



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ

**Toiminnallisuuden merkitys osana päihdekun-
toutusta Turun Nuorisoasemalla**

Saara Marian Ruotsalainen

Yhteisöpedagogi (210 op)

03 / 2016

HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

Koulutusohjelman nimi

TIIVISTELMÄ

Työn tekijä Saara Marian Ruotsalainen	Sivumäärä 32 ja 3 liitesivua
Työn nimi Toiminnallisuuden merkitys osana päihdekuntoutusta Turun Nuorisoasemalla	
Ohjaava(t) opettaja(t) Satu Riikonen	
Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja Turun Nuorisoasema, Matti Inkinen	
Tiivistelmä <p>Tämän opinnäytetyön tilaaja on Turun A-klinikkasäätiön ohessa toimiva Nuorisoasema, jonka asiakkaita ovat 18–25-vuotiaat erilaisista riippuvaisuuksista kärsivät asiakkaat, suurimmalla osalla riippuvuus kohdistuu päihteisiin.</p> <p>Opinnäytetyö käsittelee Nuorisoaseman matalan kynnyksen toimintaan kohdistunutta kehittämistyötä. Kehittämistyön tavoitteena ja tarkoituksena oli etsiä kehittämiskohteita toiminnasta ja tätä kautta parantaa toiminnan ja palveluiden laatua, tehostaa toimintaa ja lisätä asiakastyytyvääisyyttä ja sitä kautta asiakkaiden hyvinvointia.</p> <p>Kehittämistyössä lähdettiin liikkeelle asiakastyytyvääisyyden kartoittamisesta, asiakkaiden toiveiden ja odotusten selvittämisestä, jotta asetettuihin tavoitteisiin voitaisiin päästä. Kehittämistyön tutkimusstrategiana oli tapaustutkimus, joka valikoitu siksi, että se soveltuu hyvin näin pienellä alueella tapahtuvaan kehittämistyöhön.</p> <p>Aineistoa kerättiin perinteisin tapaustutkimuksen keinoin haastatteluilla, kyselyillä ja havainnoinneilla sekä lisäksi aivoriihityöskentelyn kautta, sillä ainostoon haluttiin sisältöä usealla eri menetelmällä aihealueen suppeuden vuoksi. Aineistoa kerättiin lokakuusta joulukuuhun, ja kerätyn aineiston pohjalta muodostui selkeä yleiskäsitys siitä, millaista toimintaa kuntoutujat haluavat ja tarvitsevat kuntoutumisen tueksi ja millaisia muutoksia Nuorisoaseman toimintaan tulisi tehdä, jotta asiakastyytyvääisyys kasvaisi.</p> <p>Aineiston perusteella muodostetusta käsityksestä lähdin tekemään varsinaista kehittämistyötä, jonka lopputuloksena muodostui Sohvis-kansio. Se pitää sisällään toiminta- ja kehittämismallin toiminnallisille palveluille, Sohvis-toimintakalenterin, Sohvis-palaveripohjan sekä ohjeita ja toimintaideoita tulevaa varten. Tämä on ikään kuin käsikirja sekä Sohvis-ohjaajille että asiakkaille, jotta he voisivat saada mahdollisimman hyviä tuloksia toiminnallisuuden avulla sekä kuntoutujien kuntoutumisprosessin että kuntoutujan yleisen hyvinvoinnin suhteen.</p>	
Asiasanat toiminnallisuus, päihdekuntoutus, osallistaminen, aktiivisuus, päihdetyö, päihdehuolto	

HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Name of the Degree Programme

