

Kehollisuutta maahanmuuttajatyöhön –opinnäytetyö

Maija Lehto, Sini Ollila

Fysioterapian koulutusohjelma

Kooste maahanmuuttajanaisten kehollisuusryhmän ohjaajien kokemuksista



Kotouttamisrahasto
Tukea kotoutumiseen



ESITYKSEN SISÄLTÖ

- ✘ Opinnäytetyön tutkimuskysymykset
- ✘ Aineistonkeruun menetelmät
- ✘ Aineiston analysointimenetelmät
- ✘ Alustavat tulokset

OPINNÄYTETYÖN TUTKIMUSKYSYMYKSET

- ✘ Millaisia kokemuksia ohjaajat saivat maahanmuuttajanaisten kehoryhmän ohjaamisesta?
-näkökulmina: ennakkovalmistelut ja valmiudet,
ohjaustilanne,
kehotyöskentely,
ryhmädynamiikka
- ✘ Mitä kehittämisehdotuksia ohjaajilla on?
→ Tavoitteena kehittää maahanmuuttajanaisten kehoryhmätoimintaa

AINEISTON KERUU JA ANALYSOINTI

- ✘ aineisto kerättiin ohjauskertojen jälkeen täytettävien päiväkirjojen sekä ryhmähaastattelun avulla
- ✘ ryhmähaastattelu ja päiväkirjojen kysymykset toteutettiin puolistrukturoituna teemahaastatteluna
- ✘ käytämme aineiston analysoinnissa teemoittelua



ALUSTAVAT TULOKSET

- ✘ ennakkovalmistelut ja -valmiudet
- ✘ ohjaustilanne
- ✘ kehotyöskentely
- ✘ ryhmädynamiikka



OHJAAJIEN KOKEMUS ENNAKKOVALMISTELUISTA JA -VALMIUKSISTA

- ✘ Ohjaajilla hyvin erilaiset lähtökohdat; kaikki kokivat valmisteluiden ja tuen olleen riittäviä
- ✘ Oman kehityöskentelyn pidempiaikainen harjoittelu ja sisäistäminen sekä opetettavan sarjan osaaminen sujuvasti tärkeää

”mulla meni tosi monta kertaa ennen kuin tajusin mistä tässä on kysymys”

- ✘ Kehollisuustyöskentelyn idean ja vaikutusten kertominen ryhmäläisille

”oli haastavaa selittää ryhmäläisille mistä tässä on kysymys”

- ✘ Tulkki paikalla ensimmäisellä kerralla



OHJAAJIEN KOKEMUKSET OHJAUSTILANTEISTA

- ✘ Ohjaajan auktoriteetti, oma innostuneisuus, läsnäolo, keskittyneisyys, läsnäolijoiden huomioiminen
- ✘ Kokoaikainen sanallinen ja visuaalinen ohjaaminen
 - ”jos nilkoilla tehdään jotain mä vielä osoitin niitä nilkkoja että täällä se liike on”*
- ✘ Henkilökohtainen ohjaaminen: Yksilöiden huomioiminen ilmein ja elein
 - ”jos mä siinä edessä keskeytän ja olisin mennyt ohjaamaan jotakin, se olis menny ihan sekasin”*
- ✘ Eri tavalla toimivien ja liikkuvien huomioiminen
- ✘ Vaihtoehtoisten liikkeiden ehdottaminen ja kehityöskentelyn idean syventäminen vaikeaa
 - ”en oo fysioterapeutti eikä mulla ole liikunnallista tietoutta että olisin osannut antaa sopivamman asennon hänelle”*

OHJAAJIEN KOKEMUKSET KEHOTYÖSKENTEELYN HAVAINNOINNISTA JA OHJAAMISESTA

- ✘ Tasapainon ja rentouden havainnointi helpointa
- ✘ Asiakkaille vaikeuksia tuottivat erityisesti kierrot, kyykistykset ja siirtymät asentojen välillä

"Muutamat ihan hukassa oman kehonsa kanssa"

- ✘ Tärkeäksi koettiin rauhallinen tekeminen ja odottaminen, että kaikki ehtivät mukaan
- ✘ Erityisesti hengitystä ohjattiin mallintaen, liikkeen näyttämistä ei voinut keskeyttää



OHJAAJIEN KOKEMUKSET RYHMÄN TOIMINNASTA

- ✘ Ohjaajan keskittyneisyys ja rauhallisuus suuressa roolissa

"Jos oma ajatus karkaa yhtään siitä tekemisestä, ryhmä aistii sen välittömästi"

- ✘ Selkeät säännöt helpottivat toimintaa

- ✘ Lasten läsnäolo, puhelimeen vastaaminen, juttelu keskeyttivät tunnin

"oli yllätys että ryhmäläiset ketkä tulivat paikalle olivat intensiivisesti läsnä"

- ✘ Osallistujamäärät vaihtelivat

"odotin että sinne olisi tullut enemmän mutta loppujen lopuksi siellä kävi pari ihmistä yleensä"



Kotouttamisrahasto
Tukea kotoutumiseen



OHJAAJIEN KEHITTÄMISEHDOTUKSET

- ✘ Muutaman kerran jälkeen tulkin avustuksella syvennetään kehotyöskentelyn ideaa ja kokeillaan haastavampia liikkeitä (koko ryhmällä sama kieli)
- ✘ Pieni ryhmäkoko, ison ryhmän/eritasoisten ryhmäläisten kanssa 2 ohjaajaa
- ✘ Peilin käyttäminen apuna kehonhahmottamisessa



SEURAAVAKSI OPINNÄYTETYÖSSÄMME

- ✘ Tarkempi analyysi päiväkirjoista
- ✘ Oma pohdinta kesken
- ✘ Havaintojen sitominen teoriatietoon
- ✘ Aiheen työstämistä voisi jatkaa tulevissa opinnäytetöissä esim. laatimalla oppaan kehotyöskentelyryhmän järjestämisestä ja ohjaamisesta

× Kysymyksiä?

× KIITOS!