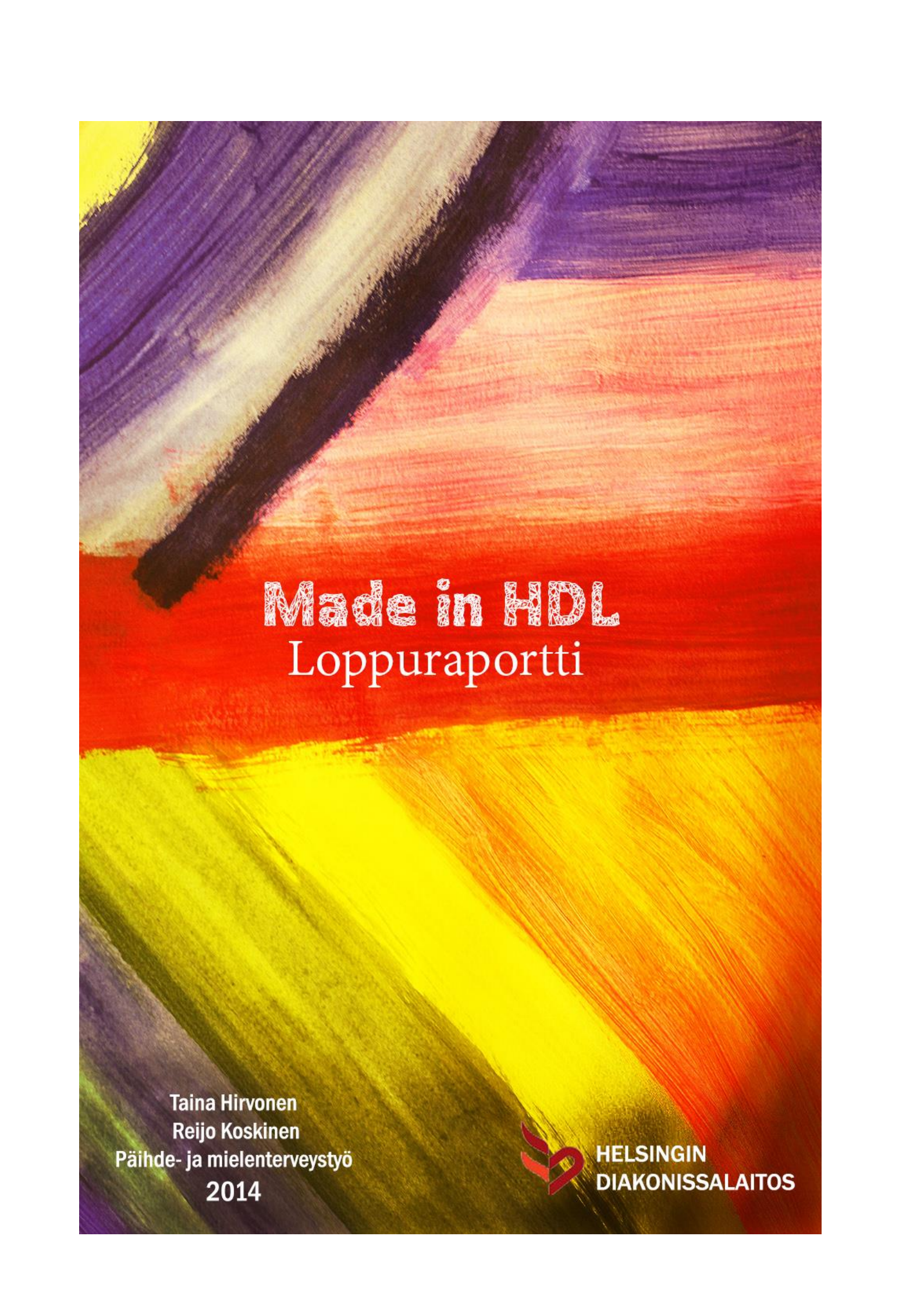




Made in HDL

Loppuraportti

Taina Hirvonen
Reijo Koskinen
Päihde- ja mielenterveystyö
2014



HELSINGIN
DIAKONISSALAITOS

ESITTELY

Made in HDL oli Suomen Kulttuurirahaston rahoittama vuoden kestävä projekti, jota on vetänyt kulttuurikoordinaattori Taina Hirvonen. Tammikuusta 2014 hänen työparinaan on toiminut Reijo Koskinen. Projekti oli tarkoitettu ensisijaisesti Helsingin Diakonissalaitoksen säätiön Päihde- ja mielenterveystyön asiakkaille, mutta se on ollut avoin myös henkilökunnalle, alueen asukkaille ja vapaaehtoisille. Projektin tavoitteena oli käynnistää ja toteuttaa palvelualueen eri yksiköille kulttuuritoimintaa, josta tulisi pysyvä ja jatkuva osa niiden arkea.

Kulttuuritoiminta käsitti kaikki taiteen eri osa-alueet: musiikin, kuva- ja teatteritaiteen, tanssin, kirjallisuuden, elokuvan, valokuvauksen, ruokakulttuurin sekä kädentaidot. Myös liikunta, ulkoilu ja retkeily ovat olleet osa kulttuurihanketta. **Made in HDL** on ollut matalan kynnyksen kulttuuritoimintaa, mihin asiakkaiden on ollut helppo osallistua. Toiminta toteutettiin heidän tarpeidensa mukaan hoitoyksiköissä ja muissa toimitiloissa.

Kulttuuritoiminnan eri osa-alueita toteutettiin yhden tai useamman kerran kokoontuvien ryhmien, workshoppien, työpajojen, opetusten, esitysten ja konserttien, sekä näyttelyiden ja tapahtumien kautta. Toimintaan mukaan kutsuttiin eri luovien alojen toimijoita ja HDL:n taiteilija- ja kulttuurilaitoskumppaneita. **Made in HDL** linkitettiin myös jo valmiina oleviin Helsingin diakonissalaitoksen kulttuurihankkeisiin.

SISÄLLYSLUETTELO

1. Esittely
2. Helsingin Diakonissalaitoksen Päihde ja mielenterveystyön palvelualue
3. Musiikki
4. Kuvataide
5. Teatteritaide ja tanssi
6. Kirjallisuus
7. Valoisa huone
8. Liikunta
9. Kädentaidot
10. Arjentaidot
11. Tilojen kehittäminen
12. Kulttuuripajoihin osallistuminen
13. Kokemuksia kulttuuripajoista
14. Kulttuuritoiminnan jatkaminen projektin jälkeen

Lähteet

Liitteet

2. HELSINGIN DIAKONISSALAITOKSEN PÄIHDE- JA MIELENTERVEYSTYÖN PALVELUALUE

Päihdepalvelut tuottavat neuvontaa ja hoitoa sekä kuntoutusta alkoholin, huumeiden ja lääkkeiden väärinkäyttäjille. Palveluja on tarjolla työssä käyville henkilöille, aikuisille ja 16–24-vuotiaille nuorille.

Palvelut on kohdennettu erityisesti niille, joiden ihmisarvoinen elämä on pahiten uhattuna. Palvelujen lähtökohtana ovat ihmisarvo, oikeudenmukaisuus ja yhteisöllisyys.

Palvelualue koostuu Korvaushoidosta, Päihdevierotuksesta, HIV-positiivisten palvelukeskuksesta, Kääntöpiiristä, Avo-palveluista, Perheen yhdistetty hoito PYY:stä, Erityispäiväkeskus Stoori & Sallista, Terveysneuvonnasta ja Päihdeneuvonnasta. Palvelualueeseen luetaan myös Kidutettujen kuntoutuskeskus KITU. Näistä Made in HDL – projekti toimii lähinnä korvaushoitoyksiköissä, HIV-positiivisten palvelukeskuksessa, PYY:ssä ja Stoori & Sallissa, myös KITU sai yhden työpajan.

Haittoja vähentävä korvaushoito on tarkoitettu opioidiriippuvaisille huumeidenkäyttäjille, joille päihteiden käytön lopettaminen ei ole ensisijainen tavoite. Korvaushoitoyksikössä voidaan toteuttaa myös korvaushoidon aloitus.

Hoito korvaushoitoyhteisössä on opioidiriippuvaisen korvaushoitoa, jonka painopiste on haittojen vähentämisessä tukea antavassa hoitoympäristössä.

Asiakkaat tulevat korvaushoitoyhteisöön tilaajan päätöksellä. Hoitoon pääsee joustavasti viiveettä. Hoidon aloitus sovitaan asiakkaan ja tilaajan kanssa.

Kuntouttava korvaushoito on tarkoitettu opioidiriippuvaisille huumeidenkäyttäjille, joilla hoidon tavoitteena on kuntoutuminen ja päihteettömyys.

Korvaushoitoyksikkö tuottaa opioidiriippuvaisten kuntouttavaa korvaushoitoa sosiaali- ja terveysministeriön antaman asetuksen (asetus opioidiriippuvaisten vieroitus- ja

korvaushoidoista eräillä lääkkeillä 33/2008) mukaisesti. Kuntouttavassa korvaushoidossa hoidon tavoitteena on asiakkaan kuntoutuminen ja päihteettömyys.

Korvaushoitoasiakkaat ohjautuvat palveluun Helsingin sosiaaliviraston korvaushoitokoordinaattorin kautta korvaushoitoarvion perusteella.

Hiv-positiivisten erityispalvelut on tarkoitettu hiv-positiivisille huumeiden käyttäjille. Palvelukokonaisuuteen kuuluvat päiväkeskuspalvelut, lyhytaikainen majoitus ja kotihoitopalvelut.

Hiv-positiivisten erityispalvelujen perustehtävänä on hiv-infektion saaneiden huumeiden käyttäjien elämänlaadun parantaminen ja ylläpitäminen. Toiminnan lähtökohtana on huumeiden käytöstä johtuvien haittojen vähentäminen.

Hiv-positiivisten erityispalvelut toteutetaan matalan kynnyksen periaatteella yhteistyössä HUS:n infektiosairauksien klinikan ja Helsingin kaupungin sosiaaliviraston kanssa.

Erityispäiväkeskus Stoori & Sallin perustehtävänä on mahdollistaa osallisuuden ja hyväksytyksi tulemisen kokemus syrjäytyneille tai vakavan syrjäytymisuhan alla oleville, vaikeasti palveluihin kiinnittyville moniongelmaisille asiakkaille. Toiminnan lähtökohtana on inhimillisen kärsimyksen lievittäminen, haittojen vähentäminen sekä toivon herättäminen ja ylläpitäminen arjessa.

Erityispäiväkeskusten palvelut toteutetaan matalan kynnyksen periaatteella, jolloin palveluiden piiriin voi tulla myös päihtyneenä ja asiointi voi olla anonyymia. Erityispäiväkeskuksiin kuuluvat moniongelmaisten tuki- ja hoitopalvelut erityispäiväkeskus Stoori & Sallissa ja liikkuvan väestönosan palvelut erityispäiväkeskus **Hirundossa**.

Palvelut ovat asiakkaille maksuttomia. Lähetettä ja ajanvarausta ei tarvita. Toimintaa rahoittavat Helsingin kaupungin sosiaalivirasto ja Raha-automaattiyhdistys

Perheen yhdistetty hoito PYY toimii Pitäjänmäellä. Pyy-hoidolla lapsen huostaanotto ehkäistään tai puretaan asteittain. Perheen yhdistetyn hoidon yksikkö Pyy tuottaa päihdekuntoutusta perheille, joissa vanhemmalla on päihdeongelma. Palvelu soveltuu sekä

alkoholi-, huume että lääkeongelmallisille henkilöille. Yksikössä voidaan kuntouttaa myös raskaana olevia sekä korvaushoitoa saavia asiakkaita.

Kuntoutuminen Perheen yhdistetyn hoidon yksikössä perustuu yhteisöhoidon menetelmään ja vertaistukeen. Pyy-hoidon tavoitteita ovat päihteettömään elämäntapaan kasvaminen ja vanhemmuudessa kehittyminen sekä lapsen kasvun ja kehityksen turvaaminen.

Hoidon ajan asiakkaat asuvat yksikön lähellä sijaitsevilla asunnoissa. Asumiseen tarvittavaa tukea arvioidaan yksilöllisesti.

Yhteisötalo on asiakkaiden vapaassa käytössä myös vapaa-aikoina. Iltaisin ja viikonloppuisin asiakkailla on säännöllisiä yhteisiä kokoontumisia, joiden vetovastuu on asiakasyhteisön vanhimmalla.

Lisää informaatiota löytyy sivuilta <https://www.hdl.fi/fi/palvelut/paihdetyo>

3. MUSIIKKI

Yhteislaulu- ja soitto

Asiakkaiden joukossa on useita muusikoita harrastajista puoliammattilaisiin, jotka haluavat soittaa yhdessä. Tästä tarpeesta lähtöisin muusikko Jukka Orma kutsuttiin ohjaamaan kahta bändipajaa Munkkisaarella syyskuussa 2013. Pajat oli suunnattu Haittoja vähentävän ja Kuntouttavan korvaushoidon, sekä Palvelukeskuksen asiakkaille. Pajassa on joka toinen viikko soitettu, laulettu, sanoitettu ja sävelletty omia kappaleita, sekä harjoiteltu *cover* kappaleita. Joka toinen viikko pajan ohjelmassa on ollut yhteislaulua, jota bändiläiset ovat säestäneet. Bändiryhmät kokoontuivat viikoittain syyskuun alusta 2013 toukokuun loppuun 2014. Bänditoiminta on osoittanut tarpeellisuutensa ja siitä on tullut osa yhteisöjen rakenteita ja toimintaa. Bändipajoja varten hankittiin kaksi kitaraa, basso, rummut, Capo ja tarvittavat äänentoistolaitteet.