ABSTRACT

Author Saara Marian Ruotsalainen	Number of Pages 32
Title The meaning of functionality as a part of drug rehabilitation	
Supervisor(s) Satu Riikonen	
Subscriber and/or Mentor Turun Nuorisoasema, Matti Inkinen	
Abstract <p>The subscriber of this thesis is Turun Nuorisoasema that takes place at Turku's A-clinic foundation. Nuorisoasema's customers are youngsters who suffer from a addiction and are aged between 18 and 25. Most of the customer base has a drug addiction.</p> <p>This thesis deals with the low-threshold operations that Nuorisoasema offers of the customers. The target is to develop these services so they could support and serve the customers better. By developing low-threshold services Nuorisoasema can provide better quality and there for get better results from drug rehabilitations process.</p> <p>I began the development work by targeting the issues in low-threshold services. First I took part in all the functional groups and got familiar with Nuorisoasema's methods, services, targets and facilities. As the development issue I chose a functional service called "Sohvis" which is an open living room for youngsters with an addiction.</p> <p>I collected information about functions and customer satisfaction by doing an inquiry for the customers and by interviewing two specialist that works at Nuorisoasema. I also used the methods of perception and brainstorming to get more material for the development work.</p> <p>After analysing all the collected information I came to a conclusion about the development work. The provided functions should be planned and organized better so it would be easier for customers to participate. I made a Sohvis-folder that could be pictured as a manual for both customers and counselors. The folder includes a model of an action-calendar, instructions for planning and fulfilling activities and proposals for activities.</p>	
Keywords functionality, drug rehabilitation, activity, attendance	

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 TURUN NUORISOASEMA	6
3 TIETOPERUSTA	10
3.1 Päihdetyö	10
3.2 Osallistaminen	13
3.3 Toiminnallisuus	13
3.4 Sosiaalinen vahvistaminen	14
3.5 Fasilitaattori	15
3.6 Asiakslähtöisyys	17
4 MENETELMÄT	17
4.1 Havainnointi	19
4.3 Kysely	20
4.4 Asiantuntijahaastattelu	21
5 KEHITTÄMISTYÖN TULOKSET JA ANALYSOINTI	22
5.1 Asiakkaiden näkemys toiminnan vaikutuksista kuntoutumiseensa	23
5.2 Asiantuntijoiden näkemys toiminnan merkityksestä kuntoutuksen osana	24
6 JOHTOPÄÄTÖKSET	25
7 OPINNÄYTETYÖN KONKREETTINEN TUOTOS	28
8 LOPPUPÄÄTELMÄT	34
LÄHTEET	38
LIITTEET	41
Liite 1	41
Liite 2	41

1 JOHDANTO

Tässä opinnäytetyössä perehdytään päihdekuntoutujien toiminallisuuden ja aktiivisuuden tasoon Turun Nuorisoasemalla ja kehitetään heille tarjottavia, kuntoutumista tukevia toiminnallisia palveluita. Aihetta tutkimalla voidaan kehittää ja parantaa Nuorisoaseman tarjoamia palveluita. Palveluiden kehittäminen ja laadun parantaminen on tärkeää, jotta toiminta voi vastata päihdetyölle asetettuja laatukriteerejä (Haavisto 2005). Näiden Terveysten- ja hyvinvointilaitoksen määrittelemien laatukriteerien mukaan hyvin toteutettu päihdetyö on yhteiskunnallisesti tärkeässä asemassa ehkäistessään syrjäytymistä, parantaessaan kansanterveyttä sekä lisätessään hyvinvointia (Haavisto 2005).

Kehittämistyön aikana olen tutustunut Turun Nuorisoaseman matalan kynnyksen toiminnan lisäksi kahden muun alan toimijan, Tietu Ry:n sekä Sininauhaliiton, toimintaan vertaillakseni Nuorisoaseman toiminnan sisältöä ja tarjontaa sekä saadakseni näkökulmaa siihen, mitä päihdekuntoutuja avohoidolta tarvitsee. Toimijoita alalla on paljon ja jokaisella ammattilaisella ja kokemusasiantuntijalla on omat näkemyksensä siihen, miten kuntoutuminen parhaimmin onnistuu. Ydinajatus on kuitenkin kaikilla sama: kuntoutuminen lähtee asiakkaasta itsestään, ja kaikkien tarjolla olevien palveluiden tulisi tukea kuntoutumista asiakkaan omilla ehdoilla ja yksilölliset tarpeet huomioon ottaen (Heikkinen 2011; Haavisto 2005).

Opinnäytetyönä tuotettavan kehittämistyön tavoitteena on ensin selvittää, miten toiminta tukee asiakkaiden kuntoutumista heidän omasta näkökulmastaan, millaista tukea he omasta mielestään tarvitsevat, onko toivottua apua helppo saada sekä millainen asiakastyytyväisyyden taso on ennen toiminnan kehittämistä. Kun näihin kysymyksiin on saatu vastaukset, aletaan pohtimaan, miten tarjotut palvelut ja toiminnot parhaiten vastaisivat asiakkaiden tarpeita ja mitä muutoksia pitää tehdä, jotta kuntoutumista voitaisiin paremmin tukea.

