

# Ryhmätyön perusteet ja menetelmät

Ulla-Maija Rantalaiho  
Terveyden edistämisen kehittämispäivät  
Pohjanrannassa 12.1. 2010 – 13.1. 2010

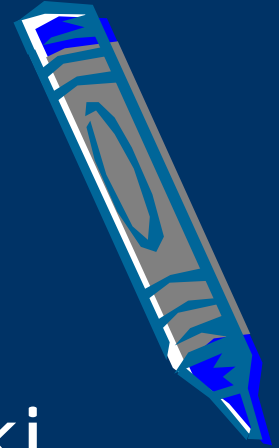


14.1.2010

1

# Esityksen rakenne

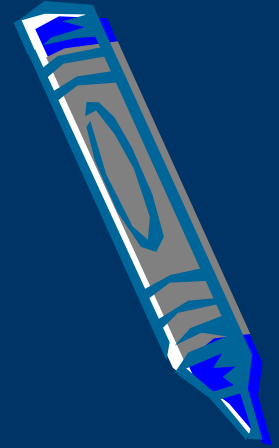
- 1. Ryhmä – yhteisö – sosiaalinen tuki
- 2. Ryhmätyö
- 3. Tutkimuskurkistuksia
- 4. Johtopäätöksiä



14.1.2010

# Ihmisen olemus

- Ihminen realisoituu kehollisena, tajunnallisena ja sosiaalisena olentona
  - *Kokonaisvaltaisuuden idea*
- Sosiaalinen kenttä rakentuu
  - *Ryhmistä, yhteisöistä*
  - *Vuorovaikutuksesta*
  - *Toiminnasta*
  - *Suhdejärjestelmistä*

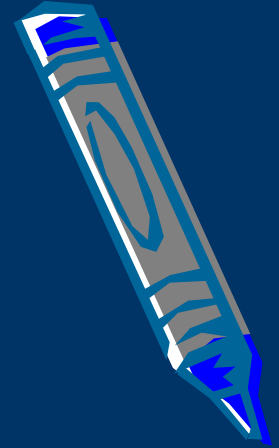


# Sosiaalinen tuki

- Tarkoittaa usein erilaisia tapoja, joilla ihmiset auttavat toisiaan rohkaisemalla emotionaalisesti, antamalla neuvoja, tietoa ja konkreettista apua
- Virallinen
- Epävirallinen

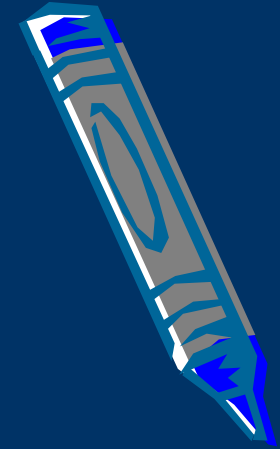
*Voivatko ryhmät olla sosiaalisen tuen areenoita ?*

14.1.2010



# Ryhmä

- Ryhmän määrittelyä:
  - - *"Ryhmä on joukko ihmisiä, jotka kommunikoivat toistuvasti toistensa kanssa. Ryhmään muodostuu niin vähäisessä määrin ihmisiä, että jokainen heistä voi kommunikoida ryhmään kuuluvan kanssa, ei toissijaisesti, vaan suorassa kontaktissa."* - Kauppila 2000
- Ryhmytyön määrittelyä
  - - *Ryhmän jäsenten yhteistä toimintaa ryhmän tehtävän ja tavoitteen määrittämiseksi*
    - *Tilakontakti, psykologinen kontakti, sosiaalinen kontakti ,yhteinen päämäärä (Eskola & Jauhianen 1993; 35 -65)*

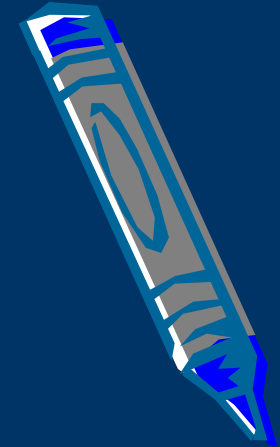


14.1.2010

# Esimerkkejä ryhmistä

- Oppimiseen ja kognitiivisiin teorioihin perustuvat ryhmät
- Humanistisiin teorioihin perustuvat kasvu- ja kehitysryhmät
- Voimaantumiseen ja valtaistumiseen perustuvia vertais- ja itseapuryhmiä
- Toiminta- ja harrastusryhmiä
- Psykoedukatiivisia ryhmiä