Yhteislaulu veti asiakkaita ja työntekijöitä hyvin mukaan. Se ei ollut sitovaa ja ryhmään oli helppo mennä mukaan ex tempore omien aikataulujen ja ”fiilisten” puitteissa. Jotkut

asiakkaat osallistuivat ahkerasti yhteislauluun, jotkut kävivät vain kerran. Jukka Orma veti laulua ja innosti omalla kantavalla äänellä ja värikkäällä persoonalla ihmisiä mukaan. Jukka soitti ammattilaisena ”mitä vain” ja sai aloittelijoitakin tarttumaan kitaran varteen tai lyömään rytmiä capolla.

Bänditoiminta

Bändipajasta on lähtenyt liikkeelle Sarana-bändi, johon kuuluu viisi vakinaista soittajaa. Bändi on kokoontunut säännöllisesti bändipajan ulkopuolella kolme kertaa viikossa lokakuusta lähtien. Bändillä on ollut esiintymisiä mm. muistotilaisuuksissa, läksiäisjuhlassa, joulujuhlissa, kirkossa ja KTA:n elokuvan ensi-illassa. Esiintymisiä on ollut yhteensä kahdeksan kertaa. Katsojia on ollut eri tilaisuuksissa yhteensä noin 300. Kesäkuussa 2014 Sarana-bändi meni studioon äänittämään omista kappaleistaan demoa. Kappaleet on sanoitettu, sävelletty ja sovitettu bändipajassa ja yhteistyössä Lukupiirin kanssa. Kappaleiden tekstit kertovat huumeidenkäyttäjien ajatuksista ja elämästä.



Laulunopetus

Taina Hirvonen antoi kolmelle asiakkaalle laulutunteja lokakuusta 2013 alkaen sekä hän ohjasi bändin solistia laulutekniikassa. Tunneilla käytävä ohjelmisto käsitti sekä klassisen että kevyen musiikin ohjelmistoa muun muassa Sibeliusta, Merikantoa, Hannikaista, Hectoria ja Kaj Chydeniusta.

4. KUVATAIDE

Kuvataidepaja

Henkilökunnassa on useita kuvataiteen ammattilaisia, joista Outi Partti veti Taina Hirvosen kanssa kuvataidepajoja asiakkaille syksyllä 2013. Taina Hirvonen ja Reijo Koskinen jatkoivat pajoja keväällä 2014 yhdessä vapaaehtoisten kanssa. Pajat sisälsivät maalaamista akryyli- ja vesiväreillä, sekä piirtämistä lyijykynällä, hiilellä ja tietokoneella. Pajat toteutettiin syksyllä 2013 periodeissa Haittoja vähentävän ja Kuntouttavan korvaushoidon, sekä Palvelukeskuksen asiakkaille. Keväällä 2014 kuvataidepaja järjestettiin viikoittain maaliskuusta toukokuuhun Päihdevieroitusosaston asiakkaille. Kuvataidepajoja varten hankittiin erilaisia maaleja, kyniä, suteja ja paperia sekä muita taidetarvikkeita. Kuvataidepajat ovat herättäneet asiakkaisissa innostusta ja ne ovat jatkuneet projektin loputtua. Kuvataidepajat ovat jatkuneet syksyllä 2014 säännöllisesti kussakin edellä mainitussa neljässä yksikössä. Outi Partti valottaa seuraavassa yhden päivän tunnelmia ja ajatuksia:

”Olin ideoinut mielessäni eräänlaista musiikki-maalausta asiakkaiden kanssa, tavoitteena lähinnä järjestää mukavaa toimintaa ja madaltaa kynnystä tarttua väreihin ja uuteen toimintaan. Kynnys aloittaa jotain vierasta on monille asiakkaille yllättävän korkea. Taiteellahan on myös paljon terapeuttisia vaikutuksia mutta jätin ne pois tarkoituksella.

Ennakkoluulottomasti ja vailla odotuksia lähdin korvaushoidon puolelle hakemaan asiakkaita. Sainkin mukaani kolme asiakasta ja yhden ohjaajan ja vedin heille musiikki-maalaustuokion. Biisit osuivat kohderyhmälle nappiin ja tunnelma oli hyvä. Asiakkaat tuntuivat pitävän. Musiikki herätti keskusteluja päihteiden käytöstä, omasta terveydestä ja avioerosta.

Toisen ryhmän kasasin kuntouttavan korvaushoidon puolelta. Sieltäkin sain osallistumaan kolme asiakasta ja yhden ohjaajan. Menimme samalla kaavalla kuin ensimmäisen ryhmän

kanssa, ainut eroavaisuus oli että tämä ryhmä ei keskustellut lainkaan niin paljon kuin edellinen. Olikin jännä huomata mikä ero on oheiskäyttäjien ja ns. kuivilla olevien käytöksessä. Voihan kyse tietysti olla persoonallisuus eroistakin, mutta jäi tunne että ensimmäinen ryhmä oli jollain tavalla rennompia. Todella onnistunut päivä tapauksessa”.



5. TEATTERITAIDE JA TANSSI

American beauty – teatteripaja

Asiakkaille järjestettiin syksyllä 2013 American Beauty –työpajakokonaisuus.

Työpajaa vetivät dramaturgi Taija Helminen, ohjaaja Aino Kivi ja näyttelijä Heikki Väre.

Katsoimme teatterityöpajassa American Beauty elokuvan. Mietimme sen herättämiä tunteita ja miten ne liittyivät omaan elämään, sekä improvisoimme siitä eri kohtauksia. Taija Helminen kirjoitti myös kohtauksia valmiiksi työpajaa varten. Teatterityöpaja toteutui syksyllä 2013 viikoittain yhteensä kymmenen kertaa ja siihen osallistui sekä asiakkaita että henkilökunnan jäseniä.

Teatterityöpaja ja leffatyöpaja

Taija Helmisen ajatuksia teatterityöpajasta, pajoissa kävi erilaisia asiakkaita erilaisine tarpeineen. Lähestyimme ihmisiä henkilökohtaisesti ja yksilöllisesti. Tämä ei ole ollut välttämättä kaikkein tehokkain metodi.

Teatterin tekemiseen on monia erilaisia motiiveja: nähdyksi tulemisen tarve, tarve käsitellä oman tunne-elämän asioita turvallisessa, fiktiivisessä muodossa, tarve harjoitella sosiaalisten tilanteiden hallintaa. Esiityksen tekeminen vaatii sitoutumista ja epävarmuuden sietämistä ja nähdyksi tulemisen sietämistä. Tuntuu, että ne ovat isoja haasteita vaikeissa

elämäntilanteissa. Uskon, että esityksen tekeminen Munkkisaarella on mahdollista, mutta se on pitkä prosessi ja vaatii sinnikkyyttä sekä uskoa kaikilta osapuolilta. Taiteelliseen työskentelyyn järjestävän työryhmän kanssa voisi myös varata aikaa: näin jälkikäteen miettien olisi ollut mahdollista käyttää joitakin/jokin työpajakerta -oja siihen, että näyttelijä Heikki Häkän kanssa olisi valmistettu pieni monologi ja käyty esittämässä sitä kaikissa kerroksissa. Se olisi myös tuonut yhteistä hyvää ja palvelut niitä asiakkaita, jotka haluavat nauttia kulttuurista katsomon puolelta. Se olisi myös tehnyt hyvää meille taiteilijoina, käynti omalla mukavuusalueella olisi varmasti virkistänyt meitä näkemään uusia asioita työskentelyssä.



Monesti onnistuneimmissa pajoissa tuntui riittävän läsnäolo ja hauskanpito, ei ohjelmallisesti teatterin tekeminen, joka tuntui välillä jännittävän osallistujia. Kun paja kosketi ja ilostutti osallistujaa, hän sai siitä valtavan hyvän mielen ja luottamuksen tunteen pitkäksi aikaa, olipa sitten tehty impro-harjoitteita, näytelty kohtauksia tai vain puhuttu niitä näitä. Koen tehneeni paljon töitä sen eteen, että ihmisten olisi helppo lähestyä pajaa. Kokemukseni mukaan ihmisten on helppo lähestyä minua. Minun on ainakin helppo lähestyä heitä ja koen, että saan usein niin ilahtuneen vastaanoton yhteisöissä (ja tunne on vilpittömästi molemminpuolinen), että en usko ihmisten pelkäävän pajaa. Ehkä esityksen tekemiseen

yhdessä ei ollut tarvetta? Oli tarvetta hyville fiiliksille ja keskusteluille. Oli tarvetta pelata trivial pursuittia ja keskustella politiikasta. Oli tarvetta katsoa hauska musiikkivideo yhdessä ja nauraa kyyneleet silmissä. Oli tarve kertoa tarinoita edesmenneistä sukulaisista ja tulla kohdatuksi myös retkahtamisen jälkeen. Oli tarve kertoa lapsuuden mökkireissuista ja tanssia salsaa. Oli tarvetta haaveilla ulkomaanmatkoista ja kertoa koiran kepposista. Oli tarve jakaa murhe rakkauden löytämisen vaikeudesta. Oli tarve saada sanoa, että hyvän ystävän kuolemasta aiheutunutta surua on vaikeaa sietää ilman päihtymistä ja että linnakierre loppuu nyt. Näihin tarpeisiin vastasimme kuuntelemalla. Kyllä kohtaamisista hyvän esityksen saisi, mutta näin suuressa asiakasmäärässä yhteishengen rakentaminen vaatii aikaa ja luottamusta. Teatterintekijänä paljastaa väkisinkin sisimpänsä, maailmankuvansa ja kipupisteensä ja sen tuominen näyttämölle on iso ja uskallusta vaativa teko.

Vuosi on ollut haastava enkä ole lopputulokseen varauksettoman tyytyväinen. Toimintakeskuksessa työskenteleminen oli itselleni pitkäaikainen haave, josta toivoin vakiintuvan ainakin jonkunlaisen ryhmän. Siinä olisi mahdollista jakaa ja kokea asioita teatterin kontekstissa, ensisijaisesti toivoin, että lopputuloksena olisi esitys. Näin ei tapahtunut, ei ryhmän eikä esityksen osalta. Vetäjänä tasapainoilin asiakkaiden tarpeiden kuulemisen ja heiltä taiteellisen panoksen ja sitoutumisen vaatimisen välillä. Tasapainoilin suunnitelmassa pysymisen ja siitä luopumisen välillä. Mikä on hyvä syy luopua suunnitelmasta? Suunnitelma on tärkeä, koska se on kartta matkalla johonkin päämäärään. Toisaalta päämäärätön harhailu on sekin tärkeää, joskus ja yleensä jopa tärkeämpää. Harhailu voi sekin synnyttää päämäärän, paremman ja kirkkaamman kuin se ensimmäinen. Mutta jos luovun suunnitelmasta tänään X:n pyynnöstä ja harhaillaan hänen asettamaansa päämäärää kohti, ja ensi viikolla X:aa ei näy, olisiko alun perinkin pitänyt pysyä suunnitelmassa? Todella haastavaa.

Tästä oli paraatiesimerkki joulujuhlan valmistelussa. Aktiivinen asiakas A toi hyvän ja hauskan idean pajaan, puhui mukaan kaksi kaveriaan B ja C, jotka tulivat pajaan. Me olimme Heikin kanssa tyytyväisiä, että A oli aktiivinen ja halusi tulla kehittämään toimintaa. Totta kai hieno juttu! Tähän vaan! Mutta kun paja koitti ja aktiivinen A esitteli ideansa, B ja C menivät takajaloilleen ja sanoivat, että eivät halua olla mukana tämmöisessä synkässä ideassa. He tulivat pajaan ajattelemaan muita asioita kuin omaa arkeaan (B ja C olivat siis aikaisemmin syksyllä käyneet kerran pajassa ja olleet oikein iloisia osallistumisestaan). A:n

tarve oli käsitellä rankkaa asiaa kepeästi ja B ja C kokivat tärkeäksi olla ajattelematta rankkaa asiaa lainkaan. Lopputulos: A kiukustui ja lähti kesken pajan pois noituen, B ja C pahoittelivat ja lähtivät tupakan jälkeen kotiin. Minä halusin tukea A:n aktiivisuutta ja ehdotin vaihtoehtoja järjestelyä, mutta hän ei halunnut tehdä kompromisseja. Lopulta me työryhmäläiset esiinnyimme joulujuhlissa, ilman asiakkaita. Jatkossa rajaisin alun perinkin teatterin tekemisen yhteen yhteisöön tai sitten jatkaisin kaikkien yhteisöjen kanssa elokuvasuunnitelman parissa. Kenenkään ei tarvitse antaa liikaa itsestään, mutta kuitenkin kaikkien panoksella on tärkeä vaikutus.

Päiväkirja syksy 2013 / Teatterityöpaja

25.10. klo 11.32

Fiiliksiä edellisestä "Elämän tarkoitus"- pajasta. Jännitti tosi paljon mennä aamulla. Ei ne ihmiset, heistähän on tullut jo tuttuja, vaan se, miten toiminta lähtee käyntiin. Tarkoituksena on tehdä teatteriesitys. Saadaanko luotua positiivinen ilmapiiri? Lähtevätkö ihmiset mukaan harjoitteisiin? Osallistuin ykköskerroksen yhteisökokoukseen. Jengi ei oikein jaksanut keskittyä asioihin, kokous oli kaoottinen ja haastava. Taina käytti monta puheenvuoroa ja kutsui porukkaa keilaamaan, teatteripajoihin yms. Yksi yhteisön naisista käytti paljon tilaa: hän on aktiivinen osa yhteisöä. Erittäin hieno juttu. Silti yhteisössä porukka turhautui ja alkoi vastustaa naisen puhumista. Tunteet leviävät yhteisössä nopeasti, aallon lailla. Asiakkaiden puheenvuoroihin oli vaikeaa päästä sisään; kaikki olivat tunnetiloissa ja vastahankaisia. Tunnelma oli kaoottinen koko ajan. Tainan ja mun puheenvuoroja kuunneltiin siitä huolimatta herpaantumatta.

