

# Osallisuutta tukeva ryhmätoiminta ja Tukiliiton toiminta aikuisille 2023

Pia Henttonen

Suunnittelija

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry

30.11.2023

# Osallisuus ja toimijuus

- Osallisuus on yhdenvertaista mukana olemista.
- Kun pääsee toimimaan yhdessä muiden kanssa, ihmisestä tulee toimija.
- Toimijuus on edellytys osallisuuden toteutumiselle.



kuva:

<https://urly.fi/3mtd>

# Tuki, osallisuus ja toimijuus

- Periaatteet päätöksenteon tukemiseen ja tuetun päätöksenteon toteuttamiseen:
  - Ihminen on toimija, kun hän päättää ja tekee asioita itse.
  - Ihminen saa tarvittaessa tukea päätösten tekemiseen.
  - Tuki on monipuolista ja yksilöllisistä.
  - Päätökset perustuvat ihmisen omiin mieltymyksiin ja tahtoon.
  - Kaikenlaiset päätökset ovat sallittuja.
  - Päätöksen ja mielipiteen saa vaihtaa.
  - Tukijan tai tukijat saa valita itse tai heidän valitsemisessaan voi olla mukana.
  - Tuen vastaanottaminen on vapaaehtoista.
  - Tuki perustuu kunnioittavaan kohtaamiseen, hyvään vuorovaikutukseen ja luottamukseen.

Uusista kokemuksista

Tiedon määrän lisääntymisestä

Neuvoista ja ohjeista

Mallisuorituksista ja harjoittelusta

Ohjauksesta ja järkeilyn tuesta

Vertaiskokemuksista

Valmennuksesta

Taloudellisesta tuesta

Kuntoutuksesta ja terapiasta

Ihmiset saavat tukea eri asioista

Kuvakaappaus Tukiliiton sivuilta

<https://www.tukiliitto.fi/toiminta/tuki-ja-valmennus/tuki/>



## Osallisuuden ja toimijuuden esimerkkinä pakohuonepeli

- Pienten vinkkien, neuvojen ja ohjauksen avulla pelaajat pääsevät huoneessa eteenpäin ja sieltä ulos
- Tukea saa tarpeen mukaan.

Kuva: <https://roomescape.fi>  
Secret Cabin-pakopeli

# Arki haltuun -ryhmä

---

- Noin 4 kk kestävä ryhmätoiminta, jossa kolmen kerran tutustuminen ja ryhmän toiminnan sisältö osallistujien toiveiden ja tarpeiden mukaan
- Materiaalit ryhmätoiminnan eri tarpeisiin mainostamisesta aloituksen ja työskentelyn kautta lopetukseen <https://www.tukiliitto.fi/tukiliitto-ja-yhdistykset/kehittamistoiminta/aarne-ja-aune-hanke/osallistavan-ryhmatoiminnan-koulutus/nain-kaynnistat-tukea-tarvitsevien-aikuisten-osallisuutta-tukevan-ryhmatoiminnan/>
- Tavoitteena on, että osallistujat kokevat osallisuutensa lisääntyneen



<https://urly.fi/3mth>

# Arki haltuun- ryhmä, suunnitteluvaihe

- Alueellinen yhteistyö ja selvitys toiminnan pohjana
- Ketkä voisivat olla osallistujia ja miten heidät tavoittaa
- Mitkä ovat alueen ihmisten tarpeet ja toiveet, mikä kiinnostaa
- Alkukysely asuinyksikköön, työ/päivätoimintaan, yhdistykseen, alueen työntekijöille, vanhemmille jne
- Muista myös ne, jotka eivät ole missään toiminnoissa tai pienesti mukana
- Lista aiheista, jotka voisivat kiinnostaa mahdollisia osallistujia
- esim. ruoka, liikkuminen, vaikuttaminen, musiikki, kulttuuri ja taide, terveys, digitaidot
- Muista käyttää kuvia tekstin tukena

# Suunnitteluvaihe

- Eri mukanaolon tavat: kohtaaminen livenä, etäosallistuminen
- Mistä rahoitus, tilat, tarvittavat työntekijät/vapaaehtoiset
- Tee ennakkokyselyn pohjalta mainos. Mainostaessa kannattaa valita esim. kaksi kyselyssä eniten esiin tullutta teemaa
- Valmis mainospohja löytyy alla olevilta sivuilta, kohdasta materiaalit
- Alustava aikataulu kolmelle ensimmäiselle kerralle eli tutustumiseen
- Mikä on ryhmän koko? Millä perusteella osallistujat valitaan, jos hakijoita on paljon?