• Tiimit



# Ryhmän ehdot ja ryhmäprosessit



- **LÄHTÖTEKIJÄT**

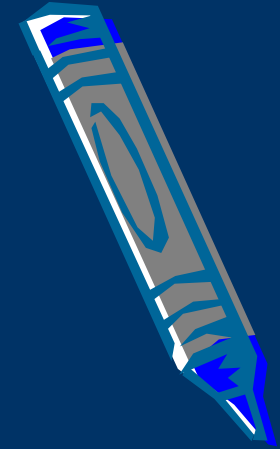
<u>RYHMÄN TARKOITUS</u>	<u>YMPÄRISTÖTEKIJÄT</u>	<u>RYHMÄN JÄSENET</u>
Perustehtävä	Fyysinen ja sosiaalinen	Ryhmän koko
Toimintakonsepti	Ryhmän asema	Ryhmän jäsenten erilaisuus
Ryhmän tavoite		Valmiit sisäiset rakenteet
- **RYHMÄSSÄ SYNTYVÄT ILMIÖT**
  - Suhdejärjestelmät: roolit, normit, valta, tunteet, kommunikaatio
  - Kiinteys, toimivuus, motivaatio
- **TULOKSET**
  - Ryhmäkokemus
  - Tuloksellisuus, tyytyväisyys
  - Hyvinvointi - Voimavaraistuminen
  - Voimaantuminen - Valtaistuminen
- Mukaellen Niemistö, Raimo 1998, s. 21



14.1.2010

# Ryhmän toiminta ja rakenteistuminen

- Tavoitteet
  - *Kaksoistavoite: asia - tunnetavoite*
  - *Ryhmän ohjaajan keskeinen tehtävä koko prosessin ajan*
- Jäsenyys
  - *Valikoitumismekanismit*
  - *Koostumus*
- Suhdejärjestelmät
  - *rooli, normi, valta-, kommunikaatio- ja tunnesuhdejärjestelmät*

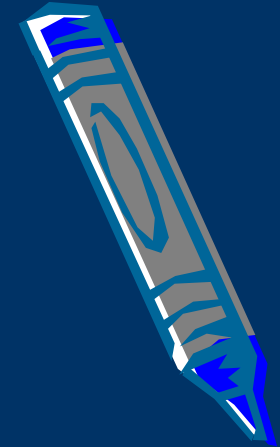


14.1.2010



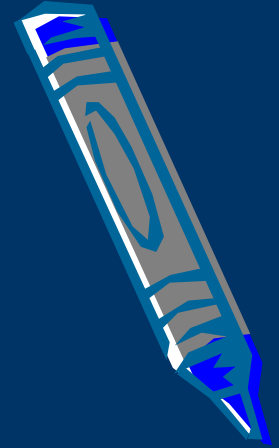
# Suhdejärjestelmät

- Roolit
  - - *suhteessa tehtävään, jäseniin*
  - - *tehokkuus liittyy ryhmän jäsenten omista rooleistaan tietoiseksi tulemisesta*
- Normit
  - - *toiminnan yhdenmukaistaminen, toiminnassa luotuja*
  - - *tiedostamatonta, tiedostettua*
- Valtasuhteet
  - - *keskeistä toiminnan kannalta*
  - - *tietoiseksi tuloa ja vaikuttamista*
- Kommunikaatio
  - - *toimintaa ja suhteita ylläpitävä kitti*
  - - *turvallisuuden tunteen ja demokratian vaaliminen*