Kukaan ei innostunut lähtemään teatterityöpajaan. Olin kirjoittanut valmiiksi kohtauksia. Lisäksi mukana oli pino edellisen viikon pohjalta improideoita. Suunnitelmista piti luopua, kun kukaan ei lähtenyt messiin.

Päätettiin lähteä palvelukeskukseen. Puhuin erästä asiakasta pitkään ympäri ja lopulta se "vähän osallistui" pajaan. Yksi nuori mies istui tekemässä toimeentulotuen hakemusta pylvään takana. Se ei halunnut tulla mukaan svish bäm poingiin, mutta huuteli pylvään takaa kommentteja meidän kahvikutsuille. Oli hauskaa, miten iloiset fiilikset alkoivat tarttua. Suurin osa porukasta hävisi tv-huoneesta, kun me iskettiin sisään ja ruvettiin tekemään harjoitteita.

Osa asiakkaista tuli myöhemmin takaisin. Pelailtiin puoli tuntia: läpsyä viidestä kymmeneen minuuttiin, sitten improvisoitiin kahvikutsuja. Aino (ohjaaja) toi kuvia joista jokainen valitsi omansa ja kertoi siihen liittyen fiiliksistään. Haastateltiin jengiä ja pyydettiin niitä mukaan seuraavalla viikolla. Asiakkaat kiittelivät iloisesta otteesta.

Kyselin asiakkaalta, miltä oli tuntunut Anja Snellman kirjoitettua hänen tarinansa ylös, miltä tuntui kuunnella sitä. Se oli ollut kurjaa, kipeitä kokemuksia, joita ei haluaisi kohdata. Toinen asiakas oli samoilla linjoilla, että ei haluaisi kertoa omasta elämästään, omista epäonnistumisistaan mitään.

Pohdin Heikin kanssa erilaista lähestymistapaa. Haastattelisimme asiakasta, minä kirjoitan improna sen ylös ja Heikki näyttelee sen katsojalle itselleen. Tässä olisi henkilökohtaisuutta ja intiimiyttä. Mielestäni tämä on ehdottomasti kokeilemisen arvoinen idea. Tehtäisiin runo, runokokoelma, jotain tällaista. Päiväkirja fiiliksistä. Voisihan ne olla dialogejakin. Kannettava printteri olisi hyvä.

Osastonhoitaja totesi että paja oli succes, kun harjoituksen jälkeen huoneessa oli erilainen ilmapiiri ja jengi keskittyi. On parempi täryyttää se keskelle heidän olohuonettaan kuin viedä työpaja sivussa olevaan tietokonehuokkaan. Koen tosi suurta lämpöä niitä ihmisiä kohtaan, tuli sellainen fiilis että ei kuntouttava, ei koho, vaan palvelukeskus on se minne pitää mennä. Halasin asiakasta pajan jälkeen. Se oli valtavan voimakas impulssi. Jäi hyvä mieli.

30.10. 14.27

Munkkisaaren työpaja. Oltiin Heikin kanssa kahdestaan vetämässä, saatiin vain yksi asiakas mukaan. Tehtiin paljon kohtauksia ja hyviä, kiinnostavia tilanteita. Ei juuri lämmittelyä, ruvettiin vaan saman tien tekemään. Olen henkikohtaisesti ilahtunut J:n mukaan tulemisesta, se on hyvä tyyppi ja uskon että pajasta voisi saada vaikka mitä hyvää.

Paljon hyviä tilanteita. Aika paljon tehtävissä pyöritään kahvilassa ja ruokapöydässä, siinä kun voi istua. Mielettämiä heittäytyjiä siellä on messissä, joten kunhan vaan saa luottamusta rakennettua, niin saadaan varmasti paljon aikaan.

8.11. klo 9.52.

Keskiviikkona paja oli huikea suksee. Mukana oli melkein pelkästään uusia asiakkaita. Tosi hyvä! Tehtiin pallolla fiiliskierrosta alussa, kyselin että milloin on viimeksi käynyt teatterissa ja

mitä leffoja viimeksi nähty, jotta tiedän suunnilleen missä maailmassa elellään. Tosi paljon asiakkaat katsovat väkivaltaleffoja, ollaan kiinnostuneita zombeista. Ykkösessä eräs asiakas istui pelaamassa tietokoneella roolipeliä, tai itse asiassa katsoi sen tunnin mittaista traileria ja kertoi, että pelin pelaaminen läpi kestää ainakin 2000 tuntia. Siinä hahmo on alussa kuollut ja toisia tappamalla saa lisää "sieluja". Sadalla sielulla pääsee takaisin elävien kirjoihin. Tästä tekee mieli tehdä tulkintoja, mutta pitäydyn, mutta on kiehtovaa että liikutaan tällaisessa maastossa.

Palvelukeskuksessa muuten pauhaa aina joku käsittämätön nonstop-toiminta-action-super-dyper-ammuskelu-oujea-telkkariohjelma. Usein ykkösessäkin. Äänet ovat täysillä, kun asiakkaat istuvat hiljaa torkkuen tai passiivisina sen edessä. Se kontrasti ei voisi olla isompi: rohkeutta vaativia aseellisia sankaritehtäviä ja uneliaat katselijat. Silti ohjelmaa katsotaan tosi tarkasti: niinä kertoina kun televisio on sammutettu ja yrittää saada kontaktia, tosi moni karkaa. Vain muutaman saa revittyä irti television taikapiiristä. Mä koen usein itseni tunkeilijaksi. Vaikka tiedän, että pitää vaan työntää itsensä sen reunan ylitse ja yrittää saada ihminen puhumaan, välillä on todella haastavaa tehdä niin. Ei haluaisi häiritä tai olla ylipirteä, tyrkky teatteritäti. Haluaisi kohdata vertaisena, toki olla sillä tavalla hyväntuulinen, että olisi helposti lähestyttävä. Toisaalta kun tietää, miten tärkeää energian ja ilon tuominen on, niin pitää vaan heittäytyä kontaktiin. En silti kiistä: olen edelleen välillä aivan ymmälläni siitä, mikä olisi paras tapa. Toisinaan reipas tervehdys saa niin ärtyneen vastineen, että ei voi kuin ihmetellä, missä mennään.

Meillä oli porukka koossa ykköskerroksesta, olin tosi iloinen että P lähti mukaan. Olen syksyn mittaan käyttänyt paljon aikaa hänen kanssaan keskustelemiseen. Tuntui hienolta, että hän vihdoinkin lähti mukaan. Vaikka häntä väsytti ja ärsytti, hän kuitenkin oli mukana.

Lämmiteltiin pallon heittelyllä. Tunnelma oli tosi valoisa ja innostunut: saatiin hyvin porukka mukaan. Tällaiset reagointia ja kontaktia vaativat pelit on kyllä helvetin hyviä, ne toimivat aina. Ne madaltaa estoja, Tätä tehtiin noin vartti, erilaisin variaatioin, ja tunnelma oli iloinen ja odottava. Tämän pelin jälkeen oli jo mahtava odotus ilmassa ekasta improkohtauksesta, siitä että "milloin päästään näyttelemään" mutta joku pyysi päästä tupakalle. Tauon aikana tunnelma vähän lässähti ja osa porukkaa lähti. Mutta oli vaikea saada energiaa enää kohoamaan taukoa edeltävälle tasolle. Olin lukenut mukaan ottamistani impro-aiheista vasta ekan sanan, ja innostunut siitä, mutta en muistanut että impron kokonaisaihe oli niin jäätävä.



Eksa ja nyksä taksitolpalla, syntyy tappelu... Huhhuh. Onneksi kohtaous jotenkin onnahdellen lähti liikkeelle ja henkilökunnan loistava heittäytyminen pelasti seuraavan variaation.

Porukka lähtee aika hyvin juttuihin mukaan. Tuntuu, että kuvittelemiseen lähdetään helposti mukaan. Joka kerran kohtauksiin on tullut sellainen tunne, että me todella olemme jossain tilanteessa kollektiivisesti. Välillä on tietysti enemmän vastustusta.

Tehtiin puolitoista tuntia aika täyttä höökiä. Osa porukasta lähti ihan eri sykkeellä kohtaukseen mukaan. Pitää vastaisuudessa viedä sinne jotain syötävää mukana, sämpylöitä tai jotain... Olin syöttämässä tilannetta improon ja yritin pyytää toisia näyttelemään, kun sohvalle istuvat P ja L sanoivat että ovat liian väsyneitä tekemään mitään. P aloitti, silmät kiinni, ja L sanoi että toden totta, häntäkin väsyttää. Että hänen on täytynyt tilata lääkäri jo viikkokausia, mutta ei ole ehtinyt. Kierukka pitäisi poistaa. "No eihän siinä, sun pitää vaan pyöriä toiseen suuntaan niin se irtoaa" sanoi P. Seurasi järkyttävän hauska dialogi heidän välillään. Se oli spontaani ja arvaamaton. Näille pitää älytä antaa tilaa. Asiakkaat tuntuvat näin nauttivan huomiosta, vaikka se ei ollutkaan "ohjattu ja vedetty kohtaous".

Huomaan edelleen tiettyä jännittyneisyyttä vetämisessä. Oli mahtavaa, että saatiin mukaan porukkaa palvelukeskuksesta, mutta mua rupesi stressaamaan ykkösen kyllästymisen, kun olimme jo aika kauan keskusteltu valmiiksi ennen kuin kolmosen porukka tuli paikalle. Tuntui

tärkeältä saada heidät puhumaan, mutta kuitenkin pidettyä homma jouhevana ja eteenpäin menevänä.

19.11. klo 12.55.

Viime viikolla munkkisaassa kukaan ei halunnut osallistua pajaan. Kutsutuista kukaan ei tullut paikalle. Passautettiin toiminta käyntiin tv:n katselusohvilla. Osa porukkaa hävisi, mutta kaksi jäi, aktiivisia nuoria miehiä ykkösestä. Eivät olleet ennen olleet mukana. Mukaan tuli myös yksi hoitaja ja opiskelija. Keskusteltiin lapsuuden sankareista ja haettiin positiivisia tunnelmia niistä. Olin itse aika ennakkoluuloinen tehtävän suhteen, mikä osoittautui vääräksi. Epäilin että tää olisi samalla tavalla satuttava harjoitus kuin juhlat*. "En mä oo ikinä ollut missään juhlassa". Mutta päinvastoin, ihmiset innostuivat siitä. Puhuivat avoimesti. Huomasin että mulla oli joku energiajuttu oman lapsuuden sankarin ympärillä, sellainen nolous tai joku.

**) Olen joskus teettänyt Juhlat-aiheisia harjoitteita päihteidenkäyttäjille ja mielenterveyskuntoutujille niin, että on esim. yritetty kuvitella parhaat mahdolliset bileet, haaveilla esiin kaikkein suurin kuviteltavissa oleva hauska. Mutta joissain yhteisöissä se on ollutkin tuskan ja ahdistuksen aihe: juhliin on eskaloitunut monen ihmisen ulkopuolisuuden kokemuksia. Se on myös muistuttanut kipeästi luokkaeroista. Tunnelma on näissä tilanteissa lässähtänyt täysin. Usein tähän on liittynyt myös ryhmädynaamisia ongelmia eli kasvojen menettämiseen liittyvä problematiikka on ollut koholla. Juhlat onkin vakiintuneen ryhmän aihe.*

Epäilen että harjoituksia voisi hyvin tehdä ykkösen aulassa. Se saattaisi innostaa muitakin asiakkaita mukaan. Tämä kerta oli tosi hyvä keskustelutuokio. Päivän päätteeksi toinen kundi sanoi, että hänellä ei ole moneen kuukauteen ollut näin hyvä fiilis, että ei ole ollut näin iloinen pitkään aikaan.

Ihmiset kaipaavat keskustelua, seuraa ja juttuja jonkun muunkin asian, kuin oman diagnoosin tai elämäntilanteen ympärillä. Toisen ihmisen kanssa haaveilu on ihan eri homma kuin jos yksin yrittää pinnistää eteenpäin. Lisäksi tuntuu, että asiakkaat eivät ehkä kehtaakaan tuoda julki niitä omia pieniä haaveitaan. Kauheasti energiaa menee kovan jätjän tai mimmin esittämiseen. Se tuntuu surulliselta.

Lopussa tehtiin harjoitus, jossa jokainen sai sanoa mitä toivoo tähän päivään ja muut toteuttaa. Toivottiin huumoria, me kerrottiin vitsejä. Toivottiin valoa, me avattiin kaihtimia.

