä aiheesta. Tästä oli hyötyä, sillä ilman taustateorian ymmärrystä en olisi pystynyt myöskään suunnittelemaan opinnäytetyön menetelmien toteutusta niin, että myös workshopissa huomioitiin nais erityisyyden kysymyksiä. Mielestäni ratkaisu oli järkevä, sillä opinnäytetyön toteuttamisessa täytyy olla riittävä ymmärrys aiheesta, mutta kuitenkin niin, että se myös laajentaa omaa ammattiosaamista. Tämä tavoite toteutui erityisen hyvin.

Syksyllä 2022 aloitin ammatillisen harjoitteluni KRIS Satakunta ry:ssä, jolloin perehdyin heidän toimintansa naistyöhön sekä sen kävijöihin. Tänä aikana minulle tarkentui KRIS Satakunta ry:n naistenryhmän kehittämistarve ja tämän kautta laadittiin yhdessä opinnäytetyön toimeksiantajan kanssa opinnäytetyön tavoite. Ammatillista osaamistani vahvisti, kuinka harjoittelun aikana havainnoin aktiivisesti erilaisia kehittämistarpeita. Pohdimme opinnäytetyön tarvetta yhdessä KRIS Satakunta ry:n henkilöstön kanssa ja tämä vaati jonkin verran kompromisseja alkuperäisestä ajatuksestani.

Lopulta kuitenkin omat oppimistavoitteeni sekä KRIS Satakunnan tarpeet saatiin yhdistettyä ja opinnäytetyön lopullinen tarkoitus tarkentui.

Syksyn aikana suunnittelin opinnäytetyön aikataulutuksen sekä suunnitelman. Aikataulutus oli minulle ajoittain haaste, mutta opinnäytetyö valmistui lopulta sille asetetussa määräajassa. Tämän jälkeen tarkensin toiminnallisen osuuden toteutusta, jonka aikana toiminnallisen ohjaustuokion suunnittelun taitoni vahvistuivat. Hyödynsin suunnittelussa aiemmissa opinnoissa opittuja asioita, kuten ohjaustuokion suunnittelulomaketta. Tutustuin yhteisölähtöisiin ideointimenetelmiin sekä pohdin, kuinka niitä voitaisiin soveltaa opinnäytetyössä. Tämän vahvisti osaamistani teorian tiedon soveltamista käytäntöön. Suunnittelussa pohdin onnistuneeseen ohjaustuokioon vaikuttavia asioita, joita olin oppinut aiemmista opinnoista. Toiminnallisen osuuden toteutus vahvisti omaa ryhmäohjausosaamistani. Workshopissa tarvitsin monipuolisesti taitoja muun muassa ohjeiden antamisesta, puheenvuorojen jakamisesta ja rajaamisesta, sekä keskusteluun osallistamisesta. Workshopia ohjatesani otin huomioon lisäksi naisrikkyyden kysymyksiä muun muassa traumasensitiivisyydestä huomioimalla oman arvostavan vuorovaikutukseni sekä turvallisen ympäristön luomisessa.

Kevään 2023 aikana täydensin opinnäytetyön tuotosta lisää teoriatiedolla sekä raportoin tulokset KRIS Satakunta ry:lle. Myös tässä vaiheessa tarvitsin taitoja aineiston hankinnasta sekä erityisesti lähdekriittisyydestä. Lisäksi opinnäytetyön aihekorttien luomisessa opin hyödyntämään minulle entuudestaan täysin vierasta taiteen tyyliä: digitaalista piirtämistä. Ajattelen, että lähes vuodenmittainen prosessi oli pitkä, mutta kuitenkin tarpeen. Koen, että tämä aika on mahdollistanut minulle naisrikkyyden työn merkityksen sisäistämisen vahvemmin, kuin mitä lyhyemmässä ajassa olisin voinut oppia. Opinnäytetyön teoreettisen viitekehyksen sisäistäminen on mahdollistanut sen, että pystyin toteuttamaan opinnäytetyön vahvalla ammattitaidolla.

Opinnäytetyö oli suunniteltu siten, että sen hyödynnettävyys on mahdollisimman laaja. Tämä mahdollistaa myös minulle jatkossa aihekorttien hyödyntämisen tulevaisuudessa muissa sosiaalialan työtehtävissä rikos- ja tai päihdetaustan omaavien naisten kanssa työskennellessä. Oman ammatillisen osaamisen laajentuminen erityisesti naisrikkyydestä päihdetyöstä palvelee minua tulevaisuuden työelämässä ja työllistymisnäkymissä, sillä tavoitteenani on tulevaisuudessa työskennellä päihdetyön parissa.

