



Vuosikertomus 2023

Supernovat-hanke



Sisällys

| | | |
|------|---|----|
| 1. | SUPERNOVAT-HANKE HAAVOITTAVASSA ASEMASSA ELÄVIEN NAISTEN TUKENA | 1 |
| 2. | TOIMINTA VUONNA 2023 | 1 |
| 3. | RYHMÄTOIMINTA..... | 2 |
| 3.1. | Supernovat-ryhmät..... | 2 |
| 3.2. | Pop up -ryhmät | 3 |
| 3.3. | Yksilötuki | 4 |
| 4. | RYHMÄTOIMINNAN TULOKSIA VUODELTA 2023..... | 4 |
| 4.1. | Naisten luottamus ammattilaisiin ja avun hakemiseen kasvoi | 5 |
| 4.2. | Naisten kyky käsitellä ristiriitoja kasvoi..... | 5 |
| 4.3. | Naisten rehellisyys vuorovaikutussuhteissa lisääntyi | 6 |
| 4.4. | Naisten suhde omaan itseen parantui. | 7 |
| 4.5. | Naisten ymmärrys ja tieto addiktiosairaudesta lisääntyi & Naisten ymmärrys omasta päihteiden käytöstä lisääntyi..... | 7 |
| 4.6. | Naiset saivat oivalluksia omista rooleistaan ja toimintatavoistaan. | 7 |
| 5. | VAIKUTTAMISTYÖ | 9 |
| 5.1. | Supernovat-hankkeen webinaarit ja koulutustoiminta | 9 |
| 5.2. | Verkostoyhteistyönä toteutetut koulutukset ja tapahtumat | 12 |
| 5.3. | Puheenvuorot ja asiantuntijalausunnot | 14 |
| 6. | VIESTINTÄ..... | 16 |
| 6.1. | Some-kanavat | 17 |
| 6.2. | Uutiskirje ja blogit | 17 |
| 6.3. | Mediaosumat | 17 |
| 7. | HANKE- JA TIIMITYÖ | 18 |
| 8. | HENKILÖSTÖ | 19 |

1. Supernovat-hanke haavoittavassa asemassa elävien naisten tukena

Supernovat-hanke on Naistenkartano ry:n ja Vailla vakinaista asuntoa ry:n yhteinen kolmivuotinen projekti vuosille 2021–2024, jota rahoittaa STEA. Hankeidea syntyi Naistenkartanon ja VVA:n ideasta soveltaa Naistenkartanon NOVAT -vertaisryhmäohjelmaa naisille, jotka elävät haastavissa tilanteissa päihdemaailmassa, vankiloissa tai asunnottomana. VVA:n kokemusasiantuntija ja Naistenkartanon ryhmänohjaaja loivat NOVAT-ryhmistä uuden matalan kynnyksen version, jota pilotoitiin Hämeenlinnan vankilan kuntoutusosastolla ja Suur-Helsingin Valkonauha ry:n Liisankodilla.

Supernovat-hankkeessa tavoitteena on ollut tukea haavoittuvassa tilanteessa elävien naisten hyvinvointia ja identiteetin vahvistumista sekä madaltaa kynnystä avun hakemiselle. Vertaisuuteen perustuvassa ryhmätoiminnassa pohditaan omaa elämää ja identiteettiä naisena, tunnustetaan rooliodotuksia sekä annetaan naisille työkaluja tehdä oman näköisiä valintoja ja toimia sosiaalisissa suhteissa. Ryhmätoiminnalla halutaan myös luoda siltoja naisten ja ammattilaisten välille ja madaltaa kynnystä avun hakemiselle.

Hankkeen kohderyhmää ovat myös naisia kohtaavat ammattilaiset, joita koulutetaan kohtaamaan marginaalissa eläviä naisia ja tunnustamaan heidän tarpeitaan. Vaikuttamisviestinnällä, puheenvuoroilla ja webinaareilla pyritään vaikuttamaan naisiin kohdistuviin ennakkoluuloihin, stigmoihin ja stereotyyppioihin. Tavoitteena on vaikuttaa asenteisiin ja sitä kautta palveluiden rakenteisiin, jotta palveluissa otetaan paremmin huomioon naisten erityiset tarpeet ja siten myös avun hakemisen esteet vähenevät.

2. Toiminta vuonna 2023

| | |
|------------------------------------|-----------|
| SuperNOVAT-ryhmiä | 12 |
| Pop up -ryhmiä | 8 |
| Yksilöllistä tukea sai | 3 naista |
| Ryhmätoimintaan osallistui | 115 |
| Kohtaamiskerrat ryhmätoiminnassa | 256 |
| Naisten vertaistuki-illat verkossa | 2 |
| Vertaistuki-iltoihin osallistui | 12 naista |

Vuoden 2023 aikana hankkeessa toteutettiin Supernovat-ryhmätoimintaa ja pop up -ryhmiä jo vakiintuneen ryhmämallin mukaisesti, järjestettiin sote- ja risealan ammattilaisille ja opiskelijoille suunnattuja webinaareja ja koulutuksia, osallistuttiin erilaisiin tapahtumiin ja paneeleihin ja vastattiin useisiin puheenvuoropyyntöihin. Toimintaa toteutettiin valtakunnallisesti kaikki hankkeen kohderyhmät (rikosseuraamus, päihdemaailmassa elävät naiset, asunnottomat naiset) huomioiden.

Ryhmätoiminnasta kiinnostuneille tai siihen osallistuville naisille tarjottiin mahdollisuutta yksilölliseen tukeen. Työparien kanssa oli mahdollista käydä keskustelua omasta tilanteesta ja pohtia yhdessä sopivia tukimuotoja.

Pop up -ryhmiä toteutettiin enemmän päihteitä vielä käyttävien naisten kanssa. Hankkeen työntekijät huomasivat, että päihteitä vielä käyttävillä naisilla saattoi olla vaikeuksia sitoutua pidempään tunnetyöskentelyyn ja keskustella ryhmäkertojen aiheista pelkässä keskusteluryhmässä. Asioiden käsittely ja niistä puhuminen oli helpompaa toiminnallisessa ja lyhyemmässä ryhmässä, tekemisen lomassa. Ryhmiin osallistuvat naiset toivoivat itse myös toiminnallisempia ryhmiä. Pop up -ryhmien avulla pystyttiin tavoittamaan vielä päihdemaailmassa eläviä palveluiden ulkopuolella olevia naisia ja saamaan heitä osallisiksi toimintaan. Naiset saivat pysähtymistauon ja hetken irtautumisen vaikeasta elämäntilanteestaan sekä hetkellisen hyvinvoinnin kokemuksen. He saivat myös kokemuksen vertaisuudesta muiden naisten kanssa.

Hankkeessa jatkettiin myös SuperNOVAT-etäryhmien tarjoamista yhteistyökumppaneille. Etäryhmien kautta pystyttiin toimimaan maantieteellisesti yhdenvertaisesti ja saavutettavasti ja järjestämään ryhmiä valtakunnallisesti hankkeen tavoitteiden mukaisesti.

3. Ryhmätoiminta

Supernovat-ryhmätoiminta on tarkoitettu rikos-, päihde- ja asunnottomuustaustaisille naisille. Ryhmiä ohjaavat työpareina Supernovat-hankkeen kokemusmentorit ja ryhmätoiminnan ohjaajat. He jalkautuvat ohjaamaan ryhmiä naisvankiloihin, asumisyksiköihin ja muihin naisia tavoittaviin yhteisöihin. Ryhmien tavoitteena on auttaa tunnistamaan omia tarpeita ja antaa uusia ajatuksia, toimintatapoja ja toivoa. Ryhmissä on mahdollista tarkastella omaa elämää ja nykyistä elämäntilannetta.

3.1. Supernovat-ryhmät

SuperNOVAT-ryhmä on ryhmätoiminnan ohjaajan ja kokemusmentorin ohjaama keskusteleva ja voimaannuttava vertaistukiryhmä naisille. SuperNOVAT-vertaistukiryhmä on seitsemän kerran kokonaisuus, jossa jokaisella ryhmäkerralla käsitellään yhtä naisen identiteettiin liittyvää teemaa. Ryhmäkerroilla keskustellaan arkielämään linkittyvistä aiheista, joiden avulla tarkastellaan omaa elettyä elämää sekä suunnataan katse tulevaan. Keskustelua käydään itsensä hyväksymisestä, omista voimavaroista, häpeästä, omista rajoista ja tarpeista sekä ihmissuhteista. Tarkoituksena on vahvistaa omien tarpeiden tunnistamista ja saada uusia ajatuksia. Ryhmä on turvallinen tila jakaa omia ajatuksia ja tunteita juuri sen verran kuin haluaa sekä kuulla muiden kokemuksia. Jokaisella on lupa olla omanlaisensa.