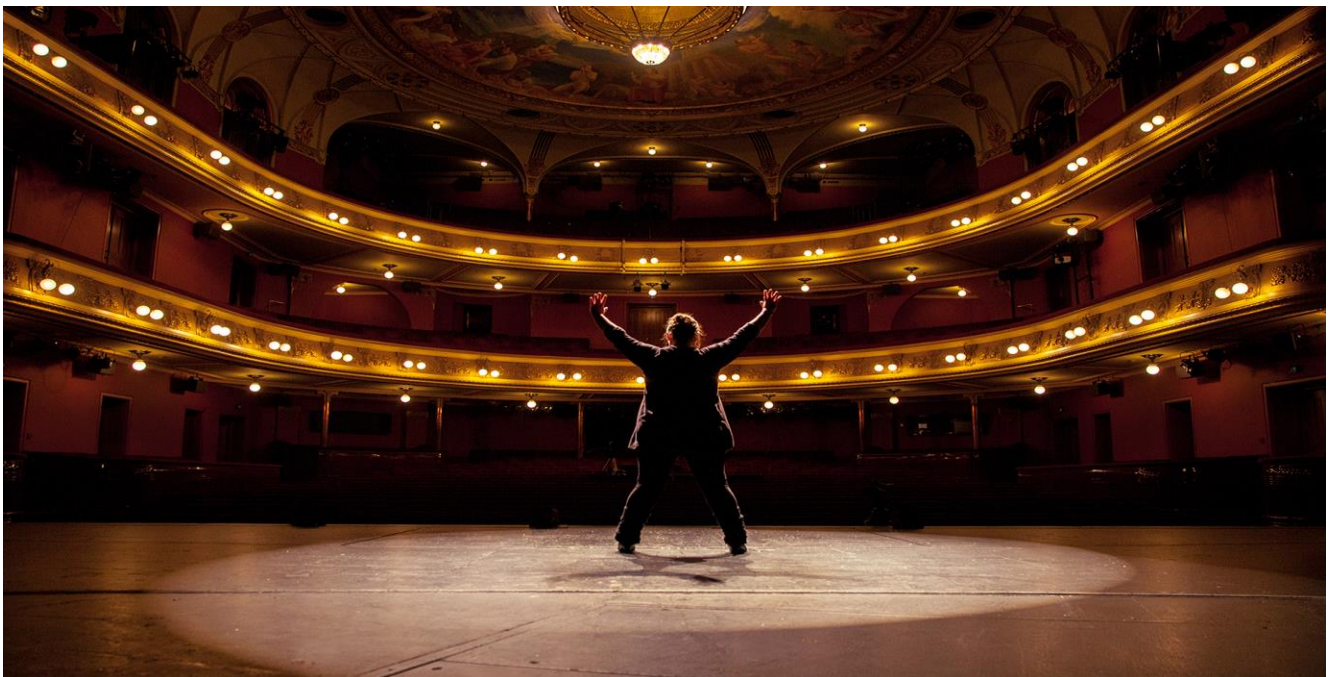
Toivottiin omaa aikaa, me istuttiin hetki hiljaa. Toivottiin mielenrauhaa, me kehuttiin henkilöä. Muhun hän oli tehnyt suuren vaikutuksen päättäväisyydellään, suoruudellaan ja oikeudenmukaisuudellaan. Hän hämmentyi kovasti saadessaan positiivista palautetta itsestään. Yksi kaipasi liikettä, me salsattiin hetki ja lämmiteltiin hartioita. Hienoja hetkiä.

Huomista varten voisi puhua hetkistä, jolloin saavat luistimet jalkaansa kesän jälkeen tai lenkkarit talven jälkeen. Pienistä onnen hetkistä tai sitten voisi pyytää kaikkia kuvailemaan kotimatkaansa, jotain yksityiskohtaa siitä. Tehdään kohtausta johonkin matkan varrelle.

Juttelin aamulla M:n kanssa. Sitä ei ollut näkynyt pariin viikkoon, kysyin missä se on ollut. Se sanoi että sen paras kaveri oli kuollut perjantaina, joku hoidossa käyvä. Kolme mukana ollutta oli joutunut sairaalaan. Hän oli ahdistunut ja surullinen ystävänsä puolesta. Mun on vaikea tajuta miten paljon jengiä kuolee: koko syksy on ollut yhtä suru-uutisten sarjaa.

5.12. klo 10.24.

Eilen oli jotenkin masentava päivä Munkkisaarella. Muhun vaikutti voimakkaasti yhteisön tunnelmat, enkä huomannutkaan, miten nopeasti ja huomaamatta ne hiipivät ihon alle. Olen aina tarkkaavaisen kuuntelun tilassa keskuksessa ollessani, nyt tapahtui jotain ennakoimatonta. Liittyi varmaan viime viikon laukaisemaan turhautumisen tunteeseen ja ihmisten väsymykseen, siihen miten yhteisössä mylläsi toivottomuus ja horisontittomuus. Tällä hetkellä olen näemmä itse vähän herkkänä sille tunteelle.



Helmi - yksi äiti muiden joukossa - näytelmäprojekti:

Toteutimme yhteistyössä Suomen Kansallisteatterin kiertuenäyttämön kanssa näytelmän *"Helmi -yksi äiti muiden joukossa"*. Näytelmän aiheena on särkynyt äitiys, äitien päihteenkäyttö. Valmis esitys sai ensi-iltansa Haittoja vähentävässä korvaushoidossa 5.12.2013 klo:17.00. Lisäksi näytelmä nähtiin neljässä muussa Päihde- ja mielenterveystyön yksikössä. Esitys vietiin kiertueelle myös viiteen muuhun Diakoniatoimen yksikköön, sekä ympäri Suomea.

Helmi -työpajat toteutettiin Korvaushoitoyksikössä, Palvelukeskuksessa, Perheen yhdistetyn hoidon yksikkö Pyyssä sekä Päiväkeskus Stoorissa ja Sallissa ajalla 5.11.-12.12.2013. Pajoja oli kussakin yksikössä yhteensä kuusi kertaa, tunnin kerrallaan. Työpajoja veti teatteri-ilmaisun ohjaaja Kati Siren. Valokuvaajana toimi Kirsikka Heiskari, joka opiskeli audiovisuaalista viestintää ja valmistui media-assistentiksi keväällä 2014. Helmityöpajaan osallistui yhteensä 26 naisasiakasta ja toistakymmentä henkilökunnan jäsentä.

Työpajojen tavoitteena oli luoda turvallinen ja luova ympäristö kohtaamiselle, vuorovaikutukselle ja omaan elämään liittyvien kysymysten tarkastelulle. Taide toimi työskentelyssä apuvälineenä ja näkökulmien avaajana. Sisällöllisenä päämääränä oli antaa ääni ja kuulluksi tulemisen kanava naisten elämäntarinoille. Työpajoissa työskenneltiin muun muassa seuraavien aiheiden parissa: elämäni tärkeät asiat, sosiaaliset roolit ja taidot, vuorovaikutus, naisena olemisen kokemukset, omat voiman lähteet ja voiman viejät, tunneilmaisu sekä unelmat. Työtapoina käytettiin esimerkiksi, draamaprosessit, kuva ja esinetyöskentelyt, kirjoittaminen sekä improvisaatiomenetelmät. Tehtäviä suoritettiin niin ryhmä-, pari- kuin yksilötöinä.

Helmi –valokuvapaja - ja näyttely

Toteutimme yhteistyössä Suomen Kansallisteatterin kanssa myös valokuvanäyttelyn, joka perustui Helmi -työpajan osallistujien ajatuksiin omasta elämästään. Taiteellisena lähtökohtana oli avata naisten näkökulmia arkeen ja nostaa esiin heille tärkeitä ja merkityksellisiä asioita. Kuvien sisällöllisenä ideana on välittää naisten ajatuksia, ei ensisijaisesti kuvata naisia itseään, vaikka he olisivatkin osana kuvaa. Tavoitteena oli jakaa

katsojalle ymmärrystä naisasiakkaiden arvoista, arvostuksista ja arjen merkityksellisistä asioista. Tätä kautta voi olla mahdollista madaltaa katsojan ennakkoluuloja päihteidenkäyttäjiä kohtaan. Katsojiksi tavoiteltiin vertaisryhmää ja ihan tavallisia ihmisiä. Kuvien suunnittelusta ja ohjaamisesta yhdessä kuvattavan kanssa vastasi Kati Siren ja valokuvaajana toimi Kirsikka Heiskari. Valokuvapajaan osallistui 19 asiakasta ja työntekijää.

Näyttelyn avajaiset olivat 6.3.2014 Galleria Onnistuksessa, Kulosaarella. Näyttely oli avoinna maaliskuun. Huhtikuussa se siirtyi Helsingin Diakonissalaitoksen säätiön Alppikadun kahvilan näyttelytiloihin ja toukokuussa Munkkisaarenkatu 16 Haittoja vähentävän korvaushoidon näyttelytilaan. Valokuvat olivat sekä asiakkaiden, työntekijöiden, että ympäröivän asuinalueen asukkaiden nähtävillä katutason ikkunoissa. Materiaalista koostetaan lisäksi internettiin virtuaalinen valokuvanäyttely.



- Älä vittu tuu tänne...! Ai se oot sä.
- Joo. Läheksä naisten työpajaan?
- Tulitsä hakeen mua?
- Tulin, koska mä haluan että sä tuut mukaan.
- Mua vituttaa ja mä oon väsynyt.

- *Ei se haittaa että sua vittuaa. Ei pajassa tartte olla hyvällä tuulella.*

- *Siis tulitsä varta vasten hakeen mua?*

- *Joo, koska mä haluun että sä oot siellä.*

- *No... okei.. voin mä tulla.*

Helmi-taidetyöpajat olivat osa Suomen Kansallisteatterin ja Helsingin Diakonissalaitoksen Made in HDL-hankkeen yhteistyötä. Hanke oli kaksiosainen.

1. Helmi-yksi äiti muiden joukossa on dramaturgi Pipsa Longan käsikirjoittama näytelmä, joka kertoo päihdeäitiydestä. Näytelmän taustamateriaalina käytettiin Helsingin Diakonissalaitoksen päihdeyksiköissä toteutettuja asiakashaastatteluja. Esitys oli kiertuemuotoinen ja se toteutettiin loppuvuodesta 2013 ja alkuvuodesta 2014 päihdeyksiköissä pääkaupunkiseudulla ja muualla Suomessa. Näytelmän ohjasi teatteriohjaaja Saana Lavaste.

2. Helmi-hankkeen toinen osa toteutettiin taidetyöpajojen muodossa Helsingin Diakonissalaitoksen päihdeyksiköiden naisasiakkaille marras-joulukuussa 2014. Työpajojen tarkoituksena oli koota yhteen naisia pohtimaan elämää ja naisena olemiseen liittyviä merkityksiä ja kysymyksiä. Työtavat olivat toiminnallisia ja taidelähtöisiä. Ohjaajana toimi teatteri-ilmaisun ohjaaja Kati Sirén.

Työpajat toteutettiin neljässä eri päihdeyksikössä kerran viikossa, kuuden perättäisen viikon ajan aikavälillä 5.11.-12.12.2013. Yksiköihin tehtiin lisäksi tutustumiskäynnit kahteen kertaan, keväällä ja lokakuussa viikkoa ennen työpajojen alkua sekä toteutettiin kaksi erillistä purkukäyntiä tammi-helmikuussa kaikissa ryhmissä. Yksiköt olivat Palvelukeskus ja Kuntouttavan korvaushoidon yksikkö Munkkisaaressa, Perheen yhdistetyn hoidon yksikkö PYY Pitäjänmäessä sekä Päivätoimintakeskus Stoori Itäkeskuksessa. Kaikkiaan työpajoihin osallistui 26 naisasiakasta ja toistakymmentä päihdetyön ammattilaista.

Työpajojen tavoitteena oli luoda turvallinen ja luova ympäristö kohtaamiselle, vuorovaikutukselle ja omaan elämään liittyvien kysymysten tarkastelulle. Taide toimi työskentelyssä apuvälineenä ja näkökulmien avaajana. Sisällöllisenä

päämääränä oli antaa ääni ja kuulluksi tulemisen kanava naisten elämäntarinoille.

Työpajoissa työskenneltiin muun muassa seuraavien aiheiden parissa:

elämäni tärkeät asiat, sosiaaliset roolit ja taidot, vuorovaikutus, naisena olemisen kokemukset, omat voiman lähteet ja voiman viejät, tunneilmaisu, unelmat

Työtapoina käytettiin esimerkiksi seuraavia toiminnallisia menetelmiä:

draamaprosessit, kuva- ja esinetyöskentelyt, kirjoittaminen,

improvisaatiomenetelmät. Tehtäviä suoritettiin ryhmä-, pari- ja yksilötöinä.

Työpajojen jatkona syntyi valokuvanäyttely, Helmi sekin nimeltään. Työpajoissa esiin nousseista tarinoista valikoitiin jokaiselle naiselle idea omaksi kuvaksi ja kukin heistä valokuvattiin oman aiheensa äärellä eri puolella kaupunkia: kodeissa, meren rannalla, mökillä, kadulla, kirkossa, parkkihallissa sekä Kansallisteatterin päänäyttämöllä.

Valokuvaprosessissa oli mukana yhteensä 19 naista, joista neljä oli työntekijöitä.

Valokuvaus toteutettiin joulukuussa työpajaprosessin päätyttyä ja kunkin naisen kanssa erikseen sovittuna ajankohtana.



Sisällöllis-taiteellisena lähtökohtana kuvauksessa oli avata naisten näkökulmia omaan arkeen sekä heille tärkeitä ja merkityksellisiä asioita. Kuvan viestiä pyrittiin korostamaan kuvaamalla naiset anonyymeinä.

Valokuvanäyttelyn tavoitteena oli jakaa katsojalle ymmärrystä päihteidenkäyttäjän arvoista, arvostuksista ja arjen merkityksistä. Tätä kautta haluttiin madaltaa katsojan ennakkoluuloja ja pelkoja päihteidenkäyttäjiä kohtaan sekä lisätä kokemusta elämän samankaltaisuudesta. Tämän vuoksi kuvattavien naisten joukossa oli myös neljä päihdetyöntekijää eri yksiköistä. Idea työntekijöiden osallistumisesta kuvausprosessiin syntyi juuri asiakkailta. Asiakkailla on voimakas kokemus päihteidenkäyttäjäksi leimautumisesta ja näin he toivoivat katsojan huomion siirtyvän pois päihdeongelmasta kohti elämän voimanlähteitä.