# Ryhmän elinkaari

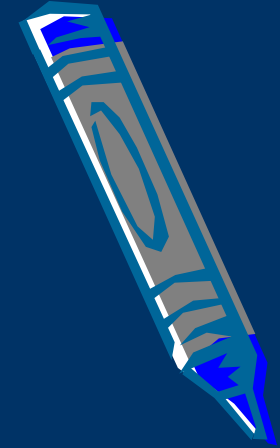
- Muotoutumisvaihe
  - - *Orientoituminen, tehtävän selkiyttäminen, ohjaajakeskeisyys*
- Kuohuntavaihe
  - - *Testaaminen, uskallus ilmaista erilaisia näkemyksiä, alaryhmiä, ristiriitoja, jännitteitä suhteessa toisiin, ohjaajaan, tehtävään*
- Normienluomisvaihe
  - - *Jännitysten tiedostaminen, kohtaaminen ja käsittely, ilmapiirin selvittely, yhteiset normit, tavoitteet*
- Toteuttamisvaihe
  - - *Ryhmän sisäisten ongelmien ratkaisu, joustavat roolit, vastuun ottaminen*
- Alku, keskivaihe, työskentely ja lopettamisvaihe
  - - *ohjaajakeskeisyys, uusi johtajuus, tyytymättömyyden ilmaisut, vastuun ottaminen, ahdistumatta erilaisen yksilöllisyyden hyväksyminen; luopuminen, arviointi uudet tavoitteet*
- Ryhmäytyminen sidoksissa auktoriteettisuhteisiin ja identiteetin säilymiseen



14.1.2010

# Esimerkki ryhmän prosessista

- Humanistinen ryhmätyö (Glassman & Kates 1998)
- Demokraattisten arvojen kekskeisyys ilmenee prosessiissa
  - " Me ei kyllä olla vastuussa" - oikeus kuulua ja tulla kuulluksi
  - " Me olemme vastuussa" - avoin päätöksenteko, erojen hyväksyminen, avoimet roolit ja kommunikointi
  - " Me haastamme sinut" - ohjaajan vastuu ryhmälle , vallan tasaaminen
  - " Turvasatama" - oikeus kuulua
  - " Eikö tämä ole enää hyvä juttu" - erilaisuuden hyväksyminen, toisenlaisuuden, "poikkeavuuden" hyväksyminen, oikeus itsemääräämiseen
  - " Olemme hyviä ja osaavia" - avoin kommunikaatio, erot rikastuttavana tekijänä
  - " Eikö jatkettaisi vielä vähän..." - itsemääräämisoikeus, erojen rikkaus, kokemusten vahvistama

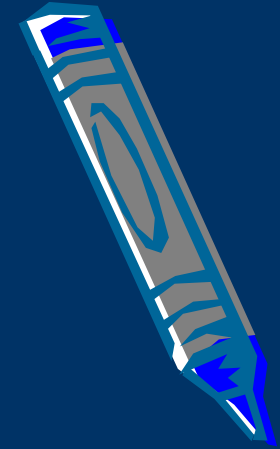


14.1.2010

# Ryhmän prosessi

(Eskola & Jauhiainen 1993 , 81 - 97)

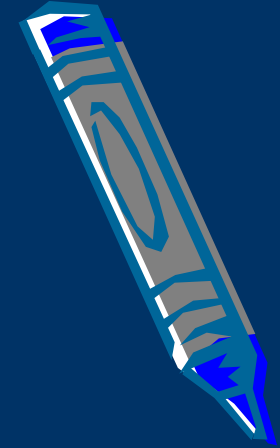
- **Prosessi**
  - *Jatkuvaa tapahtumista, liikettä ja muutosta, tarpeiden ja tavoitteiden keskinäistä vuorovaikutusta*
  - *Ryhmän elinkaaren ilmentymä*
  - *Muutos ja kehitysprosessin*
  - *Muutos prosessissa joudutaan kohtaamaan tehtävä ja prosessiongelmat*
  - *Ryhmien prosessia edistävät tehtävät*
    - *Yksilöllinen tehtävä - yksilölliset intressit*
    - *Käytännön työt, aikataulut*
    - *Tavoitteellinen toiminta, tiedonkeruu, ehdotukset, pohdinta, päätösten teko*
    - *Integroivaa toimintaa*