Toiminnan ydin on kokemusmentorin ja ryhmätoiminnan ohjaajan työparityö. Ryhmätoiminnan ohjaaja huolehtii kokoontumisen rakenteesta ja turvallisesta ilmapiiristä. Kokemusmentorilla on tärkeä rooli ryhmään osallistuvana ”sillanrakentajana”, joka tuo toivoa muutoksesta omalla tarinallaan ja puhumalla ryhmäläisten kanssa samaa kieltä.

Keväällä toteutettiin kuusi Supernovat-ryhmää. Ryhmät toteutettiin Silta-Valmennusyhdistys ry:n Naisen yhteisössä Tampereella, Stop Huumeille ry:n kanssa yhteistyössä Helsingissä, Hämeenlinnan vankilassa, Oulunkylän ensikodissa Helsingissä ja Minnan talon Matilda-yhteisössä Järvenpäässä. Keväällä toteutettiin yksi pitkä ryhmä päihteitä vielä aktiivisesti käyttävien naisten kanssa, Espoon kaupungin Olarinluoman asumisyksikössä. Vielä käyttäviä naisia tavoitettiin enemmän Pop up -ryhmien kautta.

Syys- ja talvikauden aikana järjestettiin kuusi pitkää Supernovat-ryhmää. Ryhmät toteutettiin Rinnekodin ylläpitämässä Asunto ensin -mallilla toimivassa Silta-asumisyksikössä ja Helsingin Ensikodit ry:n avopalveluyksikkö Esmiinassa. Etänä järjestettiin ryhmä päihdekuntoutusyksikkö Kostamo-kodissa Joensuussa ja Kestilän vankilassa Oulussa. Loppuvuodesta järjestettiin ryhmä Vantaan A-kiltaan ja Harjulan kumppanuustaloon.

3.2. Pop up -ryhmät

Pop up -ryhmämallia kehitettiin SuperNOVAT materiaalien pohjalta. Pop up -ryhmissä haluttiin tarjota naisille toiminnallisempaa tekemistä SuperNOVAT-teemojen käsittelyn lisäksi. Pop up -ryhmätapaaminen koostuu yhdestä SuperNOVAT-vertaistukiryhmän aiheesta ja ohjatusta keskustelusta, jonka jälkeen on yhteinen lounas. Lounaan jälkeen tapaaminen jatkuu toiminnallisten harjoitusten merkeissä. Pop up -ryhmän sisältö ja toteutus sovitaan aina erikseen kulloisenkin yhteistyökumppanin ja -paikan kanssa.

Pop up -ryhmien tavoitteena oli myös esitellä perus SuperNOVAT-ryhmämallia ja tarjota eri yksiköille ja yhteistyökumppaneille maistainen Supernovat-vertaistukiryhmätoiminnasta. Pop up -ryhmätoiminnan kautta pystyttiin verkostoitumaan laajemmin ja tavoittamaan enemmän mahdollisia yhteistyökumppaneita ja samalla esittelemään SuperNOVAT-toimintaa. Pop up -ryhmien kautta tavoitettiin myös määrällisesti enemmän kohderyhmään kuuluvia naisia. Hankkeessa toteutettiin hankekauden aikana useampia pop up -ryhmiä.



Keväällä toteutettiin neljä Pop up -ryhmää päihteitä vielä aktiivisesti käyttäville naisille A- klinikasäätien kohtaamispaikka Völjyssä Tampereella, Asumisyksikkö Helsingin Vieraskodissa ja Diakonissalaitoksen Silta-asumisyksikössä Helsingissä. Lisäksi hankkeen kokemusmentori toteutti eläinavusteisen Pop up -ryhmän yhteistyössä Eläinkuusikon kanssa Silta-asumisyksikön naisille. Pop up -ryhmissä hyödynnettiin toiminnallisia menetelmiä Supernovat-ryhmien esittelyn ja aiheiden käsittelyn lisäksi. Ryhmissä tehtiin mm. Makrame-punontaa, pidettiin kauneudenhoitohetki, käytiin läpi tunteita eläinavusteisesti aasien kanssa ja grillattiin.





Syksyllä toteutettiin neljä Pop up -ryhmää. Tampereella Völjyssä ryhmää vietettiin jouluisissa tunnelmissa tehden pipareita ja joulukortteja. Naisten päivää vietettiin Tampereen Pro-tukipiste ry:llä. Päivän aikana keskusteltiin mielen hallinnasta, ajatusten voimasta ja siitä, mihin asioihin elämässä voi vaikuttaa. Vanajan vankilassa järjestettiin Sirkus Magentan kanssa yhteistyössä Sosiaalinen sirkus. Hankkeen kokemusmentori toteutti eläinavusteisen Pop up -ryhmän yhteistyössä Eläinkuusikon kanssa. Päivän aikana käytiin läpi tunteita aasien avustuksella. Kaksi sovittua pop up -ryhmää peruuntui sairastumisten vuoksi. Toinen siirtyi pidettäväksi helmikuussa 2024.

3.3. Yksilötuki

Ryhmätoiminnan aikana ja sen jälkeen tarjottiin mahdollisuutta yksilökeskusteluihin. Yksilökeskustelujen tarjoamisen tavoitteena oli tarjota riittävä tuki ja kannattelu ryhmäprosessin aikana nouseville ajatuksille ja tunteille. Tavoitteena oli herätellä ajatuksia ja madaltaa kynnystä ryhmätoimintaan osallistumiselle, tai löytää muita sopivia vertaistuen muotoja. Yksilötukeen ei kuulunut esimerkiksi asioiden hoitamista tai tukihenkilötoimintaa, vaan tarvittava muu tuki ja palvelut etsittiin yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa. Yksilöllistä tukea tarjottiin vuoden aikana kolmelle naiselle.

4. Ryhmätoiminnan tuloksia vuodelta 2023

SuperNOVAT-ryhmätoiminnan ja yksilötuen tavoitteena on antaa marginaalissa eläville naisille työkaluja oman hyvinvoinnin edistämiseen sekä eheään identiteettiin. Tavoitteen toteutumiseksi on asetettu seitsemän kohderyhmän naiseen liittyvää tulostittaria:

TULOSMITTARIT

- Naisten luottamus ammattilaisiin ja avun hakemiseen kasvoi.
- Naisten kyky käsitellä ristiriitoja kasvoi.
- Naisten rehellisyys vuorovaikutussuhteissa lisääntyi.
- Naisten suhde omaan itseen parantui.
- Naisten ymmärrys ja tieto addiktiosairaudesta lisääntyi.
- Naisten ymmärrys omasta päihteiden käytöstä lisääntyi.
- Naiset saivat oivalluksia omista rooleistaan ja toimintatavoistaan.



Tärkein arvioinnin ja tiedon keruun tapa toiminnan tuloksista olivat ryhmä ohjanneiden työparien tekemä osallistuva havainnointi ja suullinen palaute, jota kirjattiin ylös välittömästi jokaisen ryhmäkerran jälkeen. Työparit tekivät jokaisen ryhmäkerran jälkeen webropol-raportin ryhmäkerran toteutumisesta. Tulosten todentamisen mittareina toimivat naisten jakamat oivallukset ja konkreettiset muutokset, joita he kuvasivat tehneensä ryhmäprosessin aikana tai sen jälkeen.

Ryhmätoiminnan osallistujilta kerättiin lisäksi kirjallinen palaute ryhmän päättyessä, kun se oli mahdollista. Ryhmätoiminnan raportointiin käytettiin Webropol-lomakkeita, joihin työparit kirjasivat määrällistä tietoa ja omia havaintoja toiminnan tuloksista. Myös henkilökunnalta kerättiin palautetta webropol-lomakkeilla. Henkilökunnalta pyydettiin palautetta ryhmän sisällöistä, havaintoja ryhmän vaikutuksista naisten elämään ja yhteistyöstä ohjaajien kanssa.

4.1. Naisten luottamus ammattilaisiin ja avun hakemiseen kasvoi

Yhdessä ryhmässä naiset ovat ilmaisseet ensimmäisillä ryhmäkerroilla olevansa ennakkoluuloisia niin ryhmää kuin ryhmänohjaajia kohtaan. Ryhmäläisten osallistuminen kaikille ryhmäkerroille kertoi kuitenkin sitoutumisesta ryhmään ja luottamuksesta ryhmänohjaajiin. Yksi ryhmäläinen oli tuonut esiin, että on tärkeää, että ohjaajalla on omaa kokemusta. Ryhmä koettiin turvalliseksi tilaksi jakaa asioita ja keskustella ja ryhmäläiset jakoivat omia kokemuksiaan ryhmäkertojen edetessä avoimemmin.

Ryhmäläiset puhuivat siitä, että ryhmän jälkeen oli parempi olo. Yksi kertoi, että Supernovat-ryhmä on tila, jossa hän voi olla oma itsensä. Naiset kertoivat, että ryhmässä on rauhallinen ja turvallinen olo, se koettiin myös omaksi ajaksi.

"Kiitos oli kivaa. Olette mahtavia ja tuli vapaa tunne puhua."