Näyttelystä rakennettiin kiertävä. Ensimmäiset avajaiset järjestettiin Galleria Onnistuksessa Helsingin Kulosaareissa torstaina 6.3.2014. Toinen näyttelytila järjestyi Diakonissalaitoksen Auroratalosta, jossa näyttely avautui perjantaina 4.4.2014. Molemmissa tiloissa kuvat olivat esillä kuukauden ajan. Näyttelykuvat on jatkossa tarkoitus sijoittaa Munkkisaaren yksikön kadunvarsi-ikkunoille tuomaan ilmettä ja persoonallisuutta paikan julkisivuun.

Huomioita prosessista

Luottamus.

Työskentelyn lähtökohtana oli tarjota naisille tilaisuus käsitellä vertaisryhmän kanssa omaan elämään liittyviä kysymyksiä taiteen keinoin. Näkökulmana oli toivon ja elämänvoiman tutkiminen, ei päihde- tai ongelmalähtöinen prosessointi. Pedagogisena tausta-ajatuksena oli, että elämän kipupisteet nousevat esiin työskentelyn lomassa mikäli niille on tarvetta. Tämä oletamus osoittautui paikkansapitäväksi. Mitä turvallisimmaksi ryhmässä oleminen kehittyi, sitä henkilökohtaisemmat aiheet ja tarinat nousivat vuorovaikutuksen sisällöksi, vaikka käsiteltävänä teemana olisi ollut esimerkiksi ”Voiman lähteet elämässä”. Ilo ja keveys olivat leimallisia tunnelmia työpajoissa käsiteltävistä teemoista ja spontaanisti nousseista tarinoista riippumatta.

Naiset kertoivat, että luottamukselliset ihmissuhteet ovat heidän todellisuudessaan hyvin harvinaisia tai niitä ei ole lainkaan. Arkea säätelee sosiaalisiin tilanteisiin liittyvä pelko ja sen kontrolli. Työpajaryhmissä syntynyt luottamus rohkaisi naisia jakamaan ja kohtaamaan toisiaan avoimesti. Luottamuksen rakentamista tuettiin suuntaamalla työskentelyn huomio muualle kuin päihdeongelmaan ja antamalla tasavertainen tila kaikenlaisille tarinoille ja ilmaisuille. Eräs vanhempi asiakas kertoi lopuksi, ettei tavallisesti ”kestä mitään kanalaumojia”, mutta Helmi-ryhmässä hän oli viihtynyt juuri luottamuksellisen ilmapiirin vuoksi.

Sitoutuminen.

Osa naisiasiakkaista osallistui työpajaan vain kerran tai kaksi, mutta jopa parikymmentä naista sitoutui ryhmien työskentelyyn aktiivisesti. Luottamuksen kehittyminen ja tasavertaisuuden kokemus ovat tekijöitä, jotka vahvistivat ryhmään sitoutumista. ”En yleensä pysty keskittymään mihinkään, mut tää tunti meni tosi nopeasti. Tavallisesti jos olisi ollu joku tämmöinen ryhmä, mä olisin lähtenyt varmaan kymmenen kertaa ulos täältä

tai röökille, mut tää oli kiinnostavaa,” kommentoi eräs kaikkiin työpajoihin osallistunut asiakas Munkkisaarella.

Sitoutumiseen vaikutti moni muukin tekijä. Munkkisaaren yksikössä useat työntekijät olivat mukana työskentelyssä heittäytyen asiakkaiden rinnalla tehtäviin ja jakaen oman elämänsä tarinoita. Ammattilaisten aktiivisuudella oli varmasti vaikutusta asiakkaiden motivointiin.

Perheen yhdistetyn hoidon yksikössä PYY:ssä taas Helmi-ryhmä oli osa viikon virallista ohjelmaa, joten kaikkien naisten tuli osallistua ryhmään. Velvoite tuotti tärkeitä ryhmäkokemuksia kaikille. Joillakin asiakkaista oli toisinaan voimakas vastustus työskentelyä kohtaan. Tämä johtui usein ulkopuolisista syistä, mutta tuli näkyväksi ryhmätilanteissa. Muissa, vapaaehtoisuuteen perustuvissa ryhmissä naiset olisivat vastaavassa tilanteessa jättäneet osallistumatta ryhmään, mutta PYY:ssä pääsimme käsittelemään ja purkamaan yhdessä vastustuksen tunnetta, sen alkuperää ja jakamaan siihen liittyviä kokemuksia. Kyseisessä yhteisössä naisten motivaatio työskentelyyn oli lähtökohtaisesti vahva heidän kuntoutumisprosessistaan johtuen.



Itäkeskuksen Stoorissa naisasiakkaiden määrä on hyvin pieni ja muutamat heistä ohjautuivat itsenäisesti ryhmään. Lisäksi työntekijöiden aktiivinen tiedotus ja viestittely auttoivat sitouttamisessa.

Kannustus ja tuki.

Osallistumista piti aika ajoin tukea määrätietoisesti ja aktiivisesti. Osallistuminen ryhmään saattoi olla pienestä kiinni, vaikuttamina saattoi olla kaverin mukaantulo, miesten kannustus tai vastustus tai vetäjän henkilökohtainen lähestyminen. Etenkin Munkkisaaren yksikössä naiset haettiin joka kerta aamulla erikseen työpajaan omista yksiköistään. Osa asiakkaista muisti hyvin ryhmän viikoittaiset tapaamiset, mutta osalla elämäntilanne oli niin haastava, että ennen jokaista tapaamista heidät oli erikseen houkuteltava paikalle. Huumorin varjolla sitkeäkin taivuttelu tuotti usein tulosta, joskin repliikki: ”Joo, tosi kiinnostavaa, mut nyt mulla on kiire. Mä tuun sit ens kerralla,” tuli myös tutuksi.

Raportin alussa oleva sitaatti kuvaa erästä tukemisen hetkeä, kun asiakas oli ahdistuksen vuoksi ilmaissut työntekijöille haluttomuutensa osallistua aamun ryhmään. Keskustelu käytiin tämän jälkeen taidetyöpajan vetäjän ja asiakkaan välillä tupakkakopissa. Taidetyöpajan vetäjällä on oma, päihdekontekstin ulkopuolelta tulevan ammattilaisen auktoriteetti, joka parhaimmillaan kiteytyy yllä olevaan dialogiin. Tämä on huomionarvoinen seikka, joka tukee ulkopuolisten, taideammattilaisten, mahdollisuutta olla rakentamassa asiakkaille elämänmyönteisiä kokemuksia päihdeyhteisössä. Parhaiten tämä toteutuu moniammatillisesti ja yhdessä päihdetyöntekijöiden kanssa, kuten Helmi-projektissa.

Osallistujien kokemuksia

Tarve naisten omalle kohtaamisryhmälle oli alusta asti kiistaton. Vaikka joillakin asiakkailla saattoi olla ennakoluuloja ryhmän toimintaa kohtaan, mukaan lähteneet naiset vaikuttivat tyytyväisiltä ja usein myös ilmaisivat sen ääneen.

Asiakkaiden palaute työskentelystä oli välitöntä ja tapahtui suoraan tilanteissa. Kiperien asioiden työstäminen oli naisten mielestä antoisaa kuten yhtälailla tarve purkavaan ja rentouttavaan nauruun improvisaatioiden kautta. Loppupalautteessa eräs stoorilainen kertoi oppineensa projektissa asioita itsestään, toinen asiakas kertoi alusta lähtien kokeneensa, että ”täällä hänen on helppo puhua avoimesti asioista ja tunteistaan”.

Työntekijöiltä kerättiin myös palautetta. Kuntouttavan korvaushoidon yksikön työntekijän koontia prosessin vaiheista: ”Kolmen aktiivisen naisemme kohdalla näimme selkeän hyödyn Helmi -ryhmästä. He tulivat mielellään ja iloisena mukaan ja välittivät saamaansa energisyyttä yhteisömmme. He olisivat mielellään jatkaneet ryhmässä, erityisesti pienen ryhmän intensiteetti oli hyvä. Merkityksellinen mielestäni oli erityisesti yhdessä kokeminen ja osallisuus teatteriryhmän toimintaan Helmi – näytelmässä (Helmi-näytelmän harjoitusesitys Munkkisaarella). Samoin valokuvausprojekti loi uuden näkökulman ja oli merkityksellinen naisille. Ryhmän lyhyet näytelmät ja tehtävät olivat työpajatilanteissa hyviä. Ryhmä lisäsi naisissamme yhteishenkeä ja antoi heille mahdollisuuden miettiä naiseutta erilaista rooleista käsin. Arkemme on usein klinikalla liiallisen päihdekeskeistä ja miesvaltaisesti arvottunutta.”

Perheen yhdistetyn hoidon henkilökunnan tuntumia työpajoista asiakkailta kuultuna: ”Ihanaa, tällaista lisää, erilaista, tuonut ajatuksia, rentoutta ja hyvää mieltä”. PYYn työntekijän kommentteja näyttelyn avajaisten jälkeen: ”Pyyn väki oli kovasti otettu ja tykkäsi tapahtumasta. Monelle se olikin ensikokemus vastaavasta. Kuvat olivat upeita!”

Ilmeisen positiivinen palaute työpajoista kertoo tarpeen ja toiminnan kohtaamisesta. Naisryhmien tarve päihdeyksiköissä on suuri, samoin tarve eri elämänalueisiin liittyvien asioiden pohdintaan ja jakamiseen vertaisryhmässä. Silta vuorovaikutukseen Helmi---projektissa rakentui lisäksi nostamalla esiin muita elämänarvoja ja kysymyksiä kuin päihdeongelmaan liittyviä.

Kokemuksia yhteistyöstä

Yhteistyö projektin eri osapuolten kanssa sujui kokonaisuudessaan mallikkaasti. Huomattavan tärkeä tekijä yhteistyön onnistumisessa oli paitsi virallisten tahojen (Diakonissalaitoksen ja Kansallisteatterin) panos projektille niin ennen kaikkea kunkin päihdeyksikön henkilökunnan sitoutuminen projektiin. Helmi-työpajat miellettiin yksiköiden viikoittaiseksi perustoiminnaksi, johon henkilökunta itse osallistui sekä aktivoi asiakkaita. Monen toimijatahon yhteistyö vaatii aina paljon. Tiedonkulku, päätöksenteko ja vastuu haastoivat tässäkin projektissa ajoittain, mutta nämä seikat eivät vaikuttaneet itse työskentelyyn asiakkaiden parissa.

Tanssi

Haittoja vähentävän korvaushoidon naisasiakkaille järjestettiin mahdollisuus tutustua tanssiryhmä Dolcen toimintaan. Naisten tanssiryhmän vetäjä Kati Raatikainen ohjasi asiakkaille tunnin, jossa tutustuttiin oman kehon hallintaan ja luovaan ilmaisuun tanssin keinoin

6. KIRJALLISUUS

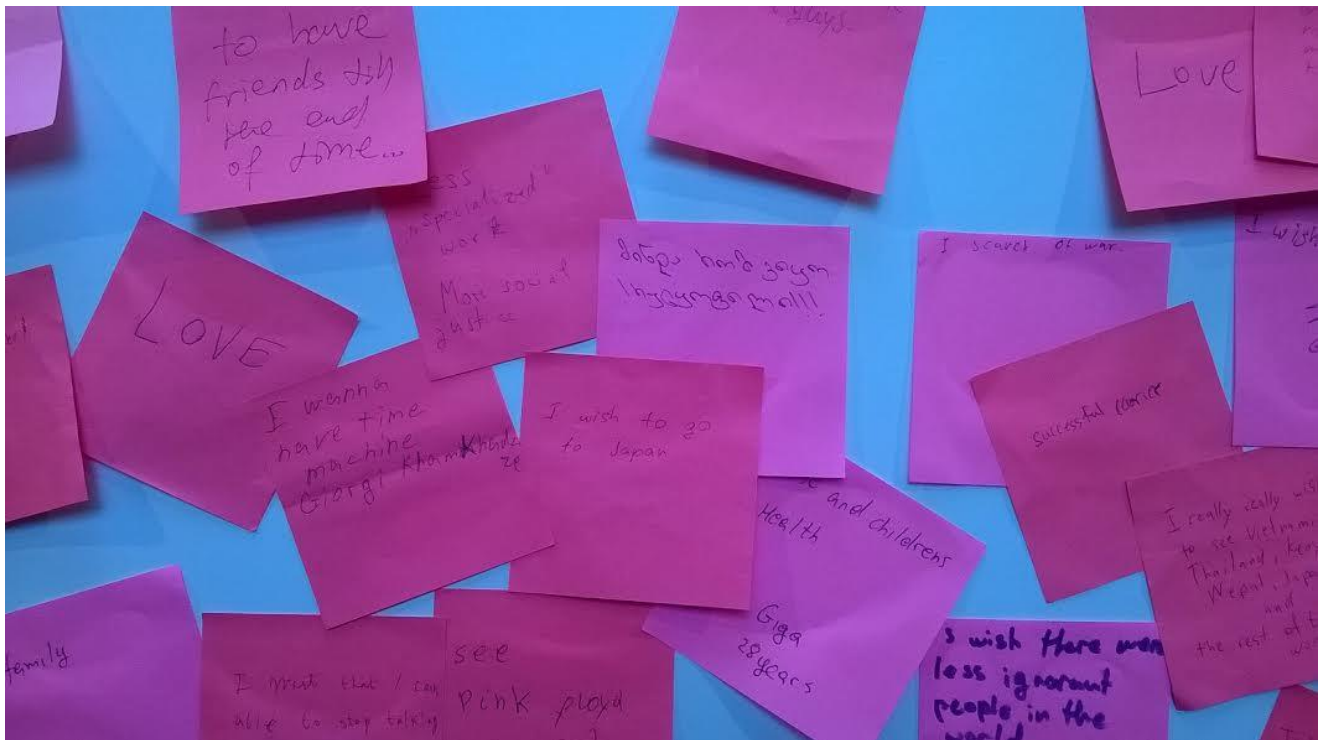
Lukupiiri

Kirjailija Anja Snellman kutsuttiin vetämään lukupiiriä Munkkisaareen kaksi kertaa viikossa syyskuun alusta 2013 toukokuun loppuun 2014. Lukupiiri oli suunnattu Haittoja vähentävän ja Kuntouttavan korvaushoidon, sekä Palvelukeskuksen asiakkaille. Siellä keskusteltiin ajankohtaisista asioista, kerrottiin ja merkittiin muistiin elämäntarinoita, kirjoitettiin runoja ja laulujen sanoituksia bändille, sekä vierailtiin Kirjamessuilla. Asiakkaat toivat myös omia kirjoituksiaan lukupiiriin. Piiriin osallistui sekä asiakkaita että henkilökunnan jäseniä. Seuraavassa on Anjan omia ajatuksia lukupiiristä.