# Arki haltuun; tutustuminen ja aloitus

## **Tutustumisvaihe: löydetään yhdessä tekemisen tapa**

- Valitut teemat helpottavat osallistumista
- Ratkotaan osallistumista haittaavia ongelmia, esim. kulkeminen ja tapaamisen unohtaminen
- Puhutaan auki mietityttävät asiat
- Kootaan yksilölliset toiveet, tehdään valintoja ja päätöksiä
- Joitain asioita tehdään yhdessä ja osaan ratkaisuna on yksilöllinen tuki.
- **Tutustumiskertojen jälkeen ryhmä itse päättää tekemisensä**
- Osallistuminen on vapaaehtoista

# Toimintavaihe ja lopetus

- Ryhmän tavoite: aktiivinen vapaa-aika
- Mikä ryhmäläisiä kiinnostaa, kootaan toiveet
- Valitaan ja päätetään resurssien (mahdollisuudet, varat yms.) mukaan
  - Mitä ryhmä tekee yhdessä, pienryhminä, mitä yksilöinä
  - Ryhmän kokoontumisajankohdat ja tutustumiskohteet

## Mahdollisuudet:

- Henkilökohtaisen työskentelyn tueksi työkirja (materiaalit)
- Ryhmän toiminnan tueksi ryhmäkirja, jonka voi tehdä esimerkiksi Papuri-työkalulla <https://papuri.papunet.net/>
- Ryhmä kannattaa selkeästi lopettaa johonkin esim. juhlaan, nyyttikesteihin, toiminnan muisteluun

# Yksilöllinen tuki

- Yksilöllinen tuki voi olla monenlaista ja voi toteutua monin eri tavoin
- Perustuu henkilön omiin toiveisiin, tarpeisiin ja kykyihin
- Tuen muoto voi olla esimerkiksi keskustelua puhelimitse tai kasvokkain, viestejä, osallistumisen tukemista, mahdollisuuksien etsimistä
- Voi toteutua ryhmässä tai sitten yksilöllisinä tapaamisina

# Ohjaajan rooli

- Tilan antaminen
- Turvallisuuden ylläpitäminen
- Selkeys ja rajat
- Luottamus
- OLEMME IHMISIÄ TOISILLEMME
- Kohtaaminen, läsnä hetkessä
- Tasavertaisuus ja vastavuoroisuus; kun sinä jaat jotakin, minäkin jaan jotakin
- Autetaan toisiamme kykyjemme mukaan
- Jokainen määrittää omat rajansa

Mitä nyt tehdään?

Vastaus: Mitäs tehdään?

Ehdotus: Tehdään niin, että....

Vastaus: Onko hyvä idea?

Ok

Vastaus: Tehdäänkö sitten niin?

Kuka....

## Kohtaa mut- kahvilat

- Yhteinen olohuone
- Yhdistysten Kohtaa mut -kahvilat ovat kohtaamispaikkoja, joissa toiminnan suunnittelivat osallistujat itse.
- Ryhmiä ja Kohtaa mut -kahviloita on Kangasalla, Pälkäneellä, Hämeenlinnassa, Kauhajoella, Keuruulla ja Sysmässä.
- [https://www.youtube.com/watch?v=vB2\\_Qii1sSI&t=2s](https://www.youtube.com/watch?v=vB2_Qii1sSI&t=2s)
- Muista myös verkkokahvilat <https://www.tukiliitto.fi/toiminta/aikuiset/elmo-kohtaamisia-ja-kokemustoimintaa/verkkokahvila/>

## Elämä omaksi



Kuva: <https://urly.fi/3mt>

i



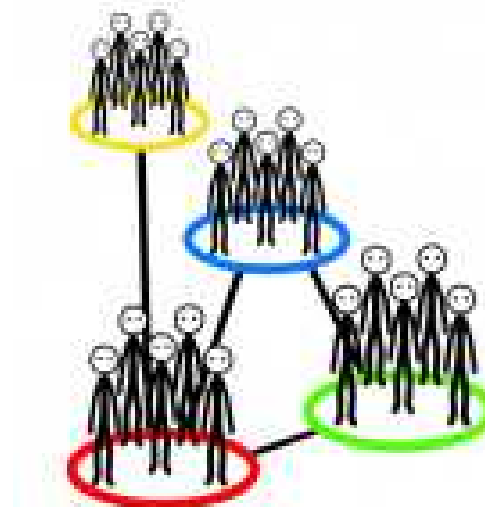
# Aikuisille suunnattu toiminta Tukiliitossa

Suunnittelija Pia Henttonen

30.11.2023

# Tukiliiton kokemustoimijaverkosto

- Tukiliiton kokemustoimijaverkosto on Tukiliiton toimintaa.
- Verkosto toimii koko Suomessa.
- Verkosto alkoi toimia vuoden 2021 alussa.
- Verkosto on tarkoitettu henkilöille, jotka ovat kiinnostuneet vaikuttamisesta.
- Verkostossa on nyt 32 aktiivista jäsentä.
- Verkostossa vaikutetaan asioihin yhdessä.
- Verkostosta saa vaikuttamiseen tietoa ja tukea sekä erilaisia vaihtoehtoja.