"Ryhmä oli paras, Turvallinen ja lämmin ilmapiiri. Olette mahtavia"

"Ihanat ryhmänvetäjät"

"Olette super- ihania naisia. KIITOS ETTÄ PIDITTE MEILLE TÄTÄ"

4.2. Naisten kyky käsitellä ristiriitoja kasvoi

Ryhmäkerrat olivat saaneet naisilla ajatuksia liikkeelle ja välillä naiset olivat joutuneet epämukavuus-alueelle. Epämukavuuden sietäminen ryhmätapaamisilla kertoi kyvystä kestää ristiriitaistakin oloa. Riitaisia ja konfliktinhakuinen käyttäytyminen oli vähentynyt ryhmässä viimeisiä tapaamiskertoja kohti. Naisten kanssa oli kerrattu ryhmän sääntöjä ja turvallisemman tilan periaatteita ja se oli vaikuttanut ryhmässä käyttäytymiseen.

Ryhmäläisten oli melko helppo tunnistaa häpeän ja syyllisyyden ero. Naiset eivät osanneet vastata, miten toimivat, kun itse kokevat häpeää, mutta kun kysyttiin, miten toimivat, kun toinen kokee häpeää, kertoivat lohduttavansa ja tsemppaavansa. Naiset kokivat häpeää siitä, että ovat olleet itse väkivalan uhreja – omat heikkoudet ja niiden näyttäminen aiheuttavat häpeää. Yksi ryhmäläinen sanoi, ettei häpeä mitään, on aina oma itsensä ja puhuu niin kuin haluaa. Seuraavalla kerralla hän kertoi ymmärtäneensä, ettei pitäisi sanoa asioita niin suoraan tai tiukasti, että joutuu sitten pyytämään anteeksi pahoittaessaan toisen mielen.

Naiset kertoivat, että perheen kanssa on kaikista vaikeinta pitää kiinni omista rajoista, koska ei halua loukata rajaamalla. Eniten naisia loukkasi se, jos etäännyttyä antaa vaikutelman, ettei halua olla tekemi-

sissä. Ryhmässä todettiin, että ne ihmissuhteet, joissa kunnioitetaan sekä omia että toisten rajoja, ovat toimivimpia ja turvallisimpia.

Henkilökunnan mukaan ryhmässä oli saatu kokemusta, että itsellä ovat asiat hyvin ja ymmärrys muita kohtaan oli kasvanut. Myös väkivallan tunnistaminen oli parantunut. Henkilökunta havaitsi, kuinka naiset olivat alkaneet toimia paremmin yhteishengessä.

"Oli kiva huomata, että muillakin samoja haasteita kuin itsellä."

"Usein vertaamme omia heikkouksiamme muiden vahvuuksiin"

4.3. Naisten rehellisyys vuorovaikutussuhteissa lisääntyi

Naiset toivat esiin, että tuntui vaikealta jakaa itsestään ja elämästään, mutta jo esittäytymiskierroksella he kertoivat kuitenkin vaikeita asioita menneisyydestään. Naiset muuttuivat avoimemmiksi, kun rentoutuivat ryhmän edetessä. Jokaisella ryhmäkerralla päästiin syvemmälle aiheisiin, kun ryhmäläiset puhuivat avoimemmin.

Yhdessä ryhmässä yleinen havainto ryhmän osalta oli, että rehellisyys ja avoimuus vuorovaikutussuhteissa lisääntyi. Yhdellä ryhmäkerralla yksi ryhmäläisistä jakoi ryhmässä asian, jota ei ollut kertonut kellekään. Hänen olonsa parani ja helpotus asian ääneen sanomisesta oli silmännähtävää. Myös ryhmäläinen, joka ei aiemmillä kerroilla ollut puhunut mitään, puhui ja halusi vastata ensimmäisenä kysymykseen. Yhdellä ryhmäkerralla yksi ryhmäläisistä ilmaisi ryhmässä, että olisi halunnut jakaa, muttei siinä hetkessä pystynyt. Toisessa ryhmässä ryhmäkerran ainoa osallistuja korosti, että koki keskustelun erittäin tärkeäksi nimenomaan siksi, kun tiesi voivansa olla rehellinen itsensä vuoksi, eikä tarvitse toisen takia kokea häpeää.

Yhdessä ryhmässä naiset jakoivat rehellisesti kokemuksiaan. Yksi osallistuja kertoi välttelevänsä tunteita. Positiivisia tunteita on helpompi tunnistaa. Vihan tunne on hankala, ryhmäläinen on ajatellut aiemmin sen olleen vain raivoamista. Osallistujat jakoivat toisilleen vertaistukea.

"Sain olla oma itseni."

"Kun on naisten ryhmä, voi jakaa vapaammin kuin, jos [ryhmässä] olisi myös miehiä."

"Sai avautua omista asioista."

4.4. Naisten suhde omaan itseen parantui.

Naiset puhuivat siitä, kuinka pitävät itsestään ja yksi ryhmäläinen kertoi, ettei ajattele itsestään enää niin rumasti kuin ennen. Ryhmissä oli puhuttu itsen hyväksymisestä ja siitä, miten voisi olla lempeämpi itseään kohtaan. Naiset toivat esiin, että itseä voi soimata vähemmän. Yksi osallistuja oli kertonut hakeutuneensa terapiaan.

Osalla ryhmäläisistä oli vaikeuksia tunnistaa sitä, miten sisäinen puhe toimii. Naiset puhuivat tunteiden tunnistamisen haasteellisuudesta ja siitä, miten tunteet piiloutuvat esim. vihan ja ahdistuksen alle. Tunteista oli puhuttu paljon ja tieto siitä, että tunteet menevät aina ohi, tuntui lohdulliselta. Ryhmässä oli myös paljon keskustelua itsensä hyväksymisestä. Naisilla on kovia paineita ja odotuksia niin ulkonäön kuin muunkin olemisen suhteen yhteiskunnassamme.

Yhdessä ryhmässä oli jaettu havaintoja rutiinien tärkeydestä, kuin myös siitä, että niiden ylläpitäminen on haasteellista. Naiset olivat löytäneet omia voimavaroja ja tunnistanee myös vahvuuksia itsessään.

"Parempaa itsetuntemusta ja anteeksiantoa itseäni kohtaan"

"Ymmärrän paremmin omia ajatuksia ja rajoja"

Henkilökunnan palaute: Ryhmä innosti naisia keskustelemaan ja lisäsi yhteen hiileen puhaltamista. Antoi itseluottamusta vertaisten kautta: minä riitän!

"Yritä elää tänään niin, että seuraavana päivänä on hyvä olla."

Yhdessä ryhmässä käytiin keskustelua omista rajoista. Omien rajojen asettaminen ja ei-sanankäyttö on ollut vaikeaa, mutta opettelu käynnissä ja ryhmä kannusti tähän. Naiset tunnistivat myös kehityksen itsessään.

4.5. Naisten ymmärrys ja tieto addiktiosairaudesta lisääntyi & Naisten ymmärrys omasta päihteiden käytöstä lisääntyi

Ryhmäläinen kertoi palautteessa saaneensa uutta näkökulmaa päihdesairauteensa. Yhdessä ryhmässä oli puhuttu myös käyttöhaluista ja -ajatuksista, ja siitä miten ne aiheuttavat häpeää. Ryhmässä käytiin keskustelua myös vanhempien päihteidenkäytöstä, ja ryhmäläiset tunnistivat lapsuudessa opittujen toimintamallien vaikutuksen elämässään.

Ryhmäläiset toivat esille kuinka vaativia ja ankaria he ovat itseään kohtaan. Yksin olo nousi esille korvaavana toimintana läheisriippuvuuden vastavoimana. Ryhmässä oli käyty keskustelua päihteiden käytön ja riippuvuuksien syistä sekä keinoista, millä suojata itseään altistavissa hetkissä.

4.6. Naiset saivat oivalluksia omista rooleistaan ja toimintatavoistaan.

Ryhmäläiset pohtivat naisten ulkonäköä ja yhteiskunnan naisille ja tytöille asettamia odotuksia verrattuna poikiin ja miehiin ja miten vanhempien odotukset vaikuttavat vielä tänäkin päivänä. Naiset pohtivat

sitä, miten tunteiden näyttämisen kieltäminen lapsena vaikuttaa siihen, ettei vieläkään osaa tunnistaa ja käsitellä hankalia tunteita.