Lisäksi näen sukupuolisensitiivisen työn merkityksen ymmärryksen sekä asiakasosallisuuden lisäämisen palveluiden kehittämisessä olevan yhä vahvemmin tulevaisuuden osaamistarpeen alueita sosiaalialan työkentässä.

Toivon, että opinnäytetyön tuotos tulee laaja-alaisesti hyödynnetyksi ympäri Suomea. Opinnäytetyön tuotoksen testaaminen käytännön tasolla jää KRIS Satakunta ry:n vastuulle sekä mahdollisille muille tahoille, jotka ottavat aihekortit käyttöön. Jatkossa olisi mielenkiintoista kuulla, kuinka kortit ovat toimineet käytännössä. Tämä voisi olla yksi opinnäytetyön jatkokehittämisidea. Lisäksi olisi mielenkiintoista tutkia, miten KRIS Satakunta ry:n naiset ovat kokeneet naistenryhmän heidän toipumisensa tukena.

LÄHTEET

- Dictionary. (2022). Workshop. <https://www.dictionary.com/browse/workshop>
- Duodecim. (18.10.2016). Päihderiippuvuus. Haettu 24.7. osoitteesta <https://www.terveyskirjasto.fi/Itt02833>
- Duodecim. (2022). Alkoholinkäytön ongelmakäytön määritelmät ja diagnoosit. <https://www.kaypahoito.fi/nix00353>
- Hoitokoti Tuhkimo. (n.d.) Hoitokoti Tuhkimo päihdeongelmallisille naisille. Haettu 12.12.2022 osoitteesta <https://www.hoitokotituhkimo.fi/>
- Joukamaa, M. & työryhmä. (2010). Rikosseuraamusasiakkaiden terveys, työkyky ja hoidontarve. Perustulosraportti. Rikosseuraamuslaitoksen julkaisuja 1/2010. https://www.rikosseuraamus.fi/material/attachments/rise/julkaisut-risenjulkaisusarja/6AqMACEr8/RISE_1_2010_Rikosseuraamusasiakkaiden_terveys_tyokyky_ja_hoidontarve.pdf
- Jussilainen, A. (2019). Yhteisötaide: historiaa, määrittelyä ja käytäntöjä. Teatterikorkeakoulun julkaisusarja 72. Taideyliopiston Teatterikorkeakoulu. <https://disco.teak.fi/yhteiso-ja-taide/yhteisotaide-historiaa-maarittelya-ja-kaytantoja/>
- Jyväskylän Yliopisto. (25.01.2023). Ulla Salovaara yliopistotutkija. Haettu 28.3.2023 osoitteesta <https://www.jyu.fi/hytk/fi/laitokset/yfi/en/staff/salovaara-ulla>
- Teoksessa Kaarakka, O. & Nikula, K. (toim.). Rikosseuraamusalan etiikka: Käsitteistä käytäntöön. Rikosseuraamusalan koulutuskeskus. Punamusta Oy. https://www.rskk.fi/material/collections/20230125123757/HphB3WjuJ/RISE_Rikosseuraamusalan_etiikka_WEB.pdf
- Karttunen, T. (2013). Nais erityyisen työotteen elementeistä päihdehoidossa. Teoksessa Virokangas, E. & Väyrynen, S. (toim.). Varjoja naiseudesta (s. 220–247). UNIpress.
- Karttunen, T. (2019). Nais erityyistä päihdehoitoa: Etnografinen tutkimus päihdehoitolaituksen naistenyhteisöstä. [väitöskirja, Jyväskylän yliopisto]. JYU. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-7839-6>
- Kirkkohallitus. (n.d.) Suokupuolisensitiivisyys. Haettu 6.11.2022 osoitteesta <https://evl.fi/plus/seurakuntaelama/kasvatus/sukupuoli-ja-seksuaalisuus/sukupuolisensitiivisyys>
- Kirkkopalvelut. (n.d.c.) KokoNainen-toiminta, nais erityyisiä näkökulmia päihdetyöhön. Haettu 23.3.2023 osoitteesta <https://www.kirkkopalvelut.fi/yhdessa-kokonainen>
- Kirkkopalvelut. (n.d.d) Perusta paikkakunnallesi kokonaiset-ryhmä. Haettu 24.7.2022 osoitteesta <https://www.kirkkopalvelut.fi/yhdessa-kokonainen/perusta-paikkakunnallesi-kokonaiset-ryhma/>

Kirkkopalvelut. (n.d.a.) Riippuvuustyön kehittämissyksikkö. Haettu 23.3.2023 osoitteesta <https://www.kirkkopalvelut.fi/riippuvuustyon-kehittamisyksikko/>

Kirkkopalvelut. (n.d.b.) Riippuvuustyön kehittämissyksikkö. Toiminta. Haettu 23.3.2023 osoitteesta <https://www.kirkkopalvelut.fi/riippuvuustyon-kehittamisyksikko/toiminta/>

Kostamo, P., Airaksinen, T. & Vilkka, H. (2022). Kirjoita itsesi asiantuntijaksi: Opas toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Art House Oy.