Opinnäytetyön tärkein tutkimuskysymys on ”Millainen toiminta parhaimmin tukee asiakkaan kuntoutumista?” sillä tilaajan tavoitteena on opinnäytetyön avulla kehittää toiminallisten palveluiden vastaavuutta asiakkaiden tarpeisiin. A-

klinikkasäätiön toimintaperiaatteisiin kuuluu, että jokainen asiakas kohdataan yksilönä ja jokaisella on erilaiset toivomukset, mieltymykset ja tarpeet (Heikkinen 2011). Kehittämistyöllä haluan kuitenkin selvittää, voisiko olla jokin yleinen toimintatapa, joka sopisi ja tukisi kaikkia Nuorisoaseman asiakkaita ja ennen kaikkea, miten tällainen toimintatapa voitaisiin soveltaa käytäntöön niin, että jokaisen asiakkaan yksilölliset tarpeet eivät unohtuisi.

Samankaltaisia tutkimuksia aihealueesta on jo tehty ammattikorkeakoulujen opinnäytetöinä, ja näistä kahta opinnäytetyötä käytän saamieni tutkimusten tulosten sekä niistä tekemieni johtopäätösten vertailukohteena sekä lähteinä. Se, että aiheesta on tehty jo kaksi eri opinnäytetyötä, mahdollisesti tukee tässä opinnäytetyössä esille tulevia seikkoja, mikä nostaa tutkimustulosten arvoa. Mahdollisesti esiin voi nousta eriäviä näkökulmia, mikä taas luo pohjaa pohdinnalle ja keskustelulle. (Blomster 2008: Mattila & Ihanus 2012.)

Jotta onnistun tässä kehittämistehtävässä, tulee minun selvittää tutkimuksen avulla millaiseksi asiakkaat kokevat palvelun ennen kehittämistä, mitä he toivovat matalan kynnyksen toiminnalta, mikä heidät sai osallistumaan toimintaan ja tätä kautta pohtia, miten asiakasvirtaa voisi kasvattaa.

2 TURUN NUORISOASEMA

Nuorisoasema on 16–24-vuotiaille päihderiippuvaisille tarkoitettu avohoidon toimipaikka, joka toimii A-klinikkasäätiön alaisuudessa, ja lisäksi Turussa Nuorisoasema toimii säätiön kanssa samoissa tiloissa Hansakorttelissa. Nuorisoasemalla työskentelee yhteensä seitsemän henkilöä: vastaava sosiaaliterapeutti, lääkäri, neljä terapeuttia ja yksi etsivä nuorisotyöntekijä. Matalan kynnyksen toiminta on jaettu heistä kahden, terapeutin ja etsivän nuorisotyöntekijän, vastuulle. Nämä kaksi työntekijää toimivat vuoroviikoin ohjaajina Nuorisoaseman avoimessa olohuoneessa ja yhdessä he vastaavat toiminnan suunnittelusta ja toteuttamisesta. (Tuominen 2015.)

Nuorisoaseman toiminta keskittyy pääasiallisesti päihdekuntoutuksen hoidolliseen puoleen eli terapiaan, mutta kuntoutusta tukemassa on myös muita palve-

luita, kuten akupunktiota ja avoin olohuone eli Sohvis tiistaisin ja torstaisin. Koska Nuorisoaseman henkilökunta koostuu ammattilaisista, on yhteistyö muiden päihdetyöalan palveluntarjoajien kesken tärkeää, sillä päihdekuntoutukseen kuuluu olennaisena osana myös vertaistuki ja kokemusasiantuntijuus. Kokemusasiantuntijuudella tarkoitetaan sellaisen henkilön, jolla on taustalla oma kokemus päihdekuntoutuksen onnistumisesta, jakamaa tietoa niille, joilla kuntoutuminen on vielä kesken. Vertaistuen ja kokemusasiantuntijuuden ero on siinä, että kokemusasiantuntija on jo toipunut päihdeongelmasta. (Tuominen 2015.)