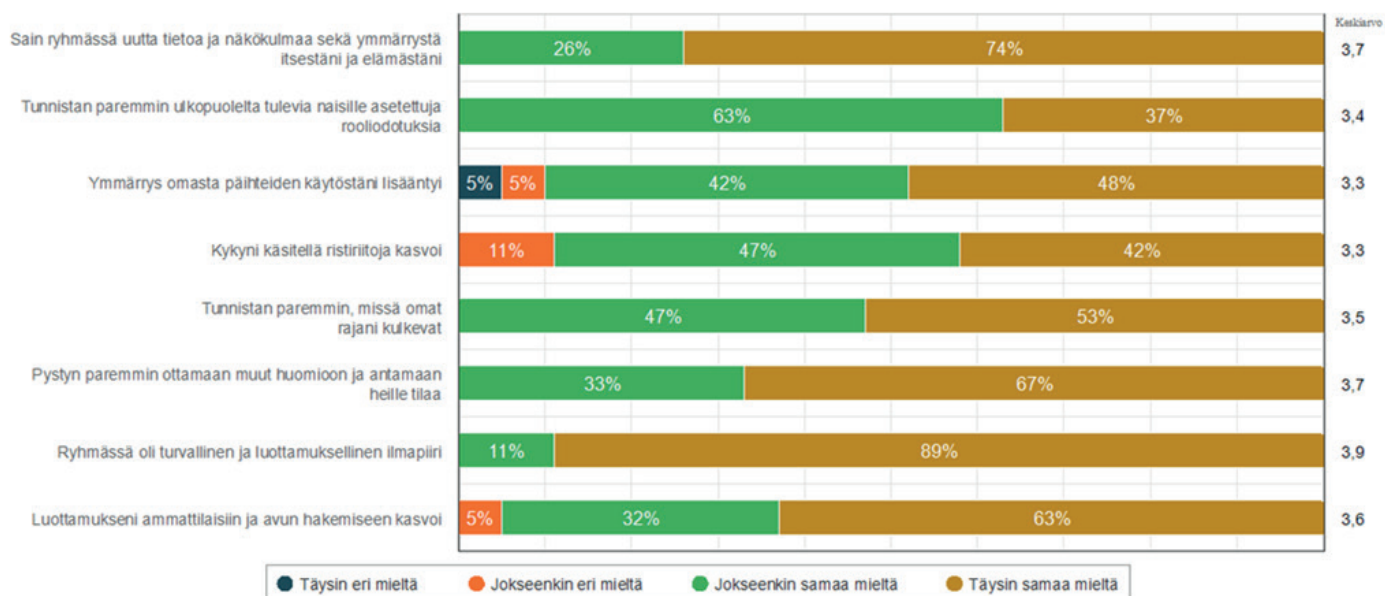
Ryhmässä keskusteltiin tunteiden kuohahtamisen tunnistamisesta ja siihen jaettiin erilaisia toimintatapoja, joita voi käyttää (DKT, tip, stop). Puhuimme siitä, miten naiset olivat ennen tilanteissa toimineet ja miten toimivat nykyään. Naiset huomioivat, miten moni asia on muuttunut. Ryhmäläiset kokivat, että vaikka asioita on käsitelty muutenkin, tuli kuitenkin taas katsottua itseä uudelta kantilta.

Yksi ryhmäläinen pohti paljon toimintatapojaan ihmissuhteissa, miten on toiminut ennen ja miten sitä samaa kaavaa jatkaa edelleen. Keskustelun pohjalta ryhmäläinen tunnisti tietyn kaavan, jota toistaa ihmissuhteissaan. Kun se oli nyt selkeästi havaittavissa, hän uskalsi asiaa käydä läpi rehellisesti, ilman pelkoa tuomitukseksi tulemisesta. Toinen ryhmäläinen sanoi, ettei halua enää elää niin kuin muut olettavat hänen elävän. Eräs ryhmäläinen huomioi kysymyskorttiin vastatessaan, kuinka monta erilaista roolia hänellä on ja toinen pohti, millainen ihminen on sen jälkeen, kun kaikki roolit riisuttu pois.

"Jos mä tykkään tästä mun nykyisestä elämästäni, niin miksi mä en tykkäisi myös minusta itsenäni."

"Luo itse omaa todellisuutta."

Ryhmään osallistuneiden naisten antamat palautteet. Vastaajia pyydettiin arvioimaan seuraavia ryhmää koskevia väittämiä (vastaajien määrä: 19):



5. Vaikuttamistyö

Koulutuksiin ja tapahtumiin osallistui yhteensä

1113

henkilöä vuonna 2023

kanssa. Hankkeen työntekijät olivat myös mukana RITA-hankkeen ohjausryhmässä. Hankkeesta tehtiin yhteistyövierailu Pro-tukipiste Helsingin toimipisteelle. Lisäksi hankkeen työntekijät osallistuivat vaikuttamistyön tapahtumiin ja erilaisiin verkostoihin.

Yhteistyötä tehtiin monien eri toimijoiden kanssa niin vaikuttamistyössä kuin toiminnan järjestämisessä. Vuonna 2023 Supernovat-hanke järjesti omia ja verkostojen kanssa yhteistyössä toteutettuja koulutuksia, osallistui paneeleihin ja piti puheenvuoroja sekä toteutti kaksi hankkeen omaa webinaaria.

Supernovat-hanke osallistui aktiivisesti mm. Nais erityisen työn verkostoon ja Eduskunnan Nepsy-verkostoon sekä teki tapahtumayhteistyötä mm. Veerat-hankkeen ja Rikoksetoman elämän tukisäätiön (RETS) Naiset näkyviksi -toiminnan

5.1. Supernovat-hankkeen webinaarit ja koulutustoiminta

Webinaarien aiheiksi valittiin kaksi teemaa, jotka nousivat Supernovat-ryhmäläisten toiveista: häpeä ja seksuaalisuus. Webinaariteemojen lisäksi hanketiimi viimeisteli oman Supernovat Nais erityisyys -koulutuksen.



**Häpeän
monet muodot**

Maksuton
webinaari
23.3.2023
klo 12-16.45

Hankkeessa järjestettiin 23.3.2023 webinaari: Häpeän monet muodot. Webinaarin suoraa lähetystä seurasi **288** henkilöä. Osallistujia saatiin valtakunnallisesti kaikista Suomen maakunnista paitsi Ahvenanmaalta ja Kainuusta. Webinaari tallennettiin ja se on osittain nähtävissä hankkeen YouTube-kanavalla. Webinaarissa käsiteltiin häpeän syntymiseen vaikuttavia tekijöitä ja millä tavoin häpeä ilmenee naisten elämässä. Tilaisuuden avulla haluttiin lisätä ymmärrystä siitä, miten häpeää kokevia naisia voi kohdata. Puhujina webinaarissa olivat psykologi Katja Myllyviita ja johtaja Kaisa Tammi Hämeenlinnan Rikosseuraamuskeskuksesta sekä Ninan ja Aminan kokemuspuheenvuorot.

Palautekyselyyn vastasi 110 henkilöä, joista yksi ilmoitti työskentelevänsä rikosseuraamusalalla. Osallistujista 89 % oli täysin tai jokseenkin samaa mieltä, että sai uutta faktatietoa naisten kokemasta häpeästä. 93 % vastaajista oli täysin tai jokseenkin samaa mieltä siitä, että voi soveltaa webinaarin antia omassa työssään tai elämässään. Vastaajista 89 % oli täysin tai jokseenkin samaa mieltä, että voi viedä koulutuksesta jotakin mukanaan työyhteisönsä tai arkeensa.

Hankkeessa järjestettiin 14.11.2023 webinaari: Seksuaalinen hyvinvointi, suostumus ja nautinto. Webinaari oli katsottavissa vain suorana, mutta tallennettiin hankkeen omaan käyttöön. Ilmoittautuneita oli yhteensä 176. Lähetystä seurasi parhaimmillaan **100** aiheesta kiinnostunutta. Webinaarissa käsitel-

tiin seksuaalioikeuksia ja sitä, miten etuoikeudet vaikuttavat seksuaalisuuteen sekä kuultiin havaintoja käytännön nais erityisestä työstä. Webinaarissa kuultiin myös kokemuspuheenvuorot. Aihe oli nousut esiin Supernovat-toiminnassa.

Seksuaalinen hyvinvointi, suostumus ja nautinto

Maksuton webinaari ti 14.11.2023 klo 12–15:30



Sari Rantaniemi

Kliininen seksuaalisuuden, sukupuolisuuden ja suhteiden monimuotoisuuden asiantuntija



Amanda Johansson

Seksuaaliterapeutti, asiakastyöntekijä, RETS Nais erityinen työ



Riikka

Kokemusmentori, Supernovat



Amina

Koulutettu kokemusasiantuntija



Tuutikki Ijäs

Juontaja, projektipäällikkö, Supernovat



Palautekyselyyn vastasi 38, joista 87 % oli täysin tai jokseenkin samaa mieltä, että sai uutta faktatietoa webinaarin teemoista. Vastaajista 86 % kertoo webinaarin lisänneen ymmärrystä seksuaalisesta hyvinvoinnista, suostumuksesta ja nautinnosta. 95 % vastaajista oli täysin tai jokseenkin samaa mieltä siitä, että voi soveltaa webinaarin antia omassa työssään tai elämässään. Vastaajista 89 % oli täysin tai jokseenkin samaa mieltä, että voi viedä koulutuksesta jotakin mukanaan työyhteisöönsä tai arkeensa.