Kris. (2022a). KRIS Suomen Keskusliitto ry. Mitä KRIS on? Haettu 26.11.2022 osoitteesta https://kris.fi/etusivu-kris-fi_rikollisten_revanssi_yhteiskunnassa_mita_kris_on/sample-page-mita-kris-yhdistys-on/

Kris. (2022b). KRIS Suomen Keskusliitto ry. KRIS Satakunta ry. Haettu 26.11.2022 osoitteesta <https://kris.fi/jasenyhdistykset-kris-suomi-finland/kris-satakunta-ry/>

KRIS-Satakunta ry. (n.d.) KRIS Satakunta ry [esite].

Kujala, V. & Hiltunen, T. (2007). Minä kasvan: Teemoja naisen kasvuun ja riippuvuuksista toipumiseen. Sininauhaliitto. Otavan kirjapaino Oy.

Kuronen, M, Granfelt, R., Nyqvist, L. & Peterelius, P. (2004) Sukupuolistunut ja sukupuoliaton sosiaalityö. Teoksessa Kuronen, M, Granfelt, R., Nyqvist, L. & Peterelius, P. (toim.). Sukupuoli ja sosiaalityö (s. 5–19). PS-kustannus.

Laki miesten ja naisten välisestä tasa-arvosta 8.8.1986/609. Haettu 18.2.2023 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860609>

Leemann, L. & Hämäläinen, R.-M. (26.6.2015). Asiakasosallisuus: sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. https://thl.fi/documents/966696/3775621/Tietopaketti_Sosiaalinen_Osallisuus.pdf/4bc56a65-8eb2-41c3-87b8-0cd963a2c600

Lehtonen, M., Pöyhönen, L. & Talvensaari T. (2020a). Kokonainen-työote: naiseus voimavarana päihdeistä kuntoutumisessa. Kirkkopalvelut Yhdessä kokoNAINEN-hanke 2018–2020. Räikee Oy.

Lehtonen, M., Pöyhönen, L. & Talvensaari T. (2020b). KokoNaiset-ryhmänohjaajan opas: Naiseutta vahvistava ammattilaisohjattu vertaisryhmä päihdeistä toipumisen tukena. Kirkkopalvelut Yhdessä KokoNAINEN-hanke 2018–2020. Räikee Oy.

Lydén, H. (toim.). (2010). Naisten kanssa tehtävä päihdetyö. Paintek Oy. https://paihdelinkki.fi/sites/default/files/attachment/naistenvirtaopas_web.pdf

Mielenterveystalo. (n.d.) Tietoa päihdeongelmasta. Haettu 6.11.2022. osoitteesta https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/Tietopankki/tietoa_oireista/Pages/paihdeongelmat.aspx

Mieli ry. (n.d.a). Tunteet ja tunnetaidot. Haettu 30.1.2023 osoitteesta <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/tunteet-ja-tunnetaidot/>

Mieli ry. (n.d.b.). Tutustu itseesi. Haettu 9.4.2023 osoitteesta <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/itsetuntemus-ja-itsetunto/tutustu-itseesi/>

Mind Tools Content Team. (2022). Planning a workshop: organizing and running a successful event. Emerald Works Limited 2022. Haettu 30.1.2023 osoitteesta <https://www.mindtools.com/aeffdn2/planning-a-workshop>

Mäkelä, R. & Niemelä S. (12.12.2015). Alkoholiongelmaisen psykososiaalinen hoito. Haettu 20.12.2022 osoitteesta <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietois-kut/paihdeongelmien-hoito/alkoholiriippuvuuden-psykososiaalinen-hoito>

Naisenvakivalta. (n.d.). Koko naiseus. Haettu 8.4.2023 osoitteesta <https://naisenvakivalta.fi/koko-naiseus/>

Naistenkartano. (17.4.2019). Voimavaroja omasta naiseudesta. Lehdistöiedote 4/2019. <https://www.naistenkartano.com/voimavaroja-omasta-naiseudesta/>

Naistenkartano. (n.d.) Haettu 19.1.2023 osoitteesta <https://www.naistenkartano.com/naistenkartano/>

Nyyti ry. (n.d.a.) Häpeä. Haettu 10.4.2023 osoitteesta <https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/tunteet/hapea/>

Nyyti ry. (n.d.b.). Itsetunto. Haettu 9.4.2023 osoitteesta <https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/itsetunto/>

Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti J. (2015). Kehittämistyön menetelmät: uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Sanoma Pro Oy.