## Miten kokemustoimijaverkoston pääsee mukaan?

- Tammikuun loppuun asti voi hakea jäsenyyttä
- Toimikausi uusilla jäsenillä alkaa tammikuussa 2024 ja kestää enintään kolme vuotta.
- Toiminta on vapaaehtoista, jokainen osallistuu oman kykynsä ja aikataulunsa mukaan
- Uusille jäsenille on perehdytys keväällä 2024.

Kuvassa kokemustoimijoita oikealta vasemmalle: Jarkko Eerola, Anna Valkama, Jaana Norlund ja Esa Peltonen. Kuva: Senni Östman



# Mitä kokemustoimija tekee:

- Jakaa kokemustietoa
- Pitää puheenvuoroja, luentoja ja alustuksia
- Mukana keskusteluissa, koulutuksissa ja työpajoissa
- Osallistua suunnitteluun ja kehittämiseen
- Tarvittava tuki tulee Tukiliitolta
- Palkkioperustaisuus
- Kokemustoimijan mukaan ottaminen on arvovalinta
- Kun otat työsi tueksi enemmän tukea tarvitsevan kokemustoimijan, saat sellaista tietoa, mitä et saa mistään muualta

# Koulutukset 2024

## Selkeästi – koulutus- ja keskustelutilaisuudet

- YKn vammaisten henkilöiden oikeuksien sopimus – miten se näkyy elämässäni
- Sosiaaliturvan ja –palveluiden muutokset – mitä ne tarkoittavat minun elämässäni

## Hyvällä mielellä –koulutus ryhmille, ohjaus etäyhteydellä

- Ryhmillä paikan päällä omia ohjaajia
- Koulutuksen ohjelma vedetään etäyhteydellä
- Samassa koulutuksessa voi olla mukana useampi ryhmä eri puolilta Suomea

# Vertaislomat aikuisille yhteistyössä MTLHn kanssa

- Loman pituus on viisi päivää ja loman omavastuu on 125 euroa.
- Loman osallistujien valintaan vaikuttavat taloudelliset, sosiaaliset ja terveydelliset asiat sekä entisten vertaislomien määrä.
- Valintaperusteista saat lisää tietoa MTLHn kotisivuilta <https://mtlh.fi>
- Huomaa, että jokaisen loman hakuaika päättyy kolme kuukautta ennen lomaa.
- Vertaisloma aikuisille, Kruunupuisto Oy 27.05.2024 - 01.06.2024
- Vertaisloma aikuisille, Kylpylähotelli Peurunka 01.09.2024 -06.09.2024
- Vertaisloma aikuisille, Kuntoutuskeskus Kankaanpää 17.11.2024 -22.11.2024

# Materiaalit

Hyvällä mielellä-verkkokurssi omaan tahtiin opiskellen, ei vaadi ilmoittautumista

- Verkkokurssin infotilaisuudet <https://www.hyvakysymys.fi/kurssi/hyvalla-mielella-verkkokurssi/>
- MAHTI-tunnekortit tunteiden ilmaisun, nimeämisen ja sanoittamisen tueksi <https://www.tukiliitto.fi/tukiliitto-ja-yhdistykset/kehittamistoiminta/paattyneet-hankkeet/mahti-projekti/mahti-tunnekortit/>

Teatterista voimaa vuorovaikutukseen <https://www.tukiliitto.fi/uploads/2017/10/kvtl-teatterista-voimaa.pdf>

Vireyttä ryhmätoimintaan

- Ohjaajalle osallistavan ryhmätoiminnan opas <https://www.tukiliitto.fi/tukiliitto-ja-yhdistykset/kehittamistoiminta/aarne-ja-aune-hanke/osallistavan-ryhmatoiminnan-koulutus/nain-kaynnistat-tukea-tarvitsevien-aikuisten-osallisuutta-tukevan-ryhmatoiminnan/>
- Ohjaaja tukee osallistujia valitsemaan ja päättämään itse toiminnan tarkemmat tavoitteet ja sisällöt.
- Ryhmätoiminnassa vahvistetaan yhdessä arjen tietoja, taitoja ja osallistumismahdollisuuksia.