Suomessa keskustellaan tällä hetkellä hyvinvointivaltion tulevaisuudesta. Samoin erilaisten hoitokotien ja asuntoloiden sijoittaminen naapurustoon on herättänyt kaupunkilaisissa huolta ja vastustusta: normeihin sopimattomat ihmiset halutaan pois silmistä. Heitä ei haluta nähdä eikä kuulla.

Munkkisaaren toimintakeskus Helsingissä on päihde- ja mielenterveyskuntoutujien katko- ja korvaushoitopaikka. Vallitsevat arvot ja hyvinvointiyhteiskunnan tila on siellä konkreettisesti näkyvillä. Se on eräs peili koko yhteiskuntaamme.

Televisiossa, medioissa, syrjäytyneet ja kvartaaleista pudonneet ovat usein uutisten taustakuvamateriaalia, sketsiohjelmien hahmoja ja joskus dokumenttien päähenkilöitä. Harvoin itse tuottajina, luovina, tekijöinä, subjekteina.



Muutamia vuosia sitten Tanskan Yle teki tv-sarjan, jossa ryhmä asunnottomia kokoontui lukupiiriin keskustelemaan yhdessä lukemastaan kirjasta ja lukukokemuksen kautta myös omasta elämästään.

Ohjelma esitettiin myös Yle Femillä nimellä Sundholmin lukupiiri. Ohjelmasarja teki minuun suuren vaikutuksen. Ensimmäinen idea siitä, että voisin toimia jossain vastaavanlaisessa instanssissa lukupiirin vetäjänä, syntyi ohjelmasarjan nähtyäni.

Haittoja vähentävässä korvaushoidossa ja Palvelukeskuksessa asiakkaat ovat osallistuneet jokaviikkoiseen, tunnin kerrallaan kestävään lukupiiriin suhteellisen aktiivisesti. Joskus ryhmässä on ollut kaksi, joskus kaksitoista.

Joskus olemme lukeneet kirjoja, joskus muistelleet hyviä kirjoja, joskus kirjoittaneet itse tarinoita ja laulunsanoja, runojakin.

Osa piiriläisten teksteistä on päätynyt sävellettäviksi ja tulevalle Sarana-orkesterin levyille.

Varsinkin Palvelukeskuksessa - jossa usein on hyvin levotonta ja heittoisaa, tai toisaalta uneliasta päiväsaikaan - olen kirjoittanut itse asiakkaiden tarinoita muistiin ja koonnut niistä sitten oman tekstikokoelman.

Kohossa olen tehnyt toisinaan vastaavaa, mutta asiakkaat ovat useimmiten halunneet puhua kirjoista ja kirjailijoista, muistelleet nuoruuttaan ja opiskeluaikaansa, jolloin tuli luettua enemmän.

Pitkä kirjailijanurani ja nyt myös psykoterapiakoulutukseni on tuonut oman näkökulmansa lukupiiriin vetämiseen Munkkisaassa. Keskustelu lähtee useimmiten liikkeelle kirjasta, mutta laajenee ketterästi käsittelemään päähenkilöiden elämäntarinoita ja kokemuksia. Olen myös kertonut omasta kirjailijantyöstäni, niin runouden kuin romaanien kirjoittamisesta. Lopultakin: kirjoittaminen, kirjallisuus ja terapia ovat yhtä ja samaa tärkeää asiaa: kuuntelemista, kuulluksi tulemistä, maailman avaamista sanojen ja tarinoiden kautta.

Elämässä eri tavoin siipeensä saaneet piiriläiset ovat ryhtyneet analysoimaan käsiteltävää kirjaa niin koruttomasti, kiitollisina ja antautuen, että tuon tuosta tekee mieli huutaa: kas tässä teille se tärkein syy, miksi kirjallisuus ei saa hävitä. Me tarvitsemme kirjoja, että jaksaisimme elää.

Lukupiiriin vetäminen on toisinsanoin vaatinut asiakkaisiin tutustumista, heidän luottamuksensa saavuttamista ja joustavuutta. Asiat eivät useimmiten etene suunnitelmien mukaan. Improvisointia tarvitaan usein.

7. VALOISA HUONE

Leffatyöpaja

Keväällä 2014 American Beauty- teatterityöpaja jatkui ”Leffatyöpajana”, jossa työstettiin sekä lyhytelokuva että kolmesta asiakkaasta henkilökuvat. Pajaa vetivät dramaturgi Taija Helminen ja näyttelijä Heikki Häkkä. Henkilökuvin kuvattiin asiakkaan mielimaisemia ympäri kaupunkia ja asiakkaan samalla kertoessa niistä filmin taustalla. Lyhytelokuva kertoi nuoren naisen suhteesta isään. Lyhytelokuvan olivat käsikirjoittaneet pajan vetäjät yhteistyössä asiakkaiden kanssa, jotka näyttelivät siinä. Työpaja kokoontui keväällä 2014 yhteensä kymmenen kertaa.

Valokuvaus

Meille kameraan tarttuminen on jokapäiväistä, kun se on koko ajan taskussa ja useimmiten puhelimessa. Kun kännykkä, ja kamera, unohtuu kotiin, se on epämukavaa. Jos joku

soittaa, enkä ole vastaamassa. Jos tapahtuu jotain erikoista, enkä saa siitä kuvaa itselleni. Kuva todentaa todellisuuden, mutta se on valokuvaajan näkökulma siihen. Tarkkaan harkittu tai kiireessä napattu. Valokuvaamisesta on arkipäiväistymisen myötä kadonnut jokin taika, joka sillä oli vielä kymmenen ehkä kaksikymmentä vuotta sitten. Digitalisointi on mullistanut valokuvauksen helpoksi ja se on lähes kaikkien ulottuvilla. Piirongin päällä olevat kuvat ovat nyt lähes jokaisen taskussa tai käsilaukussa. Paperikuvien aika ei kuitenkaan ole vielä ohitse. Auringon haalistama mustavalkokuva on muuntunut seepiasävyiseksi kuvaksi, tallenteeksi, ihmisistä joita ei enää ole. Valokuva tallentaa kuolleet, tehden heistä katsomisen hetkeksi uudelleen eläviä.

Itsessään valokuva voi olla kolmenlaisen toiminnan, tunteen tai aikomuksen kohteena: tehdä, olla kohteena, katsoa. Yhteiskunta on kesyttänyt valokuvan. Se on nyt taidetta ja samaan aikaan se on yleistynyt, arkipäiväistynyt. Valokuva harvoin enää erottuu muista valokuvista. Näemme päivä päivältä yhä enemmän valokuvia yhtäikaa ympäri maailmaa ja siitä kun kävin tänään syömässä pastaa. Tomaatit olivat söpösti lautasen reunalla, naps ja jaoin kuvan Facebookissa, Instagramissa ja Twitterissa.

Katsomme yhdessä asiakkaiden ottamia luontovalokuvia internetistä, kamerannäytöltä ja kännykkäkameralta. Kuvista muistikuviin ja tarinoihin, kuunneltuihin ja itse kerrottuihin. Kuvia, lapsuudesta ja vanhemmista, omista lapsista, isänä ja äitinä olemisesta tai niiden puutteesta, kavereista isovanhempiin. Minä olen tässä isän kanssa onkimassa kuusi vuotta vanhana. Tuo merikotka lensi meidän kesämökin yli Bromarvikissa. Olen tässä isosiskon kanssa jonottamassa Linnanmäen Vekkulaan, äiti ja isä olivat silloin vielä yhdessä. Meillä oli silloin punainen Kupla, jossa oli penkit ruskeaa keinonahkaa. Olin monta kesää joko yksin kesäsiirtolassa Perniössä tai siskon ja pikkuveljen kanssa isomamman luona Mikkelissä. Mustikkapiirakka. Hain maitoa isosiskon kanssa naapurista isolla kannulla. Metsän läpi käveleminen pelotti joskus, kun tuuli humisi mäntyjen latvoissa.

Identiteetti työpaja

Oman identiteetin vahvistamista tukevaa työpajaa veti vapaaehtoistyönä sosionomi Alex McKie. Hänen työparinaan toimi vapaaehtoistyönkoordinaattori Annina Hirvonen Kuntouttavassa korvaushoidossa ja päiväkeskus Stoorissa ja Sallissa myös Taina Hirvonen ja Reijo Koskinen. Työpaja toteutettiin myös Kidutettujen kuntoutuskeskuksessa, siellä

pajaa veti yhdessä Alex McKien kanssa psykoterapeutti Annele Lindeqvist sekä Reijo Koskinen ja Taina Hirvonen. Paja toteutettiin yksiköstä riippuen kolmena tai neljänä tapaamiskerran sarjana. Pajassa pohdittiin ja keskusteltiin aiheesta: ”Mistä olen tullut, minne olen menossa sekä unelmani ja toiveeni? Työpajat sisälsivät piirtämistä, improvisointia, voimaannuttavaa valokuvausta sekä erilaisia identiteettiharjoituksia.



Identiteetti workshop Erityispalvelukeskus Stoori & Sallissa. Ensimmäisellä tapaamiskerralla Kastelholmankadun nuhjuisen liikekeskuksen Stoorin yhteisön tilassa sovimme yhteisistä vapauksista eli FREEDOMS ryhmään osallistuvien henkilöiden kanssa. Alex McKie antaa paksun permanent-tussin piirtää paperille meille kaikille tuttuja kirjaimia. Kielivapaus. Vapaus puhua keskeyttämättä. Vapaus ilmaista itseään vapaasti. Vapaus olla rehellinen. Vapaus olla tasa-arvoinen. Vapaus ilmaista itseään ilman pelkoa ja seurauksia. Valinnan vapaus puhua tai olla puhumatta ja olla hiljaa ja kuunnella. Vapaus olla oma itsensä. Vapaus olla empaattinen. Vapaus olla väärässä. Vapaus olla eri mieltä ja mielipiteen vapaus. Vapaus olla poliittisesti ja uskonnollisesti vapaa. Kun olemme kaikki samaa mieltä vapauksista, tuntuu turvalliselta olla vielä vieraassa ryhmässä. Stoorin puolelta kantautuu aika ajoin päihtynyttä komentosanaa, mutta meillä on vapaus ilmaista itseään ilman pelko ja seurauksia.

Kidutettujen kuntoutuskeskuksessa iltapäivällä viisi keski-ikäistä kurdimestä kolmesta eri maasta, sekä heitä ohjaavat Alex, Annele, Taina ja minä heitämme pientä palloa toinen toisillemme. Kerro nimesi, kun saat pallon. Toisella kerralla, kerro mitä sinulle kuuluu. Kolmannella kerralla, jne. Viiden kierroksen jälkeen levittäydymme isojen paperien äärelle Kitun neuvotteluhuoneeseen. Alex kertoo päivän tehtävästä: ”Jokainen hahmottelee paperille miten haluan että minut kuvataan?”

Mador piirtää vuoret, Afganistanin lipun ja kaksi torsoa. Torsot ovat Buddha patsaita, jotka Talebanit räjäyttivät. Mador sanoo hämmästellessään: ”Viisituhatta vuotta tuhaksi, erämaan hiekaksi. Kaikki pois.” Mietitään yhdessä miten kuvataan, miten lähestytään Afganistania, vuoristoa, Google-kuvahaku, josta heijastetaan videotykin kautta Madorin kotimaan vuoristoa, jonka etualalla hän seisoo, naps, otan useampia valokuvia - toinen haluaa tulla kuvatuksi lääkärin työhuoneessa, jossa on paljon kasveja. Mies kertoo kasvaneensa isoisänsä hoivissa, joka kasvatti erivärisiä tomaatteja, kurkkuja ja auringonkukkia. Jos hän ei olisi joutunut lähtemään pois omasta maastaan, hän olisi nyt puutarhuri ja opettaisi omille lapsilleen puutarhanhoitoa. Nyt hänellä ei ole mitään, naps, otan useampia kuvia. Alex pyytää minua antamaan kameran puutarhurille, joka ottaa tottuneesti valokuvia Madorista, Alexista ja minusta puutarhassa. Punaisia kukkia ja valkoisia isoja perhosia, kuivan kuumien auringon alla, naps. Meihin syntyy eloa, silmiin valoa, tunnelma on lämmin, jaettu, arvokas ja toinen toistaan kunnioittava. Olemme miltei samanikäisiä ihmisiä, erilaisin taustoin. Nyt hetken jaamme tämän tilan ja ajan toinen toisillemme. Jotain on annettu itsestä, olen afganistanilainen samalla suomalainen, olen ihminen, naps. Seuraavalla tapaamiskerralla syömmme hyvin samalla kun katsomme tänään otettuja yhteisiä muistoja, valokuvia.