Rikosseuraamuslaitos. (2018). Rikosseuraamuslaitoksen tilastollinen vuosikirja 2018. Haettu 23.2.2023 osoitteesta [Rikosseuraamuslaitoksen tilastollinen vuosikirja 2018 WWW2.pdf](https://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/toimipaikatjajayhteydet/vankilat.html)

Rikosseuraamuslaitos. (31.8.2022). Vankilat. <https://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/toimipaikatjajayhteydet/vankilat.html>

Salovaara, U. (2019a). Päihteen ja nais erityisyys. Rikoksissa pyrittävä nais erityisyyden huomioimiseen. Haaste-lehti 4/2019, 24–25. https://www.academia.edu/44417460/P%C3%A4ihteen_ja_nais_erytyisyys

Salovaara, U. (2019b). Rikoksista tuomitut naiset. Yhteisöstä erottaminen ja takaisinliittymisen mahdollisuudet. Rikosseuraamusalan koulutuskeskus [väitöskirja, Jyväskylän yliopisto] JYX. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-7685-9>

Salovaara, U. (2023). Nais erityiset ja sukupuolisensitiiviset toimintamahdollisuudet rikosseuraamusalalla. Teoksessa Kaarakka, O. & Nikula, K. (toim.). Rikosseuraamusalan etiikka -käsitteistä käytäntöön (s.128–164). Rikosseuraamusalan koulutuskeskus. Punamusta Oy. https://www.rskk.fi/material/collecti-ons/20230125123757/HphB3WjuJ/RISE_Rikosseuraamusalan_etiikka_WEB.pdf

Seta ry (n.d.). Sukupuolen moninaisuus. Haettu 8.4.2023 osoitteesta <https://seta.fi/sa-teenkaaritieto/sukupuolen-moninaisuus/>

- Sininauhaliitto. (2023a). Päihteet ja tunteet. Haettu 24.3.2023 osoitteesta <https://www.kuivinjaloin.fi/tietoa-laheisille-2/paihteet-tunteet/>
- Sininauhaliitto. (2023b). Päihderiippuvuuden vaikutus. Haettu 24.3.2023 osoitteesta <https://www.kuivinjaloin.fi/ammattilaisille/riippuvuuden-vaikutus/>
- Sippel, K. (29.11.2021). Mikä on kehonkuva? Blogi-kirjoitus. Syömishäiriöliitto. Haettu 16.4.2023 osoitteesta <https://syomishairioliitto.fi/blogi/mika-kehonkuva>
- Sovijärvi, S. (2005). Suomi-englanti-suomi taskusanakirja. 11., päivitetty ja uudistettu painos. WSOY.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. (n.d.). Sukupuolinäkökulman valtavirtaistaminen. Haettu 25.10.2022 osoitteesta <https://stm.fi/valtavirtaistaminen>
- Sosiaali- ja terveysministeriö. (2020). Suomi tasa-arvon kärkimaaksi. Hallituksen tasa-arvo-ohjelma 2020–2023. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-8363-2>
- Tammi-Moilanen, K. (19.10.2020). Naisvankiselvitys. Selvitys naisvankien olosuhteista, toiminnoista ja turvallisuudesta. Rikosseuraamuslaitoksen monisteita 4/2020. https://www.rikosseuraamus.fi/material/collecti-ons/20201019102643/7LDL7zoyH/Naisvankiselvitys_-_Selvitys_naisvankien_olosuhteista,_toiminnoista_web.pdf
- Terveyskylä. (n.d.a.) Mitä on vertaistuki. Haettu 9.4.2023 osoitteesta <https://www.terveyskyla.fi/vertaistalo/tietoa-vertaistuesta/mit%C3%A4-on-vertaistuki>
- Terveyskylä. (n.d.b.) Vertaistuen muodot. Haettu 9.4.2023 osoitteesta <https://www.terveyskyla.fi/vertaistalo/tietoa-vertaistuesta/vertaistuen-muodot>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2019). Päihderiippuvuus. Haettu 24.7.2022 osoitteesta <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/paihderiippuvuus>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2022a). Ammattialojen sukupuolen mukainen segregaatio. Haettu 2.12.2022 osoitteesta <https://thl.fi/fi/web/sukupuolten-tasa-arvo/tasa-arvon-tila/tyo-ja-toimeentulo/ammattialojen-sukupuolen-mukainen-segregaatio>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2022b). Päihteitä käyttävien äitien palvelut. Haettu 19.1.2023 osoitteesta <https://thl.fi/fi/palvelut-ja-asiointi/valtion-sosiaali-ja-terveydenhuollon-erityispalvelut/paihteita-kayttavien-aitien-palvelut>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2022c). Tasa-arvosanasto. Haettu 18.4.2023 osoitteesta <https://thl.fi/fi/web/sukupuolten-tasa-arvo/sukupuoli/tasa-arvosanasto>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2023). Sijaishuoltoon siirtyminen ja yhteistyö vanhempien kanssa. Haettu 29.3.2023 osoitteesta <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/sijaishuolto/sijaishuoltoon-siirtyminen-ja-yhteisty-vo-vanhempien-kanssa>
- Virokangas, E. & Väyrynen, S. (toim.). Varjoja naiseudesta. UNIPress.