Opinnäytetyön tutkimus- ja kehittämiskohteena on Turun Nuorisoaseman matalan kynnyksen toiminta. A-klinikan toimintamuodot, joissa korostuvat toiminnalliset työmuodot sekä vapaa-ajanviettomahdollisuuksien kehittäminen, kuuluvat myös Nuorisoaseman toiminnan periaatteisiin (Saarto 2000, 90). Turussa toiminnallinen, matalan kynnyksen palvelutarjonta keskittyy pääosin. Sohvikseen, joka on avoinna tiistaisin ja torstaisin, molempina kahden tunnin ajan. Sohviksen lisäksi silloin tällöin voidaan järjestää erillisiä tapahtumia, kuten keilausta, retkiä tai elokuvailtoja.

Matalan kynnyksen toimintaa ohjaa kaksi työntekijää, terapeutti ja etsivä nuorisotyöntekijä. Toiminnan ajatuksena on tarjota Nuorisoaseman asiakkaille arkea rytmittävää tekemistä, sosiaalista kontaktia ja aktivoivaa tekemistä. Sohviksessa käy säännöllisesti kolmesta neljään asiakasta, epäsäännöllisesti käyvien asiakkaiden määrä on noin kymmenen. Matalan kynnyksen toiminnan periaatteisiin kuuluu se, että kaikki asiakkaat ovat tervetulleita osallistumaan toimintaan ja olennaista on vapaaehtoisuus. Osallistuminen ja tekeminen ryhmässä on vapaaehtoista ja niihin pyritään kannustamaan ilman, että se tuntuu asiakkaasta pakottavalta.

Vaikka Nuorisoaseman matalan kynnyksen toiminta on avointa, periaatteisiin kuuluu siitä huolimatta se, ettei toimintaan osallistuta päihtyneenä eikä keskusteluissa saa hehkuttaa päihteiden käyttöä. Näitä periaatteita on suunniteltu yhdessä asiakkaiden kanssa Sohviksen virallisissa palavereissa ja päihtyneinä paikalle saapuneet on ohjattu tulemaan paikalle uudestaan sitten, kun ovat selvin päin. Sohviksessa tai muun toiminnan aikana päihteistä puhuminen ei olekaan kovin yleistä ja toimintaa voidaan ohjata siihen, mihin se alun perin tarkoi-

tettukin: positiivisiin kokemuksiin toiminnasta ja sosiaalisesta kontaktista ilman päihteitä.

Toimintaa suunnitellaan yhdessä asiakkaiden kanssa joka kuun ensimmäinen tiistai, jolloin Nuorisoasemalla pidetään virallinen Sohvis -palaveri. Kaikki palaveriin osallistuvat pääsevät vaikuttamaan Sohvis -tapaamisten sisältöön ja myös muuhun toimintaan. Tarkoituksena olisi, että Sohviksen lisäksi noin kerran kuussa järjestettäisiin jotain muutakin toimintaa, mielellään Nuorisoaseman tilojen ulkopuolella, esimerkiksi yhteinen elokuvailtapäivä. Nuorisoaseman matalan kynnyksen toiminta on esillä Nuorisoaseman käytävillä, Nuorisoaseman internet-sivuilla sekä Sohviksen Facebook-sivuilla.

Sohviksessa asiakkaille tarjotaan mahdollisuus pienimuotoiseen harrastamiseen yhdessä, jutusteluun ja yhdessäoloon. Harrastamista ja muuta toimintaa suunnitellaan asiakkaiden kanssa yhdessä joka kuun ensimmäinen tiistai Sohviksen virallisessa palaverissa, jossa keskustellaan yhdessä siitä, mitä kaikkea Sohviksessa voitaisiin tehdä ja palaverissa esille tulleet asiat kirjataan ylös vapaamuotoiseen kokouspöytäkirjaan. Joitakin esivalmisteluja vaativia toimintoja suunnitellaan hieman etukäteen, esimerkiksi leivontaa, jota varten pitää tehdä raaka-ainehankintoja, mutta toisinaan Sohviksessa toimitaan niin sanotulta fiilis-pohjalta ja keitetään kahvia ja jutustellaan.