14.1.2010

12

# Tehtävä- ja prosessiongelmat



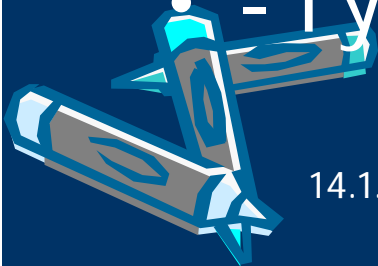
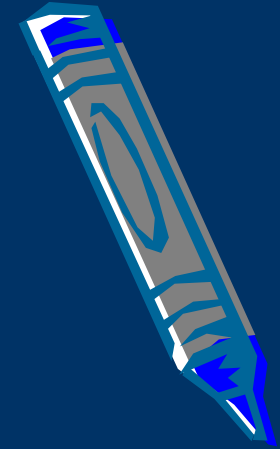
- Johtuvat ryhmän tehtävien aiheuttamista ristiriidoista, jännitteistä ja ahdistuksesta, jotka vaikeuttavat ryhmässä etenemistä
- - *tehtävämääritys, toimintaedellytykset*
- **Prosessiongelmat**
  - *Minäkäsitys, aiemmat kokemukset vuorovaikutussuhteista, muiden ryhmien jäsenyys, kiinnostus ryhmän tehtävään*
- **Ratkaisut**
  - *Pakeneminen, taisteleminen, riippuvuus, liittyminen*
  - *Yhteisesti ratkaistava; kaaos, älyllistäminen, tunteiden ilmaisuus ja kohtaaminen, vastuksesta luopuminen, eteneminen kaksoistavoitteen suuntaan*



14.1.2010

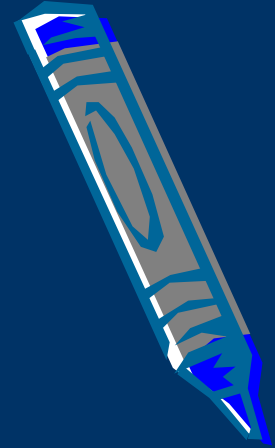
# Ryhmän ohjaaja

- Tehtävä - ja prosessin ohjaamista
- Toimintaa ja sisäistä kiinteyttä vaalimalla
- Johtajuuden ymmärtämistä
  - - ryhmän delegoimana
  - - ryhmälle palautuvana
  - - ryhmien erilaisuuteen



# Erilaisia menetelmiä

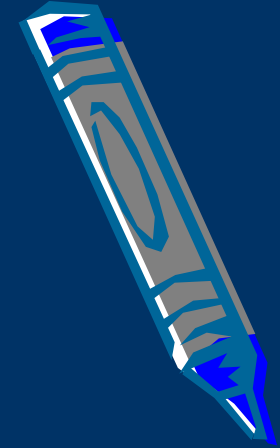
- Keskustelu, puhuminen
- Toiminnalliset menetelmät
- Leirit
- Arkinen toiminta, ateriat, käsityöt
- Draamat, pelit, kortit
- Erilaiset harjoitteet
  - Lämmittelyt, esittäytymiset, ryhmän kiinteyttäminen, kuunteleminen, roolit, luottamus, itsetunnon vahvistaminen, ahdistuksen käsittely, jaksamisen auttaminen, ongelmien tutkiminen, konfliktit, tunteet, palautteen vastaanottaminen, rentoutus



14.1.2010

# Tutkimustuulahduksia

- Näe minut – kuule minua – kokemuksia ryhmästä (Heikkinen & Levamo & Parviainen & Savolainen)
- Olenko minä sitä riskiryhmää?
  - - *Murrosikäiset pojat kouluvaikeuksien keskellä?*
- Omaa elämää etsimässä –
  - - *Tutkimus ryhmämuotoisen sosiaalityön mahdollisuudesta tukea nuorten selviytymisessä*
- Draama puree , purkaa ja parantaa –
  - - *kokemuksia draaman käytöstä tyttöryhmässä*