Väestöliitto. (2019). Seksuaalioikeudet. Haettu 28.3.2023 osoitteesta <https://www.hyvakysymys.fi/artikkeli/uudistettu-seksuaalioikeudet-julkaisu-luettavissa/>

Väestöliitto. (2022a). Kehotunne ja kehoitsetunto. Haettu 16.4.2023 osoitteesta <https://www.vaestoliitto.fi/ammattilaiset/lasten-kehotunnekasvatus/keho-ja-tunteet/kehotunne-ja-kehoitsetunto/>

Väestöliitto. (2022b). Seksuaalinen hyvinvointi. Haettu 28.3.2023 osoitteesta <https://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/seksuaalinen-hyvinvointi/>

Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014. Haettu 18.4.2023 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141325>



Hei sinä ihana Nainen!

Saat tämän kirjeen, sillä Sinut on kutsuttu mukaan kehittämään KRIS Satakunnan naistyötä. Kokoonnumme yhdessä perjantaina 3.2. klo 17:00 workshop-työpajaan KRIS Satakunnan toimintakeskukselle pohtimaan naistenryhmän tulevaa sisältöä sekä ryhmänaiheita. Toivomme, että saisimme juuri sinun asiantuntijuutesi osaksi tätä tapaamista. Vaikka et itse olisi osallistujana naistenryhmässä, on silti sinun äänelläsi, kokemuksillasi sekä ajatuksillasi merkityksellinen arvo toiminnan kehittämiseksi. Kiitos siis sinulle jo etukäteen, mikäli olet mahdollisesti mukana toiminnan kehittämisessä sekä myös valtakunnallisesti nais erityisen päihde- ja kriminaalityön näkyväksi tekemisessä.

Workshop-työpäjäpäivän sisältö:

Workshop-työskentely koostuu vapaasta keskustelusta sekä kolmesta erilaisesta harjoitteesta, joiden tehtävänä on johdatella ajatukset aiheen ympärille. Työpajassa toteutettavat harjoitteet ovat tapa herättää keskustelua, millaista sisältöä nais erityisissä ryhmissä sinun mielestäsi olisi hyvä tai mielenkiintoista olla ja tarjota tilaisuus jakaa omia kokemuksiasi aiheesta juuri sen verran, kuin haluat. Antamasi panos harjoitteissa siis riippuu täysin sinun omasta mielenkiinnostasi ja halukkuudesta osallistua. Aikataulullisesti työpaja kestää noin 2h mukaan lukien ruokailun KRIS Satakunnan naistyön tarjoamana. Workshop-tuokioon osallistuminen ei vaadi sinulta muuta, kuin sen, että saavut paikalle omana itsenäsi ja jaat ajatuksiasi hyvän porukan kesken pizzerian äärellä. Toivon sinulta, että kerrot rehellisesti omia kokemuksiasi ja mielipiteitäsi ryhmän kehittämiseen liittyen. Tässä tilaisuudessa ei ole väärää vastauksia ja kaikki mielipiteet ovat tervetulleita.

Workshop toteutetaan yhteistyössä KRIS Satakunta ry:n sekä Satakunnan ammattikorkeakoulun kanssa sosionomiopintojen toiminnallisena opinnäytetyönä, jonka toteuttajana toimii Jonna Nyyssönen. Workshopin tulokset raportoidaan osaksi opinnäytetyötä, mutta opinnäytetyössä ei ilmene osallistujien tunnistetietoja (vain se, että olet nainen ja olet osallisena KRIS Satakunta ry:n toiminnassa). Mikäli haluat lisätietoa opinnäytetyöhön liittyen, voit olla minuun yhteydessä sähköpostitse jonna.nyyssonen@student.samk.fi tai välittää viestisi esimerkiksi **xxx** kautta. :)

Odottavin terveisin: Jonna ja **xxx** (KRIS Satakunta ry:n henkilökunnan jäsen)

Miksi nais erityistä työtä?

