



Oulun Seudun Mäntykoti ry / Kotiväki-hanke

RajatOn-ryhmätoimintamalli



Kuva: Marjaleena Kyllönen

Miksi

Kaltoinkohtelu muuttaa ihmisen käsitystä omista rajoista. Omat rajat tulee etsiä ja asettaa uudelleen. Omien rajojen tunnistaminen on kyky tunnistaa omaa hyvinvointia joko lisäävät tai heikentävät asiat. Kaltoinkohtelua kokevat ikäihmiset voivat jäädä ulkopuolelle tiedosta tai mahdollisuudesta mielipiteen ilmaisuun tai kuulluksi tulemiseen. Vertaistoiminta mahdollistaa kuulluksi tulemisen, turvaa ja vahvistaa sosiaalista yhteenkuuluvuutta ja täysivaltaisuutta yhteisössä.

Kenelle

Yli 60-vuotiaille kaltoinkohtelua tai lähisuhdeväkivaltaa kokeneille tai sen uhan alla eläville haastavassa elämäntilanteessa oleville ikääntyneille.

Miten

- Alkuhaastattelun kautta ryhmään valitaan max 5 osallistujaa.
- Kokoontumisten (7 kertaa) aikana käydään läpi väkivaltaista selviytymisen mallia: valmistautuminen, havahtuminen, etäisyyden ottaminen, häilyminen, tunnustaminen, sureminen, työskentely ja uudelleen rakentaminen.
- Ryhmän ohjaajat johdattelevat keskustelua ja huolehtivat siitä, että kaikki saavat puheenvuoron ja yhteisiä sääntöjä noudatetaan.
- Tapaamisten välillä annetaan valokuvaustehtäviä, joiden aiheita voivat olla mm. Miten omat rajat voi ilmentää/esittää kuvana? Mitä hyvää omien rajojen asettaminen tuo elämään? Miten positiivinen palaute muuttaa/vaikuttaa minäkuvaan?

Mitä

RajatOn-ryhmätoiminta on tarkoitettu kaltoinkohtelua kokeneiden ikäihmisten tueksi. Ryhmä tarjoaa turvallista, vertaistuellista työskentelyä omien rajojen asettamisen ja turvataitojen parissa voimaannuttavin valokuvaterapeuttisin keinoin.

Seitsemän kertaa kokoontuvan suljetun pienryhmän osallistujat saavat myös tietoa ja käytännön vinkkejä, jotka auttavat selviytymään.

- Kuvat voidaan myös sanoittaa.
- Huomioidaan jatkuva kannustava palaute ohjaajilta osallistujille.
- Ryhmät voidaan järjestää sekä kasvokkain, että etäyhteyksien avulla.

Kenen kanssa

Valokuvaterapeuttiseen menetelmään perehtynyt ohjaaja ja 1–2 apuohjaajaa, joilla on väkivaltatyön osaamista.

Millä resursseilla

- Tarvitaan rauhalliset ryhmätilat, videotykki kuvien esittämistä varten. Ryhmään osallistuville kännykkä-, digikamera tai tabletti.
- Aikaresurssit: yksittäisen ryhmän järjestämiseen 1–6 h, riippuen ennakkovalmistelujen määrästä.
- Tiedottaminen: verkostot, sosiaalinen media, esitteet, lehti-ilmoitukset.
- Etäryhmää varten: jokaiselle tietokone/tabletti, jossa kamera, mikrofoni ja kuulokkeet, etäkokoukseen soveltuva tietoturvallinen videosovellus.
- Työnohjauksellinen tuki ryhmän ohjaajille.