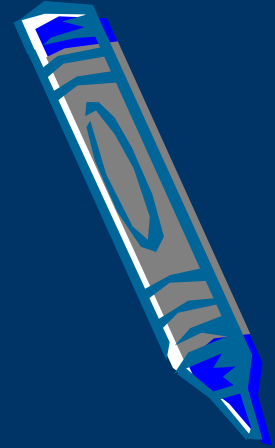
14.1.2010



# Arvioinnin tuloksia

- Ryhmillä merkitystä, mutta merkitys on suhteessa kunkin ryhmäläisen perustilanteeseen
- Tutkimuksissa kiinnitettiin muutokset hyvinvointia estäviin ,
- mahdollistaviin tekijöihin
- Hyvinvoinnin muutokset prosessin aikana
  - Muutokset sosiaalisissa suhteissa (ryhmä, uusia ystäviä, kertoi ryhmälle muutoksista; mutta myös lopetti ryhmän, suhteet läheisiin katkesivat
  - Muutokset ammatissa ja koulutuksessa (esim. aloitti - tai lopetti koulutuksen
  - Muutokset parisuhteessa ( esim. lopetti tai aloitti uuden parisuhteen)
  - Muutokset itsenäisessä elämässä ja asumisessa (esim. itsenäistä valintoja, valintoja ulkoisista paineista huolimatta)

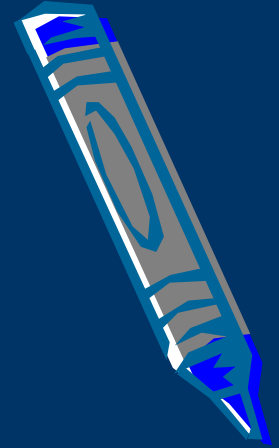
PÄÄTELMI Ä: Muutoksia molempiin suuntiin



14.1.2010

# Pestorius: What Makes Group Work?

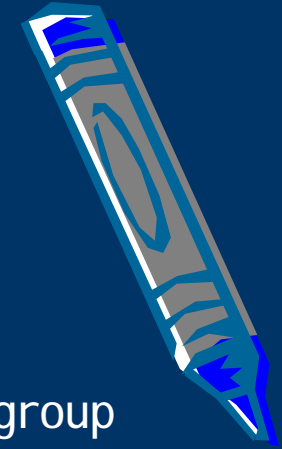
- Perustuu kirjallisuuden kautta saatuun kuvaan
- Erilaisia ryhmiä: yhteisön kehittämiseen, koulutukseen liittyvä ja henkilökohtaiseen kasvuun ja tukeen (43)
- Tutkittiin rakenne, johtajuus, sisältö, prosessit, tulokset
- Osallistuminen; motivaatio, selviytyminen, itsensä - toteuttaminen, sosiaalisuus, toivon ylläpitäminen



14.1.2010

# Ammattilaiset ja asiakkaat

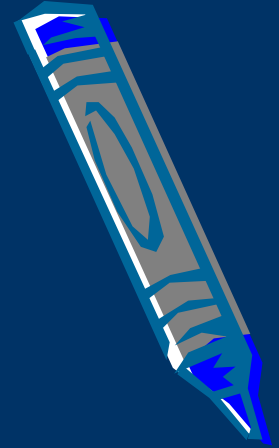
- Developing a Parent- Professional Team Leadership Model in group work: Work with Families with Ch Experiencing Behavioral and Emotional problems Developing a Parent( Ruffolo 2006)
- Taustalla lasten emotionaaliset ongelmat/käytöshäiriö
- Vanhempiryhmät, joita ohjasivat yhdessä vanhempi ja ammattilainen
  - Yhteinen koulutus
  - Persoonien yhteensopivuus
  - Uudet roolit - vanhemmat asiantuntijoina
  - Molemminpuolinen kunnioitus
  - Tarve jatkuvalla palautteelle
  - Jaettu johtajuus
  - Merkityksellisyyttä erityisesti vanhempien kannalta



14.1.2010

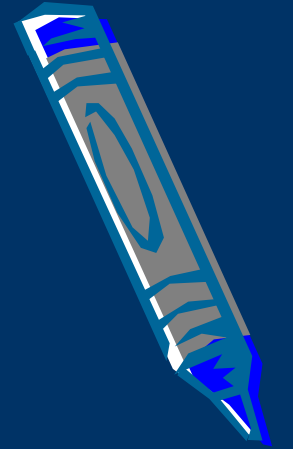
# Johtopäätökset

- Ryhmillä on merkitystä ihmisten voimaantumisessa arjessa
- Edellyttää innostusta, uteliaisuutta, uskallusta oppia itsestään ja toisista
- Palkitsevaa



14.1.2010

**Kiitos?**  
**Mille alamma?**



14.1.2010