Nais erityisyys voi olla sanana helppo käsittää, mutta varsinaisesti sen merkitystä tai sisältöä ei välttämättä ole niin yksinkertaista avata.

Nais erityisyys ei tarkoita mitään "parempaa" erityiskohtelua naisille, vaan sen tarkoituksena on mahdollistaa jokaiselle tasa-arvoiset sekä jokaisen omaan tarpeeseen pohjautuvat palvelut. Vaikka suomessa tasa-arvon kysymykset ovat melko hyvällä mallilla, on silti joskus tarve kääntää katseet myös sukupuolten tuomiin erityispiirteisiin. On todettu, että esimerkiksi naisilla, kenellä on takanaan päihde- ja /tai rikostaustaa, on usein tarpeen päästä käsittelemään tiettyjä asioita vain naisille suunnatuissa ryhmissä tai toiminnassa.

Vain naisille suunnattu toiminta voi mahdollistaa eri tavalla turvallisemman tilan, jossa jokainen voi keskittyä omaan toipumiseen, mutta kutienkin niin että ympärillä on vertaisia, jotka jakavat samankaltaisia kokemuksia olla naisena päihde- ja tai rikosmaailmassa, sekä miltä on tuntunut olla päihteitä tai rikoksia tekevä nainen yhteiskunnassamme, jossa vallitsee edelleen vahva ajatus siitä, millainen on "oikeanlainen nainen". Naisille suunnatussa toiminnassa voimme yhdessä rakentaa ja vahvistaa omaa käsitystämme itsestämme ja naiseudestamme.

Tervetuloa mukaan!

TUOKIONSUUNNITTELULOMAKE

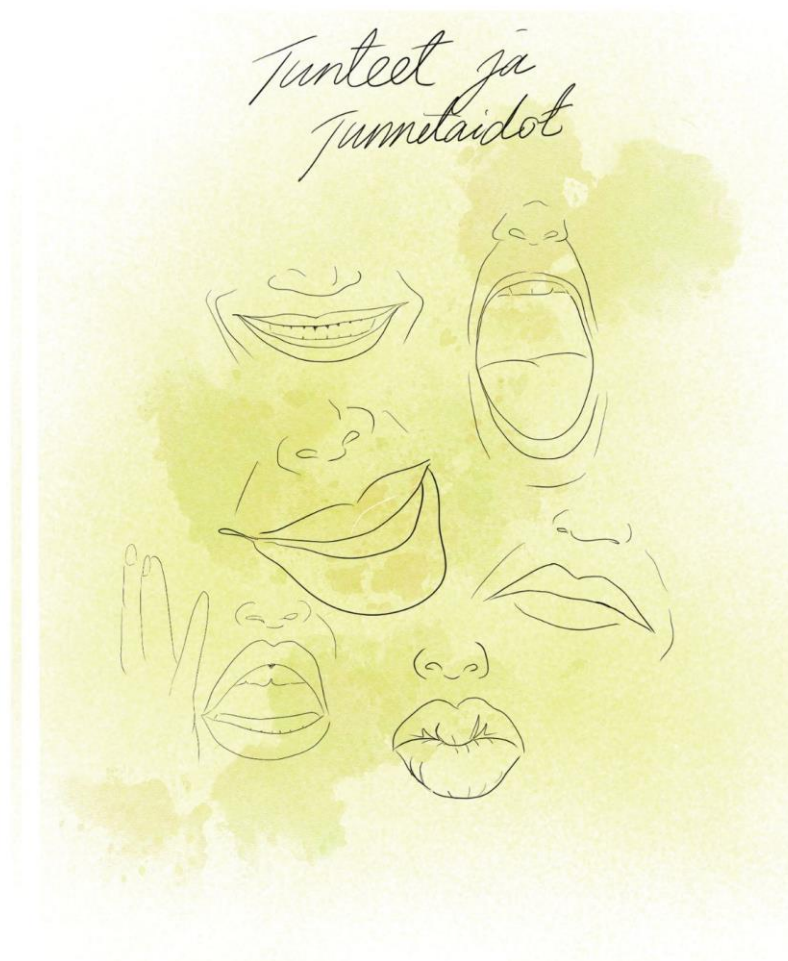
Tuokion aihe ja päivämäärä: Naistenryhmän suunnittelu 3.4.2023