Nuorisoaseman matalan kynnyksen toimintaan on kuulunut jo muutaman vuoden ajan myös kuntosaliryhmä. Nuorisoasema on ostanut päivälippuja keskustassa sijaitsevalle Motivus -kuntosalille, jossa ryhmä on käynyt yhdessä ohjaajan kanssa. Ryhmä on avoin kaikille, eikä asiakkuutta Nuorisoasemalle tarvita. Ryhmällä ei ole ollut varsinaista toimintasuunnitelmaa eikä koulutettua kuntosaliohjaajaa.

Asiakkaiden näkökulman lisäksi tutkimustulosten arvioimiseksi, johtopäätösten tekemiseksi ja vertailukohdaksi perehdyn myös asiantuntijoiden, kahden Nuorisoaseman terapeutin, näkemyksiin aiheesta. Asiantuntijoiden näkemyksien avulla voin vertailla ammattilaisten ja asiakkaiden antamia vastauksia ja tehdä niiden yhteneväisyydestä tai eriävyydestä huomioita ja pohtia, miten nämä seikat voisivat mahdollisesti vaikuttaa toiminnan järjestämiseen.

A-klinikka ja näin myös Nuorisoasema pyrkii jatkuvasti kehittämään omaa toimintaansa ja kehittämistarpeiden kartoittamiseksi tarvitaan tutkimusta ja havainnointia palveluiden tilasta, jotta kehittämiskohteet voidaan paikantaa. (Saarto 2000, 100). Kehittämistyöni tavoitteena on ensin löytää nämä kehittämistä tarvitsevat palvelut ja niitä kehittämällä parantaa toiminnan vastaavuutta asiakkaiden tarpeisiin, lisätä asiakastytyvääsyyttä ja ennen kaikkea lisätä asiakkaiden hyvinvointia, sillä hyvinvointi on tärkeässä asemassa kuntoutuksen onnistumisessa. Tässä opinnäytetyössä tutkimuskysymys on aseteltu niin, että aihetta ja tutkimusta lähestytään asiakkaan näkökulmasta. Mitä asiakkaan odottavat toiminnalta, miten toiminta vaikuttaa heidän kuntoutumiseensa ja miten heille järjestetty toiminta on heidän tarpeitaan palvellut.

Päihdekuntoutujien kanssa työskentelevien kannalta tavoitteena olisi saada vastauksia siihen, miten he voisivat tarjota asiakkaille parempaa ja laadukkaampaa palvelua ja selvittää, miten asiakkaita voisi paremmin sitouttaa ja aktiivoida mukaan toimintaan, sillä Nuorisoaseman matalan kynnyksen toiminta on pyörinyt tähän asti melko pienen asiakaskunnan ympärillä. Tavoitteena olisi antaa työntekijöille toiminnallisten ryhmien toteuttamiseen jokin konkreettinen työkalu, joka takaisi laadun tasaisuuden sekä työskentelyn tehokkuuden, niin sanotusti kitkeä pois päällekkäin tehdyt työt.

Tavoitteisiin kuuluu myös Nuorisoaseman henkilökunnan ja toiminnallisten ryhmien ohjaajien välisen keskustelun lisääminen, jotta terapeuttien työ palveluohjaamisen suhteen helpottuisi; heidän on paljon helpompaa tarjota asiakkaille palveluja, kun heillä on ajan tasalla olevaa tietoa siitä, mitä toimintaa milloinkin on tarjolla. Lisäksi terapeuteilla on keskustelun kautta mahdollisuus vaikuttaa siihen, millaista toimintaa asiakkaille on tarjolla. Mitä useammalta taholta toimintaehdotuksia voidaan kerätä, sitä monipuolisempaa tarjontaa saadaan aikaan.

Asiakkaiden etu on päihdetyössä ja myös tekemässäni kehittämistyössä tärkeintä, mutta on hyvä ottaa myös huomioon se, että parantamalla päihdekuntoutujille tarjottujen palvelujen laatua voitaisiin olettaa olevan positiivisia vaikutuksia myös yhteiskuntaan. Nämä vaikutukset voisivat mahdollisesti näkyä esimerkiksi parempina kuntoutustuloksina ja kustannustehokkuutena toiminnan

suunnittelussa ja toteutuksessa. Kehittämistyön sivutuotteena toivon saavani tukea tälle väittämälle.

