

Palauteyhteenvedo Mieliteko- mielenterveystaitojen valmennuksista 8/2022–6/2023

Iisalmessa
Vieremällä
Rautalammilla
Siilinjärvellä
Tuusniemellä
Kaavilla
Leppävirralla
Kuopiossa
Lapinlahdella

Valmennuskertoja 14, joista kirjallista palautetta kerätty
Vastaajien kokonaismäärä: 80

Osana Mieliteko mielenterveystaitojen valmennuksia työttömille, työelämän ulkopuolella oleville ja lomautetuille 18–64-vuotiaille pohjoissavolaisille kysyttiin valmennusten jälkeen lyhyt kirjallinen palaute valmennukseen osallistujilta. Kirjallista palautetta kerättiin 14 valmennuskerralla ja sitä saatiin 80 osallistujalta. Kaikilta valmennuskerroilta ei kerätty kirjallista palautetta. Osassa valmennuksista kirjallinen palaute jäi keräämättä ajanpuutteen vuoksi tai unohtui kerätä valmennuksen loppuksi, ja lisäksi erityisesti ulkokohteissa paperisten lomakkeiden täyttö oli hankalaa, jolloin kirjallisen palautteen kerääminen useimmin jäi. Osallistujat eivät mielellään antaneet sähköistä palautetta, vaan paperinen palaute täytettiin useammin.

Yhteenveto vastauksista**Kysymys 1. Millainen fiilis sinulle tuli tästä tilaisuudesta/tapahtumasta?**

Vastaajien määrä: 80

	n	%
Tyytyväinen	75	94
Neutraali	5	6
Tyytymätön	0	0

Vastaajista 94 % (n=75) oli valmistuksen jälkeen tyytyväisiä kokemukseensa, 6 %:n (n=5) kokemus oli neutraali ja tyytymättömäksi oloaan ei kokenut yhtään vastaajaa.

Kysymys 2. Mikä mielestäsi oli parasta tai hyödyllisintä?

Vastaajien määrä: 77

Yhteenveto vastauksista:

Eniten mainintoja valmistuksen hyödyistä tai parhaasta annista tuli ohjeiden, vinkkien ja tiedon saamisesta valmistuksesta (24 mainintaa) sekä yhdessäoloon tai yhdessä tekemiseen liittyen: yhdessäolo (15 mainintaa), yhdessä tekeminen (10 mainintaa) sekä hyvä yhteishenki (7 mainintaa). Lisäksi keskustelut (12 mainintaa, sekä vertaistuki 3 mainintaa) ja hyvä ruoka ja tarjoilut (11 mainintaa) koettiin usein hyödyllisenä tai parhaana valmistuksen antina. Pidetyin sisällön suhteen tuli myös paljon mainintoja, että oltiin tyytyväisiä siihen, erityisesti eläimet (11 mainintaa) sekä ruuanlaitto (6 mainintaa) keräsivät mainintoja. Hyvästä valmistuksen ohjauksesta myös kiiteltiin palautteissa (8 mainintaa). Myös rentoutuminen (4 mainintaa), yleinen hyvän mielen saaminen valmistuksesta (4 mainintaa) ja käytännön tekeminen (3 mainintaa) sai osallistujilta kiitosta. 1–2 kerran mainintoina olivat lisäksi: ajatusten herättely, liikunta, terveellisyys, luonto, tutustuminen toisiin ihmisiin, ulkoilu, arkirutiineista irrottautuminen, matala kynnyks ja se, että sai olla oma itsensä.

Kysymys 3. Mitä mielestäsi voisimme tehdä seuraavilla kerroilla paremmin?

Vastaajien määrä: 52

Yhteenveto vastauksista:

Eniten palautteissa mainittiin, ettei osata sanoa, mitä valmistuksessa voisi tehdä seuraavilla kerroilla paremmin tai oltiin tyytyväisiä kaiken kaikkiaan valmistukseen (yhteensä 15

mainintaa), minkä lisäksi 15 vastaajaa oli vastannut vain "-", jonka voi tulkita myös tarkoittavan, ettei osaa sanoa.

Lisäksi palautteissa toivottiin samanlaista lisää (4 mainintaa). Selkeämpää aikataulutusta, rytmitystä tai sisältöä myös toivottiin (4 mainintaa). Yksittäisinä mainintoina tuotiin esiin toiveita, että olisi luentomaista tietoa enemmän ja toisaalta myös vähemmän, kysyttäisiin osallistujien toiveita valmennukselle, enemmän keskustelua, enemmän mahdollisuutta osallistujien keskustella/puhua, anonyymiä keskustelua, kotoisampaa tilaa, ulkoilua, luontoa, että oppisi uusia ruokia, enemmän mainostusta valmennuksista, toivottiin enemmän osallistujia valmennuksiin sekä hyvää ruokaa ja tarjoiluja.