Tuokion ohjaaja: Jonna Nyssönen

Kohderyhmä: KRIS Naiset

TAVOITTEET:	HARJOITTEET JA OPETUSSISÄLTÖ:	OPETUSMUOTO JA ORGANISOINTI:	ARVIOINTI JA PALAUTE:	VÄLINEET:	AIKA:
Mikä on toiminnan ydin / tavoite? Mihin pyrimme?	Miten ja mitä harjoitellaan / opetellaan? Tarvittavat ohjeet? Miten ohjeet annetaan (kommunikointi ja moniaistillisuus)? Miten toiminta etenee?	Ympäristö? Miten järjestämme tilan? Miten järjestämme osallistujat? Ohjaajien työnjako?	Toteutuuko toiminnan ydin ja tavoite? Miten korjaamme / ylläpidämme / kannustamme toimintaa, jotta tavoite toteutuu? Onko toiminta tehokasta, turvallista, mielekästä? Pystyykö asiakas osallistumaan?	Miten välineet edistää osallistumista? Mitä välineitä?	Kunkin toiminnan tekemiseen arvioitu aika
Herättää ajatuksia ja keskustelua, mil-laista sisältöä naistenryhmissä olisi hyvä käsitellä ja olla.	Maadoittumishetki: ohjaaja lukee kappaleen kirjasta Viinin viemää rauhallisella äänellä. Osallistujat pyydetään istumaan ja otamaan mukava asento. Kerron mitä aion tehdä ja kerron, ettei harjoite vaadi osallistujilta kuin kuunnella.	KRIS Satakunnan valmennuspajan tiilat: riittävä suuret, ei muita paikalla. Saatavilla istumapaikkoja, mutta myös tilaa liikkuu. Sohvia ja nojatuoleja sekä pöydän ympärillä olevia tuoleja askartelua/ maalausta varten.	Osallistujat pystyvät osallistumaan kaikkiin harjoitteisiin, sillä heillä ei ole suurempia fyysisen toiminnan rajoitteita. Ohjeet annan selkeästi, jotta jokainen ymmärtää. Täydennän ohjeistusta tarpeen mukaan. Painotan ettei harjoitteissa voi epäonnistua ja heidän asiantuntemuksensa on tärkeää.	Välineiksi olen varannut fläppitaulun ja tuseja, akryylimaalaja ja siveltimiä, palettiveitsiä, pensseleitä, canvastalunu, vesikuppeja, paperia, suojarahaperia, saksia, kyniä, liituja, askartelutarvikkeita (paperikukkia, helmiä yms.) tarroja äänestykseen.	15 min tupakkaa ja kahvia Tervetuloa sekä säännöt: 15 min Maadoittumishetki 5 min Sana-asso-siaatio/piirtäminen 15 min tauko 5 min Brainwriting 20 min (15
Ryhmätoiminnan kehittäminen, asiakasosallisuuden lisääminen palveluiden kehittämiseen	Tehtävä 1. ekskurioharjoite piirtämällä ja sana-assoiaatiolla: Pyydän kaikki istumaan pöydän ääreen, kirjoitan sanan ”nainen” fläppitaululle, pyydän osallistujia kertomaan mitä tulee mieleen, kysyn tarvittaessa täydentäviä kysymyksiä. Piirrän samalla naisen paperille. Jatkan assoiaatioita lisäämällä yksi kerrallaan sanat päihderiippuvuus sekä rikollisuus. Piirrän ja kirjoitan osallistujien mietteitä fläppitaululle. Tarkoituksena saada aihe-alueita mieleen, joita kirjoitetaan seuraavassa harjoitteessa.	Fläppitaulu ja tuseja. Osallistujat saavat istua vapaassa järjestyksessä haluamallaan paikoilla. Kutsun pöydän ääreen tarpeen mukaan.	Varautuminen psyykkiseen kuormitukseen -> painotetaan, että aiheet voivat herättää vahvoja tunteita ja tilasta poistuminen on sallittua -> tällöin tulee kertoa haluaako olla hetken yksin vai haluaako henkilökunnan mukaan. Tarjotaan kahdenkeskeistä keskustelua kaikille tilanteen tullella. Säännöissä korostetaan vaihteloa ja kaikkien kunnioittamista.		
Mukava yhdessä olo, sosiaalisten suhteiden vahvistuminen					
Oman naiseuskokemuksen vahvistuminen, itse-tunnon vahvistuminen		Työnjako: Ohjaaja ohjaa tuokiota, KRISin henkilökunta tarvittaessa lähtee tilasta keskustelemaan osallistujien kanssa, mikäli joku tarvitsee yllättävää yksilökeskustelua.	Kannustan pitkin harjoitteita, annan positiivista palautetta ja kannustan myös muita jakamaan palautetta toisille.		
Uusien elämys-ten saaminen, yhteisöllisyyden lisääminen (yhteisötaide: maalaus)	Tehtävä 2. ideakävely/brainwriting: Kerro harjoitteen ohjeituksen selkeästi ja lyhyitä virkkeitä käyttäen. Näytän esimerkkikuvat, mitä tehdään. Jaan paperit ympäri	Pyydän tarpeen mukaan apua henkilökunnalta ja osallistujilta järjestyksessä.	Maalausharjoitteeseen saa osallistua juuri sen verran, kuin haluaa. Kannustan edes kokeilemaan.		