3 TIETOPERUSTA

Tietoperustassa esittelen opinnäytetyöni keskeisimpiä käsitteitä ja avaan sitä, miksi käsite on opinnäytetyön kannalta oleellinen. Käyttämäni käsitteet ovat päihdetyö, toiminnallisuus, asiakaslähtöisyys, osallistaminen, sosiaalinen vahvistaminen ja fasilitaattori.

Päihdetyö on luonnollisesti tärkeä käsite tässä opinnäytetyössä, koska kehittämistehtävä tehdään päihdekuntoutuksen toimijalle. Käsitettä kuitenkin avataan erittäin yleisellä tasolla ja painotetaan A-klinikan asiakaslähtöistä lähestymistapaa. Asiakaslähtöisyys nousee esille päihdetyön menetelmissä paljon ja siksi olen valinnut myös sen esiteltäväksi käsitteeksi. Lisäksi kehittämistyö tehdään juuri asiakkaiden näkökulman kautta. Toiminnallisuuden ja osallistamisen parantaminen ovat kehittämistyön kohteina ja ovat siksi tärkeitä ja oleellisia käsitteitä. Sosiaalinen vahvistaminen on tärkeää päihdekuntoutuksessa siksi, että useilla asiakkailla on sosiaalisia haasteita päihteiden käytön vuoksi ja sosiaaliset onnistumiset tukevat kuntoutumista tehokkaasti. Fasilitaattori on käsite, jota avaamalla pyrin esittelemään paremmin ohjaajan roolia toiminnallisessa työtavassa.

3.1 Päihdetyö

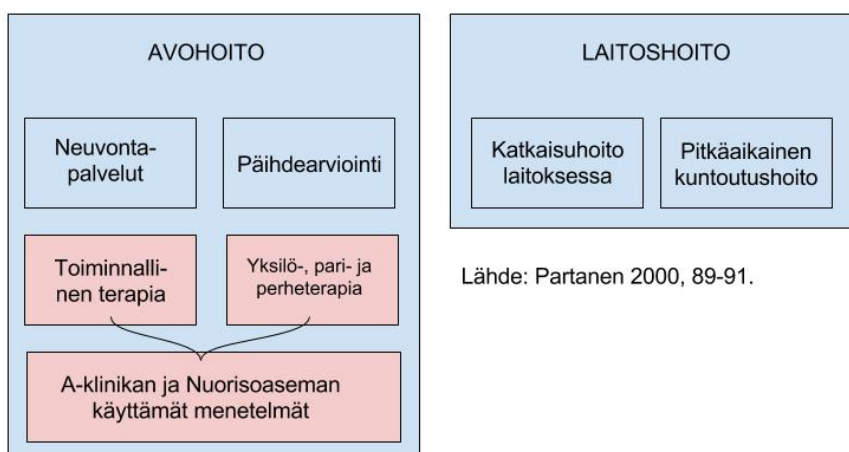
Päihdeongelmalla tarkoitetaan päihdyttävien, kemiallisten aineiden, kuten esimerkiksi alkoholin tai huumeiden, pakonomaista ja jatkuvaa käyttämistä, joka ei ole kontrolloitua ja joka aiheuttaa käyttäjälle joko fyysistä tai sosiaalista haittaa (Lappalainen-Lehto ym. 2007, 65; Piirainen 2013, 10). Pitkälle edennyt käyttö aiheuttaa käyttäjälle päihderiippuvuuden, sillä niin sanotun toleranssin eli sietokyvyn kasvaessa käyttäjä tarvitsee yhä suurempia annoksia saavuttaakseen päihteen aiheuttaman tavoitellun tunteen tai olotilan. (Lappalainen-Lehto ym. 2007, 135–136.)

Päihdekuntoutumisen teorioiden mukaan asiakkaan oma halukkuus kuntoutua on hoidon ja terapian kulmakivi (Kuusisto 2009; Pimiä 2006, 6-7). Terapian ja sitä tukevien toimintojen, kuten vertaistukiryhmien tarkoitus on kannustaa ja ohjata asiakasta onnistumista kohti. Asiakaslähtöisyys on päihdekuntoutuksessa tärkeää jotta asiakas voi itse vaikuttaa häneen kohdistuvaan toimintaan ja oivaltaa oman kuntoutumisensa onnistumiseen vaikuttavat seikat. (Sutinen & Havio 2000, 20; Sutinen ym. 2000, 146.)