Supernovat-hankkeen laatima nais erityinen koulutus on suunnattu kaikille ammattilaisille ja yhteisöille, jotka kohtaavat arjessaan rikos-, päihde- ja asunnottomuustaustaisia naisia. Koulutuksen teemoja ovat mm. traumojen huomioiminen kohtaamisessa, oppimisvaikeudet ja neuropsykiatrisen kirjon teemat, naisena päihdemaailmassa, sosiaalisten suhteiden merkitys naisille ja ammattilaisten itsetuntemuksen vahvistaminen. Koulutuksessa käsitellään myös sitä, mikä voi estää naista hakemasta apua ja millaisiin keinoihin nainen silloin saattaa turvautua.

Hankkeen työpari, ryhmätoiminnan ohjaaja ja kokemusmentori, vierailivat Laurea-ammattikorkeakoulussa 23.11. kouluttamassa KEIJO-kokemusasiantuntijaopiskelijoita nais erityisyydestä. Koulutuksessa käytettiin hankkeessa kehitettyä Supernovat-hankkeen nais erityisyyskoulutusmateriaalia.

| Hankkeen omat webinaarit | | |
|--------------------------|--|--------------|
| Päivämäärä | Otsikko | Osallistujat |
| 23.3.2023 | Häpeän monet muodot /Supernovat- tiimi | 288 |
| 14.11.2023 | Seksuaalinen hyvinvointi, suostumus ja nautinto. / Supernovat- tiimi | 100 |
| | Yhteensä | 388 |

Häpeä-webinaarin palautteita

"Todella sujuvasti ja saumattomasti järjestetty tapahtuma, hyvin oli varattu aikaa kysymyksille. Hyvät puhujat. Tällainen teemapäivä pitäisi järjestää kaikissa soteorganisaatioissa!"

"Toivoisin tällaisten seminaarien järjestämiseen sellaista traumatietoisuutta, että toteutuksessa huomioitaisiin, että aiheen käsittely aktivoi tunteita ja voi vaikuttaa vireystilaan. Eli ohjatusti tehtäisiin välillä vireystilaa sääteleviä harjoituksia ja myös sanallistettaisiin sitä, että raskaiden asioiden käsittely saattaa aktivoida itsessä ja kehossa erilaisia reaktioita."

Kiitos teille aivan upeasta Häpeä-webinaarista ❤️ Vuorokausi koulutuksen jälkeen en vielä löydä kiitoksen sanoja mitkä riittäisi kuvaamaan, miten paljon tämä koulutus antoi. Kokemusasiantuntijoiden puhevuorojen jälkeen kyneleet valuiivat silmistäni. Hei, Mä oon tehnyt 27 v työtä psykiatrialla ja ensimmäistä kertaa koulutuksen jälkeen kynelehdin. Uskomatonta rohkeutta kokemusasiantuntijoilta ❤️ Kiitos 😊!

Seksuaalinen hyvinvointi, suostumus ja nautinto -webinaarin palautteita

"Antoi jo oppimaani osaamiseen syvällisempää ja avoimempaa näkökulmaa. Opin uutta seksuaalisuudesta ja sen monipuolisuudesta. Osaan jatkossa vielä paremmin kohdata asiakkaan ja avata keskustelua seksuaalisuudesta."

"Paljon uusia ajatuksia omasta turvallisuudesta ja kuinka se on henkilökohtaisesti erilainen. Myös webinaari antoi minulle keinoja ja sanoja, työkaluja työssäni edistämään omaa asiakastyötäni sekä antamaan infoa myös työyhteisölleni."

5.2. Verkostoyhteistyönä toteutetut koulutukset ja tapahtumat

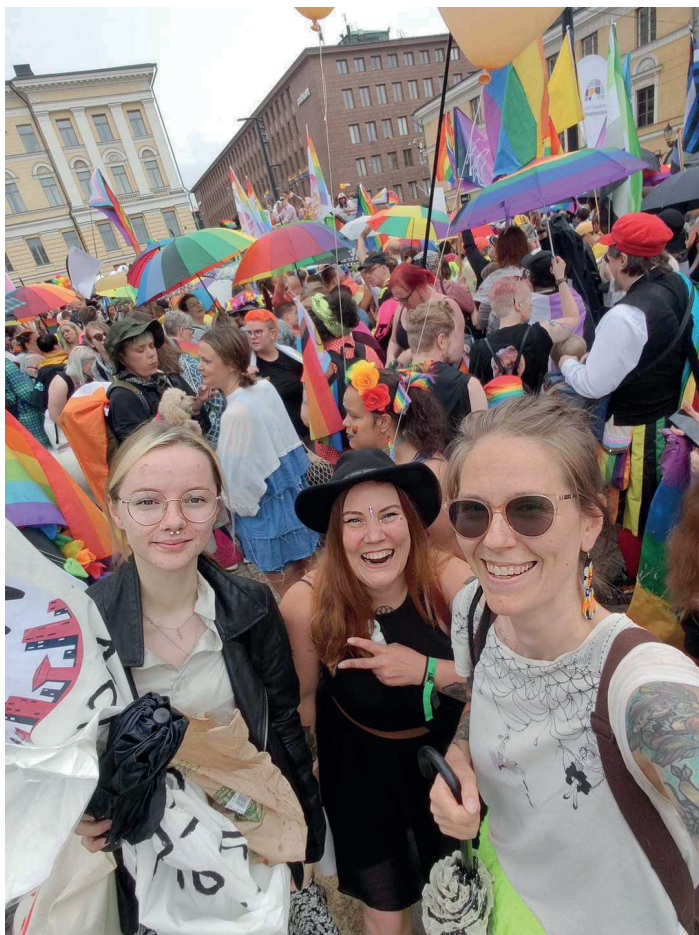
Keväällä 2023 Supernovat-hanke toteutti yhteistyössä Naiserityisen työn verkoston kanssa paneelikeskustelun Näkymätön naiseus – naiseuden vahvistaminen toipumisen tukena 8.3.2023. Paneelikeskustelussa käsiteltiin nais erityistä työtä ja kysyttiin, miksi tarvitaan palveluita vain naisille ja mitä naisia kohtaavien ammattilaisten tulisi huomioida. Paneelissa pohdittiin myös, mitä esteitä avun hakemiselle ja kokonaisvaltaiselle toipumiselle voi olla. Paneelikeskusteluun osallistui sekä naisten kanssa työskenteleviä ammattilaisia ja kokemusasiantuntijoita.

Supernovat-hanke toteutti yhteistyössä Naisten päihde- ja vankilatyön verkostopäivien kanssa kaksi webinaaria vuonna 2023. Kevään webinaarin aiheena oli *Nainen ja keho* ja se pidettiin 4.5.2023. Webinaarissa tutustuttiin päihde- ja rikostaustaisten naisten naiseuteen ja kehollisuuteen liittyviin erityiskysymyksiin. Webinaarin puheenvuorot käsittelivät mm. syömishäiriöitä, seksuaalisuutta ja kehollisuutta traumatietoisesta näkökulmasta. Supernovat-hanke hoiti webinaarin teknisen toteutuksen ja hankkeen kokemusasiantuntija piti puheenvuoron otsikolla *Minun kehonkuvani*. Työryhmässä olivat Kriminaalihuollon tukisäätiö sr, A-Kiltojen Liitto ry, Riippuvuustyön kehittämissyksikkö Kirkkopalvelut ry, Suur-Helsingin Valkonauha ry, VEERAT-hanke, Riksu-hanke ja Supernovat-hanke.

Syksyn webinaarin teemana oli *Turvallisen turvattomat ihmissuhteet*. Webinaarissa syvennyttiin päihde- ja rikostaustaisten naisten turvallisuuteen ja ihmissuhteisiin liittyviin erityiskysymyksiin. Webinaari toteutettiin 5.10.2023. Tilaisuus oli tarkoitettu rikos- tai päihdetaustaisia naisia kohtaaville, alaa opiskeleville tai muuten aiheesta kiinnostuneille. Supernovat-hanke vastasi webinaarin teknisestä toteutuksesta. Hankkeen projektipäällikkö piti webinaarissa puheenvuoron läheisriippuvuudesta ja kokemusmentori puheenvuoron otsikolla *Ihmissuhteet – Mitä ne ovat minulle?* Työryhmässä olivat Kriminaalihuollon tukisäätiö sr, A-Kiltojen Liitto ry, Riippuvuustyön kehittämissyksikkö Kirkkopalvelut ry, VEERAT-hanke ja Supernovat-hanke.

| Verkostoyhteistyönä toteutetut koulutukset | | |
|--|--|--------------|
| Päivämäärä | Otsikko | Osallistujat |
| 8.3.2023 | Paneelikeskustelu Näkymätön naiseus – naiseuden vahvistaminen toipumisen tukena/ Projektipäällikkö Tuutikki Ijäs fasilitoi ja hankkeessa työharjoittelussa ollut kokemusasiantuntija Amina oli panelistina | 37 |
| 4.5.2023 | Naisten päihde- ja vankilatyön verkostopäivän webinaari: "Nainen ja keho"/ Suunnittelu ja tekninen tuki ryhmätoiminnan ohjaaja Anni Peltoniemi ja kokemusmentori Riikka Tuomi, puheenvuoro kokemusasiantuntija Amina | 145 |
| 5.10.2023 | Naisten päihde- ja vankilatyön verkostopäivän webinaari: Turvallisen turvattomat ihmissuhteet | 130 |
| | Yhteensä | 312 |

Supernovat-hanke järjesti yhteistyössä RETS Naiserityisen työn kanssa Zoomissa Seksuaalisuus – vertaistuki-illan 26.9. ja 31.10. Keskustelutilaisuuksissa käytiin keskustelua seksuaalisesta hyvinvoinnista.