	<p>huonetta ja jokainen käy kävelemässä sekä kirjoittaa ajatuksiaan tyhjille papereille. Kierretään muiden kirjoittamia ajatuksia ja jatkojalostetaan niitä uudelleen. Tämän jälkeen jaan tarrat kaikille, joilla äänestetään mieluisin, haastavin sekä tärkein aihe. Palataan pöytään ja keskustellaan tästä. -> herääkö uusia ajatuksia/ kehittämiskohteita.</p> <p>Välitehtävä: Ruokaillessa vapaata keskustelua sekä toivelistamenetelmä. Toimin itse yhteenvetäjänä.</p> <p>Tehtävä 3. Yhteisötaidemaalaus. Kootaan vielä tarvittaessa yhteen päivän mietteitä. Maalataan yhdessä taulu KRIS Naiset.</p>	<p>Ohjaaja valmistelee tilaan tarvittavat tarvikkeet.</p>		<p>kieräminen, 5 min äänestys)</p> <p>Tauko & ruokailu 30 min vapaa keskustelu ja toivelistamenetelmä</p> <p>Yhteisötaide 30 min</p>
--	--	---	--	--



Lähiiset ihmissuhteet



Sitiys



Seksuaalisuus
ja seksuaalioikeudet



а а
Жапеа



Itsekunto ja
itsekontamus



*Lämpökaaren
vaiheet*



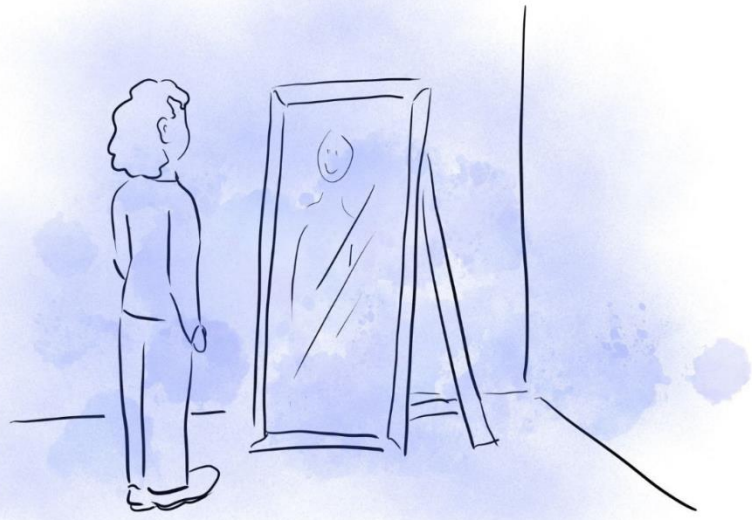
Väkivalta
todistaja · kolarija · tekijä



*Luottamus ja
Rumppaus*



Kehoni



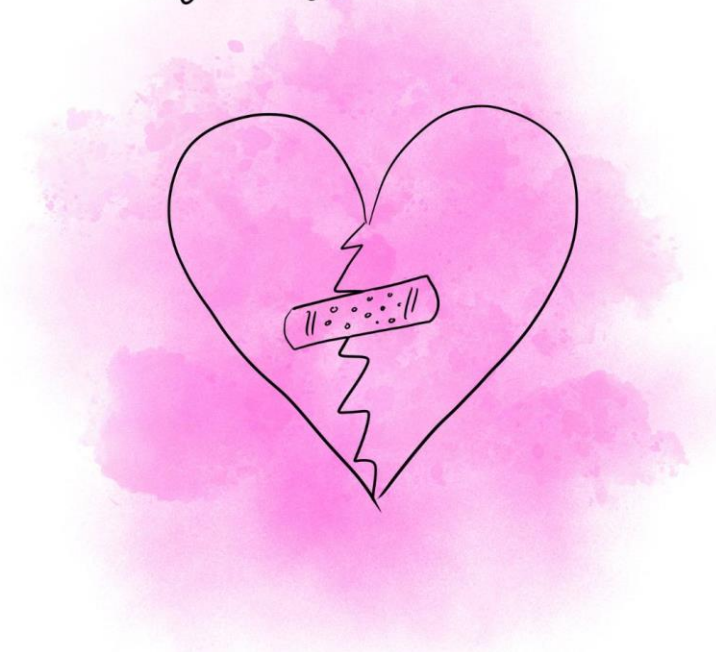
Rajat



pelot



vastuu
ja anteeksi
antaminen



unelmat



oma aike
māia?