Kuntoutus päihdeongelmasta alkaa tavallisesti katkaisu- eli vieroitushoidosta, joissa sanan mukaisesti katkaistaan kuntoutujan ongelmakäyttäminen ja vieroitetaan hänet käyttämästään päihdestä. Tämän jälkeen tehdään arvio hoidon tarpeesta ja asiakas ohjataan saamaan hoitoa päihdeongelmaansa. Hoitoa voidaan jatkaa joko avo- tai laitoshoidossa, riippuen asiakkaan tarpeista. Nuori-soasema edustaa näistä kahdesta avohoitoa. Päihdekuntoutuksesta Suomessa vastaa Sosiaali- ja terveysministeriö ja hoidon järjestämisestä ovat vastuussa kunnat. (Kuusisto 2009, 36-38; Lappalainen-Lehto ym. 2007, 135–136; Karjalainen & Vilkkumaa 2004, 137–138)

Päihdekuntoutuksessa käytettäviä menetelmiä on useita ja menetelmien toimivuutta on tutkittu laajasti. Viimeisimmät tutkimustulokset osoittavat, että käytetty menetelmä ei vaikuta päihdekuntoutuksen tuloksiin juurikaan (Saario 2009, 21), kun taas kuntoutujan ja terapeutin onnistuminen hoidossa vaikuttaa merkittävästi tuloksiin. Kuntoutuksessa käytetään sekä avo- että laitoshoidoa, joissa molemmissa käytettävät menetelmät vaihtelevat palveluntarjoajan mukaan. Laitoshoidossa käytettäviä menetelmiä ovat yhteisöhoito ja terapiahoito. Useimmissa yhteisöissä käytetään menetelmänä näiden kahden yhdistelmää. Avohoidon menetelmiä ovat verkostotyö, toiminnallinen- ja luovaterapia, kognitiivinen terapia, perheterapia, lyhytneuvonta ja motivoiva toimintatapa. Nykyisen päihdehuollon laatusuosituksen mukaisesti yleisimmin käytetään usean eri menetelmän yhdistelmää ja laitoshoidon jälkeen kuntoutuja jatkaa avohoitoon. (Holmberg 2006; Seppä 2005; Salo-Chydenius 2010 & 2006; Hannula 2006; Mäkelä 2005; Ikonen 2007.)

A-klinikkasäätiöllä, jonka yhteydessä opinnäytetyöni tilaaja Nuorisoasema toimii, on oma lähestymistapansa päihdekuntoutuksen suhteen. A-klinikka säätiön lähestymistapa on asiakaslähtöinen ja siinä korostuu luottamus asiakkaan omiin voimavaroihin sekä vapaaehtoisuus. Yhtä tiettyä hoitomuotoa ei ole vaan jokaisen asiakkaan kohdalla määritellään hänelle parhaimmin sopiva hoitomuoto erikseen ja usein hoidossa käytetään useiden eri menetelmien yhdistelmää. (Heinonen 2006.) Päihdekuntoutuksen avainasemassa on siis asiakaslähtöisyys ja terapeutin ja asiakkaan välinen luottamus sekä terapeutin ammattitaidollinen kyky ohjata asiakasta juuri hänelle sopiviin palveluihin (Karjalainen & Vilkkumaa 2004, 143–144). Päihdekuntoutus onkin sosiaalista toimintaa ja kuntoutuksen onnistumista ajatellen terapeutin on otettava selvää asiakkaan sosiaalisista valmiuksista terapian alkuvaiheessa (Saarnio 2009, 21-23; Sutinen ym. 2000, 130-131).



Kuvio 1 Kuviossa on esitelty päihdehoitotyön menetelmät pääpiirteittäin ja niiden sijoittuminen laitos- tai avohoitoon.