Vertaistuki-ilta oli suunnattu rikos-, päihde- ja asunnottomuustautaisille naisille. Aiheesta osallistujien kanssa olivat keskustelemassa Supernovat-hankkeesta ryhmätoiminnan ohjaaja ja kokemusmentori.

Lisäksi Supernovat oli mukana esittelemässä toimintaansa Kontula Arts School -tapahtumassa 9.3.2023, Vety-verkoston Toimijatreffeillä Tiivistämöllä 29.3.2023, Päihdepäivillä 10.-11.5.2023 ja Vankimessuilla 4.6.2023. Hankkeen kokemusmentori osallistui Euroopan asunnottomuusjärjestöjen kattojärjestön Feantsan seminaariin Tukholmassa 1.-2.6. 2023 ja viikon mittaiseen työpajaan Budapestissa 16.-20.10.2023. Viikon teemana oli Ending Youth Homelessness by Addressing Trauma.

Supernovat oli 1.7. kävelemässä ihmisoikeuksien ja yhdenvertaisuuden puolesta osana Pride-tapahtumakulkuetta Riemu ja kapina. Ammattilaisia, naisia ja asiasta kiinnostuneita tavoitettiin

myös Asunnottomien yö -tapahtumassa Helsingissä 17.10.2023.

Verkostoyhteistyönä toteutetut tapahtumat

| Päivämäärä | Otsikko | Kohtaamisia |
|---------------|--|-------------|
| 9.3.2023 | Kontula Arts School- tapahtuma/ Laura Bredin | |
| 29.3.2023 | Vety- verkoston Toimijatreffit, Tiivistäjä, Helsinki /Laura Bredin ja kokemusasiiantuntija- työharjoittelija Amina | |
| 10.-11.5.2023 | Päihdepäivät, Kulttuuritalo, Helsinki / Koko tiimi | 260 |
| 4.6.2023 | Vankimessut, Kalliolan Settlementitalo, Helsinki | 200 |
| 1.7.2023 | Supernovat oli mukana Riemu ja Kapina Pride-tapahtumakulkueessa | |
| 26.9.2023 | Seksuaalisuus-vertaistuki-ilta 1 /Ryhmätoiminnan ohjaaja Minne-Elisa Rytönen ja Kokemusmentori Riikka Tuomi /Amanda Johansson, RETS | |
| 17.10.2023 | Asunnottomien yö Helsingissä /Ryhmätoiminnan ohjaaja Anni Peltoniemi, projektipäälliköt Carole Brady, Vva ry ja Tuutikki Ijäs, Naistenkartano ry | 200 |
| 31.10.2023 | Seksuaalisuus-vertaistuki-ilta 2 /Ryhmätoiminnan ohjaaja Minna-Elisa Rytönen ja Kokemusmentori Riikka Tuomi/Amanda Johansson, RETS | |
| | Yhteensä | 660 |

5.3. Puheenvuorot ja asiantuntijalausunnot

Hankkeen puheenvuoroissa esiteltiin Supernovat-hanketta ja käsiteltiin nais erityisyyttä, naisen asemaa päihdemaailmassa, naisten tarpeita ja kohtaamista, traumatietoista työtettä ja naisten asumisen haasteita.



Keväällä hankkeen kokemusmentori osallistui 27.3. Keskustakirjasto Oodissa keskustelutilaisuuteen: *Päihdehaitat yhteiskunnalle ja työnantajille*. Tilaisuudessa osallistujat pitivät viiden minuutin alustuksen aiheestaan ennen paneelikeskustelua, jonka jälkeen yleisöllä oli mahdollisuus esittää kysymyksiä. Projektipäällikkö esitteli 15.6. Vva ry:n virkistyspaikassa Vartiosaareissa hankkeen toimintaa Erasmus+ Person First -projektin kansainvälisille vieraille. Hankkeen kokemusmentori osallistui Suomi Areenaan Stop Huumeille ry:n paneelikeskusteluun *Vaihtoehdot vähissä – huoli päihdekuntoutuksen tulevaisuudesta* 27.6.

Hankkeen kokemusmentorit osallistuivat Kokemusasiantuntijat verkossa -hankkeen tuottamaan kahdeksan dokumenttiin: *Kokemusäänellä* ja *Katujen asiantuntijat*. Kokemusäänellä-dokumentti syventyy rikos- ja päihdetaustaisten kokemusasiantuntijoiden työelämään, ennakkoluuloihin ja kohtaamiseen. Katujen asiantuntijat -lyhytdokumentti tarjoaa näkökulman kokemusasiantuntijuuteen neljän henkilökuvan kautta.

Hankkeen kokemusmentori piti puheenvuoron Laurea-Ammattikorkeakoulun seminaarissa lähisuhteiden väkivallasta 27.9. Yhdenvertaisuusvaltuutetun toimiston erikoistutkija kävi hankkeen työntekijöiden kanssa keskustelua marginalisoitujen naisten asemasta. Erityisteemoina oli tarkastella naisten asunnottomuuden, päihteiden käytön ja rikoskierteen yhteen kietoutumista väkivalta- ja hyväksikäyttökokemusten kautta. Teamsissa käyty keskustelu pidettiin 4.10. Supernovat-hankkeen ryhmätoiminnan ohjaaja ja kokemusmentori osallistuivat Tampereella 7.11. Asumissosiaalisen työn teemapäivän paneelikeskusteluun. Päivän aiheena oli nais erityisyys. Yhdessä pohdittiin nais erityisyyden parempaa huomioimista sosiaali- ja asumispalveluissa. Huumeisiin kuolleiden muistopäivänä 7.11. Supernovat-hankkeen edustaja osallistui muiden järjestötoimijoiden kanssa Eduskunnassa järjestettyyn verkostotapaamiseen. Turun alueen seksuaaliväkivallan ehkäisytyöryhmän järjestämässä seminaarissa Supernovatin kokemusmentori piti 29.11. puheenvuoron päihteistä ja naisseudesta.



VTT, dosentti Riitta Granfelt on laatinut tutkivalla, kansatutkimuksen periaatteita väljästi noudattavalla otteella Supernovat-hankkeen kokemusmentori Riikka Tuomen ja VVA:n Kokeman mentoreiden Jenni Erosen ja Tii Judénin kanssa kokemustietoon perustuvan puheenvuoron: *Meidän naiset – Kokemusasiantuntijoiden kokemuksia korona-ajan työstä kaduilla ja päiväkeskuksessa*. Teksti on julkaistu vuonna 2023 ilmestyneessä teoksessa Hekkala M & Raitakari S (toim.): Osallisuutta ja osatto-

muutta yhteiskunnan marginaaleissa – Muuntuvat palvelut ja hyvinvointi koronapandemiassa.



| Puheenvuorot ja asiantuntijalausunnot | |
|---------------------------------------|--|
| Päivämäärä | Aihe / otsikko |
| 27.3. 2023 | Päihdehaitat yhteiskunnalle ja työnantajille -keskustelutilaisuus / Kokemusmentori Riikka Tuomi |
| 15.6.2023 | Erasmus+ Person First -projektin kansainvälisille vieraille hankkeen esittely / Projektipäällikkö Tuutikki Ijäs |
| 27.6. 2023 | Vaihtoehdot vähissä – huoli päihdekuntoutuksen tulevaisuudesta/ Suomi Areena, Stop Huumeille ry:n paneelikeskustelu/ Riikka Tuomi |
| 27.6. 2023 | Nuorten mielenterveyden ja päihteiden käytön kestävä kehitys/ Suomi Areenan paneelikeskustelu, järjestäjänä Toinen Tulevaisuus/ Riikka Tuomi |
| 6.9.2023 | Dokumentti: Kokemusäänellä – Millaista on rikos- ja päihdetaustaisten kokemusasiantuntijoiden työelämä/ Kokemusmentori Laura Bredin. Linkki: https://www.youtube.com/watch?v=LTGDBfWz7JM |
| 11.9.2023 | Dokumentti: Katujen asiantuntijat / Riikka Tuomi / Katujen asiantuntijat - lyhytdokumentti. Linkki: https://www.youtube.com/watch?v=CY9FAeW7lsc |
| 27.9.2023 | Päihdeongelma ja naiseus seksuaaliväkivallan ehkäisytyössä/ Lähisuhdeväkivalta-seminaari – valmiuksia tunnistamiseen ja puheeksi ottamiseen, Laurea-ammattikorkeakoulu / Kokemusmentori Riikka Tuomi |
| 4.10.2023 | Yhdenvertaisuusvaltuutetun toimiston erikoistutkijan tapaaminen / Ryhmätoiminnan ohjaaja Anni Peltoniemi ja kokemusmentori Laura Bredin |
| 7.11.2023 | Asumissosiaalisen työn teemapäivän paneelikeskustelu, Tampere / Ryhmätoiminnan ohjaaja Minna-Elisa Rytönen ja kokemusmentori Riikka Tuomi/ 80 osallistujaa |
| 29.11.2023 | Turun alueen seksuaaliväkivallan ehkäisytyöryhmän seminaari Päihdeongelma ja naiseus seksuaaliväkivallan ehkäisytyössä / Kokemusmentori Riikka Tuomi |