8. LIIKUNTA

Monitoimitila

Liikunta on tärkeä osa asiakkaan kuntoutumista. Kunnostimme yhdessä asiakkaiden kanssa monitoimitilan vanhoja kuntosalilaitteita ja hankimme muutaman uuden.

Asiakkaissa on useita kunto-ohjaajia ja mm. personal trainer.

”Tietsä hei, kuule kato tätä näin nyt. Kato peilejä tarvitaan siksi, että paikat eivät hajoa treenatessa. Kato jos mä haluaisin patsastella peilien edessä, jota en halua, niin näitä peilejä tarvitaan koko seinällinen. Ja joka seinään. Mutta kato, tämän verran peilejä tarvitaan siihen, että mä näen että treenaan kunnolla ja teen liikkeet oikein, että mun paikat eivät hajoa”, perustelee Janne ja kantaa ostoskärryyn kahta paketillista palapeilejä. Taaempänä Tomi tunnustelee monitoimitilan lattiaan tulevan kumimaton paksuutta ja osaa kertoa: ”Tämä on liian ohutta. Pitäisi olla ainakin parin sentin paksuinen, muuten tulee lattiaan jälkiä. Joku kuitenkin pudottaa levytangon puolen metrin korkeudelta.”

Leffapaja työsti henkilökuvan asiakkaasta, joka kunnosti salia ja ohjasi muita asiakkaita liikunnan maailmaan. Kuntosalissa järjestettiin myös tanssia, joogaa, rentoutusta ja pidettiin lukupiiriä.



Jääkiekkjoukkue

Toteutimme yhteistyönä Kansalaistoiminta areenan ja Anssi Pirttinevan kanssa jääkiekkotapahtuman. Se sai suosiota useissa yksiköissä ja poiki niissä lisää kiekkoilua. Asiakkaat osallistuivat yhteensä kolmeen jääkiekkotapahtumaan. Suunnitelmissa on myös asiakkaiden, työntekijöiden ja vapaaehtoisten oma jääkiekkjoukkue.

Rentouttava jooga

Joogaohjaaja Kati Raatikainen veti asiakkaille rentouttavaa joogaa viikoittain syyskuusta joulukuuhun. Ryhmä sai mukaansa sekä nais- että muutaman miesasiakkaankin.

9. KÄDENTAITOT

Ompelupaja

Asiakkaissa on useita innokkaita ompelijoita, jotka haluaisivat sisustaa kotiaan sekä tehdä itselleen uusia tai korjata sekä tuunata vanhoja vaatteitaan. Eri yksiköillä on myös käytännöllisiä tarpeita esim. tehdä tuoleille pestäviä irtopäällisiä. Ompelupajassa asiakkailla on mahdollisuus suunnitella ja ommella esim. vuodenaikoihin ja eri juhlapyyhiin liittyviä tekstiilejä, verhoja ja pöytäliinoja itselleen ja eri yksiköihin.

Toteutimme ompelupajan huhtikuusta kesäkuuhun 2014. Se oli suunnattu Palvelukeskuksen asiakkaille. Pajassa ommelimme yhteisön nojatuoleihin kestäviä ja pestäviä irtopäällisiä.



Puutyöpaja

Asiakkaissa on muun muassa ammattiverhoilija ja kotoaan oppinsa saanut antiikkipuuseppä, jotka haluaisivat kunnostaa huonekaluja. Järjestimme puutyöpajan maaliskuulta toukokuuhun 2014. se oli suunnattu Palvelukeskuksen asiakkaille. Palvelukeskuksessa innostamme yhteisötyöntekijä Anne Hietalahden kanssa neljää miesasiakasta kunnostamaan Ilmari Tapiovaaran suunnittelemaa Tale-jakkaroita puutyöpajassa. Tuolit ovat tulentekovälineiden ja tupakantumppien merkitsemiä. Ahdistusta ja pahaa oloa on myös raaputettu kynällä, haarukalla ja puukolla, sekä maalattu hopeahileellä, peitetty tarroilla ja porattu kuuden millin terällä. Kaikki kaksitoista kuitenkin löytyvät, yöpöydiksi ostetut Tale-jakkarat. Artekin second hand shopista saatujen kunnostusvinkkien mukaan, hiominen ja jälkien poisto tulisi jättää tekemättä. Liika työstäminen saa Tapiovaaran kääntymään haudassa, kun patinoitunut puu saattaa kunnostamisen jälkeen näyttää ja tuntua muovilta. Kunnioita tuoleja kuten itseäsi. Asiakkaat heräävät asialle hetkeksi, henkilökunta ei ollenkaan. Kävimme tutustumassa myös Design – museoon ja suomalaiseen huonekalumuotoiluun ja Ilmari Tapiovaaran juhlanäyttelyyn.

10. ARJENTÄIDOT

Rikosseuraamusviraston, RISE, selvityksen Arjen taidot? tietopankki mukaan usealla rikoksista tuomitulla asiakkaalla on jonkinasteisia ongelmia arjen taitojen hallinnassa, tämä voi johtua monista syistä, esim. päihteiden ja rikoksien sävyttämästä elämäntavasta ja katkonaisesta asumis-historiasta. Joillakin asiakkailla ei ole ikinä ollut sellaisia asumisololoja, joissa esim. siivous ja ruoanlaitto olisivat olleet osana arkea. (Miikkulainen 2012, 2.)

Ruoanlaittotaidot ovat yksi tärkeimmistä arjen taidoista, joista asiakkaat ovat kiinnostuneita. Asiakkaiden joukosta löytyy myös ammattikokkeja, jotka olisivat halukkaita vetämään yksittäisiä tai pidempiä ruokakursseja esim. arkiruokaa (hyvää, nopeasti ja halvalla) tai leivonta-kursseja muille asiakkaille. Toteutimme iltapalaturssin HIV -positiivisten kriisimajoituksen asiakkaille yhteistyössä Helsingin Diakoniaopiston opiskelijoiden kanssa osana heidän Terveellistä arkiruokaa -kurssia.

Toteutimme Helsingin Diakoniaopiston opiskelijoiden kanssa myös tietokoneen ja matkapuhelimen käyttökurssin. Asiakkailla oli samalla mahdollisuus myös luoda itselleen sähköposti ja opetella käyttämään nettipankkia.



Naisten ja miesten ryhmät

Vedimme naisille ja miehille erikseen omia ryhmiä Korvaushoitoyksikössä.

Naisten ryhmässä keskustelimme naisten elämään liittyvistä tärkeistä teemoista. Vietimme samalla yhteistä mukavaa aikaa maalaten, laulaen, rentoutuen, hoitaen kauneutta ja tehden mielenkiintoisia retkiä.

Miesten ryhmää pitää herätellä monta kertaa ennen kuin luottamus syntyy vetäjän ja miesasiakkaiden välille. Loppujen lopuksi ryhmästä informoiva ilmoitus haastaa ja provosoi osallistumaan: "Maistuiko metis taas vedeltä? Alkometri värähti, mutta ei mikään muu? Kaupankäynnistä napsahti rajausta? Pientä $\pi\#\%&\text{€}!$? Ei hätää! Äijäryhmä pelastaa! Ei nyt

aivan mutta voidaan puhua asioista niiden oikeilla nimillä!”

Tämän myötä keskustelemme miesten elämään liittyvistä tärkeistä teemoista. Teemme mielenkiintoisia retkiä tutustuen samalla omaan itseemme, ryhmään, sekä ympäröivään yhteiskuntaan. Puhe on vapaa. Miestenryhmä lomittuu haittoja vähentävän korvaushoitoyksikön kanssa jo pyörivän naistenryhmän kanssa. Miestenryhmään osallistuu luontevasti myös muutamia naisasiakkaita.

11. TILOJEN KEHITTÄMINEN

Hyvän olon tila -projekti

Projektipääällikkö Iikka Lovio ja tutkijasosiaalityöntekijä Heidi Muurinen, pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus Soccasta kartoittavat haittoja vähentävän korvaushoidon (KoHo1) asiakkaiden ja työntekijöiden ajatuksia asiakastilojen kehittämistä toimivammiksi ja käyttäjäystävällisemmiksi. Iikka Lovio ja Heidi Muurinen viettivät kaksi päivää asiakasyhteisössä havainnoiden ympäristöä, toimintaa ja asiakkaita haastatellen. Lovio ja Muurinen keräsivät ajatuksia tilojen kehittämisestä myös työntekijöiltä.

Hyvän olon tila- projektin tuloksia esiteltiin sekä työntekijöille että asiakkaille useissa eri tilaisuuksissa. Korvaushoitoyksikön yhteisökokouksessa muodostettiin työryhmä asiakkaista ja henkilökunnasta suunnittelemaan ja toteuttamaan Haittoja vähentävän korvaushoidon tiloja sekä asiakkaita että työntekijöitä paremmin palvelevammiksi ja viihtyisämmiksi. Tilojen tarkoituksena oli myös tukea yhteisön arjen- ja kulttuuritoimintaa, rakenteita ja asiakkaiden kuntoutumista.

12. KULTTUURIPAJOIHIN OSALLISTUMINEN

Kulttuuritoimintaa toteutettiin matalan kynnyksen periaatteella, johon osallistumista oli helpotettu erilaisin keinoin. Taidetta toteutettiin asiakkaiden tarpeidensa mukaan hoitoyksiköissä ja muissa toimitiloissa. Jos asiakkailla oli korkea kynnyks lähteä toimintaan, se tuotiin heidän keskelle. Kulttuuritoiminnan eri osa-alueita toteutettiin yhden tai useamman kerran kokoontuvien ryhmien, workshoppien, työpajojen, opetusten, esitysten ja

konserttien, sekä näyttelyiden ja tapahtumien kautta. Halusimme kokeilla erilaisia toimintatapoja, mikä toimisi parhaiten päihdetyössä.

Asiakkaiden ja henkilökunnan lisäksi toimintaan osallistui myös kolme vapaaehtoista. He osallistuivat kuvataidepajaan. He tulivat mukaan säätiön vapaaehtoistyön koordinaattorin kautta. He olivat kaikki maahanmuuttajia, joilla oli taideopintoja takanaan. He halusivat tehdä jotain yleishyödyllistä ja itselleen mieluista. He olivat innostuneita ja sitoutuneita kuvataidepaja työskentelyyn. Myös asiakkaat kertoivat olevansa hyvin otettuja siitä, että vapaaehtoiset tulivat työskentelemään heidän kanssaan. He puhuivat englantia keskenään.

Alla on taulukko osallistujamääristä. Ne ovat noin määriä. Osallistujien määrät on merkitty työpajojen jälkeen kesäkuusta 2013 maaliskuun loppuun 2014. Työpajat jatkuivat kuitenkin sen jälkeen vielä kesäkuulle asti. Sarana - bändi nauhoitti kesäkuussa demon vuoden aikana työstämistään kappaleista. Siksi todelliset osallistujamäärät ovat hiukan isompia.

Helmi valokuvanäyttelyn näki Galleria Onnistuksessa noin 100 vierailijaa. Ruokalan- ja kirjaston aulassa se tavoitti 800 katsojaa ja Munkkisaarencatu 16 ikkunoissa olevassa näyttelytilassa sen on nähnyt useita tuhansia ihmisiä. Helmi – valokuvanäyttely jatkaa vierailuille eri näyttelytiloihin ja se on nähtävillä myös virtuaalisesti sivuilla www.hdl.fi

Kulttuuripaja	Osallistujia
Yhteislaulu / -soitto	80
Bänditoiminta	10
Laulunopetus	3
Kuvataidepaja	25
AB- teatterityöpaja	25
Helmi näytelmä	100
Helmi naisten työpaja	36
Helmi valokuvatyöpaja	19
Helmi -valokuvanäyttely	5000
Identiteetti workshop	25
Tanssi	5
Tarinapiiri	41
Elokuvapaja	5
Jääkiekko	9
Jooga	8
Kuntosali	100
Kädentaidot	15
Arjentaidot	20
Tilojen kehittäminen	50
Naisten- ja miesten ryhmä	100
Tapahtumat /konsertit	600

13. KOKEMUKSIA KULTTUURIPAJOISTA

Järjestimme asiakkaille ja työntekijöille vuoden aikana yli 30 erilaista kulttuuripajaa. Järjestimme myös muutamia liikunnallisia ryhmiä. Parhaiten eri pajoista asiakkaita kiinnosti bändipaja, yhteislaulu, tarinapiiri, kuvataidepaja sekä Helmi – naisten draamapaja ja valokuvanäyttely. Ne kiinnostivat hyvin erilaisia asiakkaita laidasta laitaan. Myös työntekijät innostuivat näistä toimintamuodoista. Tarkoituksena oli tarjota laaja kattaus erilaisia taidemuotoja ja ryhmiä, sekä katsoa miten ne kiinnostaisivat asiakkaita ja toimisivat parhaiten.

Kaikki pajat herättivät kiinnostusta. Mutta saadakseen asiakkaita mukaan, sen eteen piti tehdä paljon töitä. Asiakkaat olivat hitaasti lämpeneviä ja monet heistä tarkkailivat aluksi pajojen vetäjiä kauempaa ja yrittivät selvittää mistä on kyse. Mitä pajojen ohjaajat heistä oikein haluavat? Uusi projekti herätti ennakkoluuloja ja sai myös varovaiseksi. Se että asiakas uskaltaa avautua ja heittäytyä tekemään taidetta vaatii häneltä sellaista rohkeutta ja ennakkoluulottomuutta, mikä päihdemaailmassa on vierasta. Monet asiakkaat ovat kertoneet että loppupeleissä vain harvoin voi luottaa. Ikävät temput kaverille eivät ole harvinaisia. Luottamuksen voittaminen on siis ensimmäinen askel.