VERKOSTOT JA YHTEISTYÖKUMPPANIT

- Rikosseuraamuslaitos, Hämeenlinnan vankila ja Vanajan vankilat, Kestilän vankila
- Silta-Valmennusyhdistys ry
- Pro-tukipiste, Tampere ja Helsinki
- Rinnekodit Silta
- Kostamokoti, Honkalampisäätiö
- Stop Huumeille ry
- Veerat-hanke, Maria Akatemia ja A-kiltojen liitto
- Vantaan A-kilta
- Naiserityisen työn verkosto
- Nestori-hanke (asunnottomuutta vähentävien palveluiden kehittäminen)
- Eläinkuusikko
- YRE-verkosto
- Diakonissalaitos
- Rita-hanke
- Espoon kaupunki
- A-klinikkasäätiö
- Terveysneuvontapiste Milli, Turku
- Ensi- ja turvakotien liitto
- Helsingin Vieraskoti
- Laurea-ammattikorkeakoulu
- Eduskunnan Nepsy-verkosto



Päihdetyön ammattilaisten perustama yhdistys Kipinä ry valitsi Supernovat-hankkeen Vuoden Kipinäksi! Kipinä ry luovutti palkinnon seminaarissaan 27.4.

”Vuoden Kipinäksi on valittu Naistenkartano ry:n ja Vailla vakinaista asuntoa ry:n yhteinen  Supernovat-hanke!  Supernovassa työskennellään vaikeassa elämäntilanteessa olevien naisten kanssa ja puretaan stigmaa. Ryhmissä vahvistetaan naisten hyvinvointia ja identiteettiä sekä madalletaan kynnyksiä avun hakemiselle. Toimintaan osallistuminen ei edellytä päihdeettömyyttä. Työryhmässä on niin koulutettuja kokemusasiantuntijoita kuin ammattilaisia. Paljon Onnea!



Vuoden Kipinä

Supernovat
-hanke



6. Viestintä

Supernovat-hankkeen viestinnän tavoitteena on tuottaa selkeää ja toivoa luovaa viestintää naisilta naisille. Viestinnässä tuodaan esiin naiseuden moninaisuutta, inhimillisyyttä ja halutaan voimaannuttaa kohderyhmään kuuluvia naisia ja heitä kohtaavia ammattilaisia. Viestintä on mahdollisimman saavutettavaa. Sen tavoitteena on yhdistää ihmisiä, joten viestinnässä vältetään kahtiajakojen luomista ja ammattijargonia. Hankkeen viestintä on tavoitteellista, mutta rentoa ja kohderyhmänsä ja tekijöidensä näköistä. Viestinnän tavoitteena on myös poistaa stigmaa ja häpeää, jakaa vertaistukea ja tavoittaa ryhmiin ja koulutuksiin osallistujia.



Hankkeessa tehtiin viestintäsuunnitelma vuodelle 2023, johon koottiin vuoden teemapäivät sekä uutiskirjeiden ja blogikirjoitusten aikataulut. Työparit tekivät säännöllisesti someviestintää ryhmätoiminnasta ja tapahtumista. Webinaareista tehtiin mainosviestintää valittujen teemojen pohjalta.

Loppuvuodesta 2022 hankkeessa toteutettiin pop up -ryhmämuotoinen Voimauttavan itseilmaisun ryhmä. Ryhmäkerroilla naisilta kerättiin materiaalia Supernovat-voimavarakortteja varten. Korttien ulkoasua ja graafista suunnittelua toteutettiin yhteistyössä viestintätoimisto Noon Kollektiivin kanssa. Voimavarakortit saatiin valmiiksi keväällä 2023 ja käyttöön Supernovat-ryhmissä syksyllä 2023.

Hankkeen kokemusmentori osallistui Naiserityisen työn verkoston viestintätyöryhmän työskentelyyn ja oli mukana suunnittelemassa verkoston viestintäkampanjaa. Kampanja-aikana 20.11.–26.11. tehtiin päivittäin julkaisu, jossa murrettiin väkivaltaan liittyviä myyttejä.

6.1. Some-kanavat

Supernovat- hankkeen sosiaalisen median kanavia (Facebook, Instagram) päivitettiin vuoden aikana säännöllisesti ja tavoitettavien henkilöiden määrä kasvoi. Some-kanavat (Facebook, Instagram) saivat vuoden aikana lisää seuraajia ja tykkäyksiä. **(158 tykkäystä Facebook, 174 seuraajaa Instagram).**

Näiden kanavien lisäksi Supernovat- hankkeen YouTube -kanavaa päivitettiin. Kanavalle lisättiin mm. webinaarien tallenteet. Hankkeen YouTube kanava sai vuoden aikana 21 seuraajaa lisää ja kanavalle tallennettuja videoita katsottiin 1282 kertaa. Kaikkien videoiden kattavuus oli yhteensä **9800**, mikä tarkoittaa, että videota näytettiin (mutta ei välttämättä katsottu) näin monta kertaa. Somekanavien tavoitettavuus oli yhteensä 94 863 (67 162 Facebook, 17 901 Instagram). Supernovat- hankkeen verkkosivuilta vieraili vuoden aikana 5259 henkilöä, joista yksittäisiä henkilöitä **4536**.

6.2. Uutiskirje ja blogit

Hankkeessa julkaistiin vuoden aikana kolme uutiskirjettä ja niitä lähetettiin n. **1513** henkilölle. Uutiskirjeitä lähetettiin Supernovat-toiminnasta kiinnostuneille, jotka olivat liittyneet mukaan verkkosivujen kautta, yleisöluennolla, tai vertaistukitoimintaan tullessa. Uutiskirjeessä mainostettiin hankkeen tulevia tapahtumia sekä kasvokkain ja verkossa toimivia vertaisryhmiä.

Hankkeen kotisivuilla julkaistiin kaksi blogikirjoitusta, jotka käsitelivät kulttuurisensitiivisyyttä ja traumainformoitua työtöitä. Blogeja käytiin katsomassa **312** kertaa.

6.3. Mediaosumat

| Mediaosumia vuodelta 2023 | | |
|--|---|---|
| Media | Otsikko ja esiintyjä/puhuja | Linkki |
| Iso numero 5/2023 | Pohjan jälkeen tuli riemu/ Riikka Tuomi | https://www.isonumero.fi/riikka-tuomi/ |
| MTV Uutiset/ 02.07.2023 | Hanna Vaittinen/ Päihdemaailmassa naiset kääntyvät toisiaan vastaan – entinen huumeidenkäyttäjä Riikka kertoo häpeästä, jota naiset kantavat/Riikka Tuomi | https://www.mtvuutiset.fi/artikkeli/paihde maailmassa-naiset-kaantuvat-toisiaan-vastaan-entinen-huumeidenkayttaja-riikka-kertoo-hapeasta-jota-naiset-kantavat/8730804#gs.4rupp8 |
| Podcast: Akonniemen avara luonto/27.9.2023 | #121 Riikka Tuomi | https://podme.com/fi/akonniemen-avara-luonto/1452966 |
| Blogi: Nainen päihdemaailmassa/28.11.2023 | Anni Maula/ Naisten asema maailmassa, jossa kama on vahvin valttikortti/ Riikka Tuomi | https://nainenpaihde maailmassa.blogspot.com/2023/11/naisen-asema-maailmassa-jossa-kama-on.html |
| Podcast: Supla Syvällä/19.10.2023 | Riikka Tuomi - tuhon tieltä toipuvaksi addiktiksi | https://www.supla.fi/episode/8be64b03-2112-4671-a15d-101aa3e7ec69 |

7. Hanke- ja tiimityö

Hankkeen ympärille on koottu ohjausryhmä, joka seuraa, ohjaa ja tukee hankkeen etenemistä. Ohjausryhmä kokoontui vuoden aikana kaksi kertaa. Lisäksi hankkeelle on asetettu johtoryhmä, johon kuuluu projektipäällikön lisäksi molempien taustaorganisaatioiden toiminnanjohtaja.