Pajojen ohjaajat istuivat aluksi yhteisön keskellä asiakkaiden kanssa ja vain juttelivat asiakkaita kiinnostavista aiheista. Tärkeää oli kuunnella asiakkaan tarina ja osoittaa kiinnostusta häntä kohtaan, luoda henkilökohtainen suhde. Sen jälkeen asiakas oli valmis kuuntelemaan taidepajan ohjaajaa ja miettimään kiinnostaisiko toiminta häntä. Asiakas saattoi osallistua kerran ja jättäytyä sitten pois. Jotkut sopivat ohjaajien kanssa henkilökohtaisesta ajasta, mutta jättivät sitten tulematta. Ohjaajan piti ymmärtää tämä ja jaksaa aina yhtä iloisena kannustaa asiakkaita mukaan ryhmiin. Joskus joku ohjaaja oli masentunut, kun kukaan asiakas ei halunnut lähteä hänen kanssaan.

Tärkeää oli myös roolirajojen rikkominen. Miten muuttaa hoitaja- asiakas suhde tasavertaiseen suhteeseen ja löytää taso missä ollaan vain ihmiseltä ihmiselle? Se vaati

rohkeutta sekä asiakkailta, hoitajilta että pajojen ohjaajilta. Jotkut asiakkaat innostuivat heti mukaan pajatoimintaan, jotkut tarkkailivat koko vuoden. Kun kulttuuriprojekti alkoi läheta loppuaan, eräs asiakas ilmoitti olevansa valmis tulemaan kulttuuripajaan mukaan.

Totesimme aika pian projektin alussa, että ryhmään osallistuminen piti tehdä asiakkaille mahdollisimman helpoksi. Mitä kauempana paja oli, sitä vaikeampaa sinne oli asiakkaiden lähteä. Jo se, että paja oli viereisessä, karsi kiinnostuneita.

Oli teatteripajan aika. Taija oli kirjoittanut tekstin katkelmaan Uni. ”Mull on vähä kiire, kaverit odottaa..., Ensi kerralla tulen, mä lupaan... huikkaa ohi kiiruhtava asiakas. Rahapäivä, toteaa työntekijä. Näen miten pajan vetäjän hartiat menevät kumaraan. ”Eikö kukaan...? Taija huokaa. Lähdemme yhteisöön ja istumme TV:n ääreen. Muutama asiakas nuokkuu tuoleissaan. Tupakkahuone on täynnä. ”Nyt on vähä huono hetki. Ehkä ensi viikolla kannattaa tulla uudestaan. Täällä on ollut levotonta koko aamun, kiree ilmapiiri. Me ollaan kysytty kaikilta, mutta kukaan ei halua lähteä pajaan”, työntekijä selittää. Otamme kahvikupit ja kommentoimme jotain elokuvasta joka pyörii lähes tyhjälle katsomolle. Asiakas istahtaa viereemme. Alamme heittää palloa toistemme kanssa. Asiakas tulee mukaan. Pallo kiertää ja vaihdamme taputuksiin. Lähetämme niitä toisillemme. Asiakas välissämme herää. Emme saa taputuksia aina kiinni ja asiakasta huvittaa.. ”Hei, leikitäänkö kahvikutsuja”? Taija ehdottaa: ”Miten olis iloiset kahvikutsut?”. Asiakkaat eläytyvät rooleihin ja iloinen pulina täyttää TV nurkan. Vaihdamme vakaviin kutsuihin, kyräileviin ja lopuksi kohteliaisiin kutsuihin. Lisää asiakkaita on liittynyt joukkoomme. Nauru raikuu yhteisössä. Kaikilla on hauskaa. Työntekijä kurkkaa nurkan takaa ja ihmettelee: ”Mikä noille tuli?”

Asiakkaiden kunto vaihtelee päivittäin. Toisena päivänä pajassa voi olla kymmenen, toisena kolme ja kolmantena ei yhtään asiakasta. Opimme nopeasti että taidepaja lähtee asiakkaan sen hetkisistä tarpeista. Opimme tekemään suunnitelman A, B ja vielä C erilaisiin tilanteisiin. Taidepajojen suunnittelu vaatii kärsivällisyyttä ja uskoa asiaansa, sekä rutkasti luovuutta ja heittäytymistä tilanteisiin. Vaihdoimme välillä suunnitelmaa lennossa. Usein keksimme tekemistä siitä hetkestä, tilanteesta ja tunnelmasta. Jotkut asiakkaat pystyivät sitoutumaan viikoittain tapahtuvaan taidepajaan, jollekin riitti yksi kerta. Silti se yksi kerta saattoi olla niin merkittävä, että asiakas jaksoi puhua ja käsitellä sitä vuoden ajan eri tilanteissa.

Joitain asiakkaita taidepajatoiminta häiritsi. He eivät voineet ymmärtää mikä taidepajassa muita asiakkaita viehätti? Pajat rikkoivat tuttuja arkirutiineja. Kitaran soidessa ei enää kuullut puhua. Musiikki veti puoleensa ja laulu raikui. Kaksi toisilleen vierasta saattoi soittaa täysin rinnoin Juicen kappaleita. Taide yhdisti joitain, joitain se erotti. Kaverit saattoivat tulla keskelle pajaa hakemaan soittajaa pois. Houkutella aineilla joita saisi nurkan takana. Kaverit haluttiin pitää ruodussa. Taide toi yhteisöön vipinää ja sotki tuttuja kuvioita. Se suututti joitain asiakkaita. He kokivat sen häiritseväksi ja saattoivat jopa uhkailla osallistujia. Henkilökuntaa tarvittiin joskus rauhoittamaan tilannetta.

Suunnittelimme joulujuhlan ohjelmaa. Eräs asiakas oli keksinyt hauskan sketsin ja ehdotti sitä muille teatteripajan ryhmäläisille. Yllättäen muut eivät lähteneet siihen mukaan. ”Siis en mä voi, joha mun mainekin menis, kaikki naurais mulle”... Katu-uskottavuuden säilyttäminen on tärkeää päihdemaailmassa. Pehmeän puolen näyttäminen voi olla jopa vaarallista. Suljetussa taidepajassa asiakas voi heittäytyä turvallisesti näyttelemään, esiintyminen ulkopuolisille onkin jo toinen juttu. Huomasimme että asiakas saattoi käyttäytyä aivan eri tavalla yhteisössä tai hoitotilanteessa, kuin maalatessa kahden kesken. Lääkejonossa uhkailevasta, metelöivästä ja ylimielisestä asiakkaasta kuoriutui maalaustelineen äärellä fiksu, hiukan ujo mutta äärettömän mukava ihminen, jonka kanssa kävimme syvällisiä keskusteluja. Ymmärsin etten ollut näinä edellisenä viitenä vuotena hoitajana oppinut tuntemaan ollenkaan asiakkaitani.

Emme suunnitelleet pajoja kovin tiukalla aikataululla. Tunnin maalaushetki saattoi venyä kahden, jopa kolmen tunnin sessioksi asiakkaan kertoessa elämästään. Meillä oli aikaa asiakkaille ja taide oli väline kipeiden muistojen, tunteiden ja kokemusten purkamiseen. Toisaalta laulujen avulla pystyi käymään turvallisesti ja lyhyessä ajassa erilaisia tunnetiloja läpi. Jokainen laulu sisälsi alun, tunteen kehittelyn, huippukohdan ja purkautumisen seesteiseen loppuun.

Taidepajan ohjaaminen päihdeasiakkaille vaatii ymmärrystä siitä, mitä päihteidenkäyttö on? Millaisen arjen asiakas kohtaa? Miten päihteet vaikuttavat ihmiseen? Epävarmuus, masentuneisuus, aggressivisuus, kärsimättömyys, turhautuminen, epäonnistumisen pelko ovat kaikki tuttuja tunteita asiakkaille. Pajojen tavoitteena oli antaa heille onnistumisen elämyksiä, ilon hetkiä, viedä pois arjen maailmasta, antaa uskoa itseensä.



14. KULTTUURITOIMINNAN JATKAMINEN PROJEKTIN JÄLKEEN

Made in Hdl projektin vetäjät suunnittelivat ja esittävät päihde- ja mielenterveysvastuualueen johtajalle kulttuurin jalkauttamista eri yksikköihin niin, että kuhunkin alueelle valittaisiin oma kulttuurivastaava. Sen lisäksi nimettäisiin tietyille toiminnalle vastuuhenkilöt koko talossa, esimerkiksi kuvataiteesta vastaisi Outi Partti, musiikkivastaavana toimisi Timo Vanhoja ja valokuvausta ja miestenryhmiä vetäisi Reijo Koskinen. Kulttuurivastaaville olisi tarjottava myös oma kehittämisspäivä ja mahdollisuus tavata toisia ohjaajia ja yhteistyö kumppaneita. Esimiesten tuki tällaiselle toiminnalle on ehdottoman tärkeä, jotta mahdollistetaan vastuualueen hoitaminen sekä työpajojen ohjaaminen. Haasteena on työntekijöiden innostaminen ja motivoiminen kulttuuripajatyöskentelyyn, sekä uusien työntekijöiden rekrytoinnissa kartoitetaan myös hänen muuta osaamistaan ja kerrotaan kulttuurin olevan osa hoitotyötä. Kuitenkin työntekijöiden sitoutuminen on tärkeää. He ovat avainasemassa asiakkaiden motivoinnissa, ryhmien muodostamisessa ja toiminnan onnistumisessa

Heidän lisäksi ammattiosaamista tarjoaisivat Jukka Orma, bändipaja ja yhteislaulu, sekä Anja Snellman vetäisi lukupiiriä ja naistenryhmiä. Mahdollisesti jatkossa

kulttuurintuottamiseen päihde- ja mielenterveyspalveluissa osallistuisivat Taija Helminen leffatyöpajassa ja Kati Siren tunneryhmät luovin metodein. Ammattilaisten osaamisen käyttäminen kuitenkin on haasteellista riittävän rahoituksen turvaamiseksi.

Yhteistyö Kansalaistoiminta Areenan, KTA, kanssa on myös luontevaa. Kulttuurivastaavat tutustuisivat KTA:n toimintaan yhdessä asiakkaiden kanssa ja siten voivat hyödyntää sen osaamista ja ohjelman tarjontaa yksiköiden toiminnassa.

Yhteistyötä on kehitettävä ja syvennettävä Helsingin diakoniaopiston kanssa. Osastonhoitajat koordinoivat yhteistyössä kulttuurivastaavien kanssa opiskelijoiden ohjaamia toimintoja, kuten ruoanlaitto, kodinhoito ja arjentaidot sekä liikunta ja terveystieto. Helsingin diakonissalaitoksella on kolmensadan vapaaehtoisen rekisteri, joita ohjaa vapaaehtoistyön koordinaattori Annina Hirvonen. Vapaaehtoisten käyttämistä esimerkiksi työpajan ohjaamisessa yhdessä kulttuurivastaavan kanssa tulisi tutkia ja käyttää, kun tarjolla on paljon erikoisosaamista. Sen haasteena on kuitenkin vapaaehtoisten mahdollisuus sitoutua jo aloitettuun toimintaan elämän tilanteen muuttuessa.

Mahdollisuuksien mukaan tulisi tutkia myös yhteistyötä eri taidelaitosten ja ammattioppilaitosten kanssa, kuten Kansallisooppera, kaupunginteatteri, Svenska teatern (ruotsinkieliset asiakkaat), Kansallismuseo ja muut museot sekä teatterit unohtamatta yleishyödyllisiä yhdistyksiä. Yhteistyö tällaisten toimijoiden kanssa on laadukasta ja mahdollistaa monia mielenkiintoisia projekteja. Yhteistyö tuo päihde- ja mielenterveysalueelle positiivista näkyvyyttä.

Kulttuuri tulee nähdä osana psykososiaalista kuntoutusta, jolla on yhä tärkeämpi rooli asiakkaiden arjessa. Työpajoja ohjaavien työntekijöiden olisi voitava ylittää sekä yksikkö että palvelualueen rajoja ohjatessa asiakkaita erilaisissa ryhmissä. Työpajojen ohjaamisen kautta työntekijät ja asiakkaat oppivat tuntemaan toisensa uudella tavalla. Tämä kehittää yhteisöllisyyttä. Erilaisten asioiden yhdessä tekeminen lähentää heitä, syventää ymmärrystä, sekä kasvattaa luottamusta puolin ja toisin. Tällainen työskentely mahdollistaa työntekijän ammatillisen kehittymisen ja kasvun.

Asiakkailla on myös paljon osaamista kulttuurin ja liikunnan aloilla. Asiakkaalle kulttuuripajan ohjaaminen tuo vaihtelua arkeen. Oman osaamisen käyttäminen omaksi ja yhteisön iloksi ja hyödyksi, voimaannuttaa asiakasta. Haasteena ovat asiakkaiden vaihtelevat elämäntilanteet ja kunto, sekä muiden asiakkaiden ja työntekijöiden motivoiminen osallistumaan asiakkaan ohjaamaan työpajaan.

Yhteisövalmennusta olisi jatkettava päihde- ja mielenterveysalueella, mahdollisesti yhdessä identiteetti työpajan kanssa, unohtamatta lähialueiden asukkaita ja yrityksiä. Tällainen toiminta mahdollistaisi aidon yhteisöllisyyden ja ennakkoluulojen hälvenemisen, sekä rajojen kaatumisen.

Lähteet

Liitteet