Viikoittaisissa tiimipalavereissa ja taustaorganisaatioiden henkilöstöpalavereissa peilattiin toiminnalle asetettuja suunnitelmia ja tarvittaessa vaiheistettiin niitä. Hanketiimi osallistui kerran kuukaudessa ryhmätyönohjaukseen. Työnohjausten avulla arvioitiin ja kehitettiin työ- ja toimintatapoja. Loppuvuodesta työryhmälle lähetettiin itsearviointikysely ja sidosryhmäkysely keskeisille yhteistyökumppaneille. Hankkeen kohderyhmiltä saatu palaute ja kerätty tieto analysoitiin ja sen pohjalta laadittiin yhteenveto, joka käytiin läpi tiimin kanssa. Aineiston pohjalta laadittiin tarvittavat toimenpiteet ja niiden toteuttamisaikataulu.

Supernovat-hankkeen työntekijät osallistuivat vuoden aikana erilaisiin koulutuksiin ja hankkeen taustajärjestöjen strategia- ja kehittämistyöhön.

Naistenkartanon työntekijät osallistuivat järjestön hallituksen ja henkilöstön yhteiseen strategiatyökentelyyn 19.1.2023, jossa muotoiltiin järjestön viestintästrategiaa. Hankkeen projektipäällikkö osallistui Naistenkartanon kevään kehittämispäivään. Naistenkartanon työntekijät osallistuivat kesällä yhteiseen virkistyspäivään. Lisäksi Supernovat-tiimillä ja hankkeen johtoryhmällä oli keväällä yksi yhteinen kehittämispäivä, jossa todettiin tarve jatkaa toimintaa hankekauden päätyttyä ja aloitettiin kohdenne-
tun toiminta-avustushakemuksen valmistelu.

Vailla vakinaista asuntoa ry:n kanssa työsuhteen solmineet työntekijät osallistuivat keväällä yhdistyksen strategiapäivään, jossa käytiin keskustelua Erätauko-metodin avulla "Millainen on hyvä työyhteisö". Syksyn kehittämispäivän yhteydessä oli koulutus haastavista asiakastilanteista sosiaali- ja terveysalalla.

Supernovat-tiimi tutustui NVC:n eli Rakentavan vuorovaikutuksen maailmaan Vva ry:n toiminnanjohtajan Sanna Tiivolan opastuksella. Tapaamisia oli yhteensä neljä. Koulutuksen aikana opittiin mm. tunnistamaan omia tunteita ja niiden takana olevia tarpeita sekä opittiin viestimään niistä esittämällä myönteisiä pyyntöjä.

Hankkeen tärkeimpiä tiedon tuottamisen muotoja ovat työntekijöiden osallistuva havainnointi ja suullisen palautteen kerääminen toimintaan osallistuvilta naisilta jokaisen ryhmätapaamisen yhteydessä. Luottamuksen saavuttamisen ja arkaluontoisten keskustelunaiheiden vuoksi hankkeessa tehtävä tilastointi ja raportointi on anonyymia.

Tiedon tuottamisen ja arvioinnin menetelmissä on huomioitu kohderyhmään liittyvät erityispiirteet. Kirjallisten kyselymenetelmien käyttäminen on marginaalissa elävien ihmisryhmien parissa haastavaa, sillä luottamuksen syntyminen edellyttää anonymiteettiä ja lukemisen ja kirjoittamisen haasteet ovat yleisiä. Osallistujien tavoittaminen jälkeenpäin ei yleensä ole mahdollista. Tästä syystä reaaliaikainen, suullinen kuuleminen ja dialoginen arviointi on keskeistä.

Raportoinnin välineenä toimivat Webropol-pohjaiset raportointilomakkeet, joihin työparit kirjaavat määrällistä tietoa, omia havaintoja ja naisten tuottamaa tietoa toiminnan tuloksista. Ryhmätoiminnan osallistujilta kerätään lisäksi kirjallinen palaute ryhmän päättyessä aina kun se on mahdollista. Ammatilaiskoulutuksista kerätään tietoa ilmoittautumislomakkeiden ja palautekyselyiden avulla. Viestintä-analytiikkaa on käytössä.

Rahoittajataholle toimitettiin helmikuun lopussa tuloksellisuusraportti, jossa tuotiin esiin kohderyhmän tavoittamista, avustushakemuksessa kuvattujen tavoitteiden ja tulosten saavuttamista ja saavutettujen tulosten todentamista. Hankkeen yhtenä yhteistyökumppanina on Rikosseuraamuslaitos ja osana yhteistyötä hankkeen toiminnasta raportoitiin kaksi kertaa Rikosseuraamuslaitoksen projektikumppanuussalkkuun.

Hanke tekee tiivistä yhteistyötä eri sosiaali- ja terveysalan oppilaitosten kanssa. Keijo-kokemusasiantuntijakoulutuksen opiskelija suoritti alkuvuodesta kolmen kuukauden mittaisen opintoihinsa liittyvän työharjoittelujakson hankkeessa. Toukokuussa julkaistiin Diakonia-ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijoiden opinnäytetyö *“Vertaistuen merkitys Supernovat-hankkeen ryhmiin osallistuville naisille.”* Hankkeen kokemusmentori valmistui loppuvuodesta Suomen Diakoniaopistosta. Hän suoritti vuoden mittaisen mielenterveys- ja päihdetyön ammattitutkinnon. Ryhmätoiminnan ohjaaja valmistui Laurea-ammattikorkeakoulusta sosionomiksi (AMK). Hän teki hankkeelle opinnäytetyön: *Yhdenvertaisuuden toteutuminen kokemustaustaisten ammattilaisten ja sosiaalialan ammattilaisten moniammatillisessa työyhteisössä.*

8. Henkilöstö

Supernovat-hankkeessa työskentelee kuusi työntekijää (5 htv): projektipäälliköt, kaksi kokemusmentoria ja kaksi ryhmätoiminnan ohjaajaa. Työsuhteet jakautuvat molempiin toteuttajajärjestöihin, mutta koko hankehenkilöstö työskentelee yhtenä kiinteänä tiiminä. Vuoden 2023 aikana Supernovat-hankkeessa työskentelivät:

Projektipäällikkö **Tuutikki Ijäs**

- Työsuhde: 1.1.2023 alkaen Naistenkartano ry 40 %, VVA ry 40 %, 1.7.2023 alkaen Naistenkartano ry 50 % Supernovat-hankkeelle
- Työnkuva: Esihenkilötyö koko hanketiimille, hankehallinto, koulutusten ja viestinnän koordinaatio

Projektipäällikkö **Carole Brady**

- Työsuhde: 21.8.2023 alkaen Vva ry 50 % Supernovat-hankkeelle
- Työnkuva: Hankehallinto, raportointi, koulutusten ja viestinnän koordinaatio

Ryhmätoiminnan ohjaaja **Anni Peltoniemi**

- Työsuhde: 100 %, josta ajalla 1.4.-31.5.2021 työajasta 60 % Supernovat hankkeelle, ajalla 1.6.-30.6.2021 työajasta 80 % Supernovat-hankkeelle ja 1.7.2021 alkaen 100 % Supernovat-hank-

keelle

- Työnkuva: Supernovat-ryhmien ohjaaminen ja kehittäminen työparina kokemusmentorin kanssa, yksilötuki, muu hanketyö

Ryhmätoiminnan ohjaaja **Minna-Elisa Rytönen**

- Työsuhde: 24.5.2021-30.6.2021 50 % Naistenkartano ry, 1.7.2021 alkaen 100 % Naistenkartano ry
- Työnkuva: Supernovat-ryhmien ohjaaminen ja kehittäminen työparina kokemusmentorin kanssa, yksilötuki, muu hanketyö

Kokemusmentori **Riikka Tuomi**

- Työsuhde: 1.6.2021 alkaen 100 % Vailla vakinaista asuntoa ry
- Työnkuva: Supernovat-ryhmien ohjaaminen ja kehittäminen työparina ryhmätoiminnan ohjaajan kanssa, yksilötuki, muu hanketyö

Kokemusmentori **Laura Bredin**

- Työsuhde: 1.12.2021-31.12.2021 Työharjoittelu 100 % Vailla vakinaista asuntoa ry, jatkuu koko-aikaisena työsuhteena 1.1.2022 alkaen
- Työnkuva: Supernovat-ryhmien ohjaaminen ja kehittäminen työparina ryhmätoiminnan ohjaajan kanssa, yksilötuki, muu hanketyö



Supernovat -hanke

Kalliolan settlementitalo
Sturenkatu 11
00510 Helsinki

supernovat@naistenkartano.com
@supernovathanke