Kuntouttaminen voidaan jakaa eri alueisiin: kasvatukselliseen, lääkinälliseen, sosiaaliseen ja ammatilliseen. Mitään menetelmää ei ole voitu tutkimusten valossa todistaa muita paremmaksi, ja kaikissa päihdekuntoutuksen menetelmissä liikutaan näillä neljällä osa-alueella. Lähtökohtana voidaan pitää ajatusta siitä, että tarkoituksena on hoitaa ihmistä kokonaisvaltaisesti eikä ainoastaan päihdeongelmaa, sillä pitkälle edennyt riippuvuus on todennäköisesti aiheuttanut asiakkaalle ongelmia muillakin elämän osa-alueilla kuin suhteessa päihteiden käyttöön. Toisaalta päihteiden käytölle voi löytyä aiheuttaja esimerkiksi asiakkaan sosiaalisista suhteista. Lisäksi yhteistä menetelmille on se, että terapian lisäksi onnistuakseen kuntoutuksessa asiakas tarvitsee muitakin tukitoimia, ku-

ten esimerkiksi vertaistukiryhmiä. (Kuusisto, 2009; Lappalainen-Lehto ym. 2007, 171–172.)

3.2 Osallistaminen

Osallisuudella tarkoitetaan ryhmän keskuudessa tapahtuvaa yksilön toimintaa (Harju 2005, 68–69). Osallistaminen ydin on, että yhdessä tiedetään ja osataan enemmän ja vapaissa, avoimissa ympäristöissä saavutetaan parempia tuloksia kuin suljetuissa (Auvinen & Liikka 2015). Osallistaminen ryhmässä tarkoittaa sitä, että yksilö kokee olevansa sellainen osa ryhmää, joka voi osallistua keskusteluun, toimintaan ja päätöksentekoon sen tasavertaisena jäsenenä. Osallistamisessa on tärkeää, että kaikki kuuntelevat ja saavat äänensä kuuluviin. Pienissä ryhmissä tämä on helpompaa, suuremmissa ryhmissä tarvitaan järjestelyjä osallisuuden toteutumisen varmistamiseksi. (Auvinen & Liikka 2015.)

Osallisuus päihdekuntoutujien ryhmissä on erittäin tärkeää, sillä päihteiden käyttö on vaikuttanut heidän sosiaalisiin suhteisiinsa ja heidän voi olla vaikeaa osallistua keskusteluun sosiaalisissa tilanteissa (Julkunen & Nyberg-Hakala 2010, 24-32). Osallistamisen avulla voidaan varmistaa vaikutusmahdollisuus myös niille, jotka eivät ole sosiaalisesti niin taitavia kuin ryhmän muut jäsenet (Särkelä 2009).

Osallistaminen tässä työssä tarkoittaa sitä että toiminnallisten ryhmien toimintaperiaatteisiin kuuluu se, että asiakkaiden tulisi mahdollisimman paljon tehdä ja suunnitella toimintaa itse ja jos he eivät osallistu, ei mitään toimintaa olekaan. Toiminnallisuudessa osallistuminen on kaiken ydin; usein päihdekuntoutujalle pienikin onnistuminen on sysäys eteenpäin kuntoutumisessa, mutta edes näitä pieniä onnistumisia ei tule, jos ei ensin osallistu toimintaan. (Lähteenmäki 2015.)

3.3 Toiminnallisuus

Toiminnallisuudella tarkoitetaan ryhmän jäsenten sekä toiminnan että ajatuksen tasolla tapahtuvaa aktiivisuutta, ryhmän keskinäistä vuorovaikutusta ja ryhmän jäsenten osallistumista yhdessä toteutettaviin aktiviteetteihin. Toiminnallisuudessa voidaan myös auttaa kohderyhmän jäseniä ilmaisemaan sellaisia asioita

ja ajatuksia, joiden ilmaiseminen esimerkiksi keskustelussa on haastavaa tai mahdotonta. Päihdekuntoutuksen saralla toiminnallisuudella tarkoitetaan kaikkea kuntoutujia aktivoivaa toimintaa. (Salo-Chydenius 2006; Koskenkari 2015.)

Toiminnallisuuden tarkoitus päihdekuntoutuksessa on lisätä kuntoutujien oma-aloitteisuutta sekä aktiivisuutta ryhmässä. Toiminnallisessa tilanteessa ryhmän jäsenille järjestetään jotain aktiviteettia, kuten leipomista ja heitä ohjataan itse oivaltamaan esimerkiksi mahdollinen työnjako tai tehtävän suunnittelu. Toiminnallisuuteen kuuluu olennaisena osana se, että ryhmänjäsenet kommunikoivat keskenään ja joutuvat pohtimaan tehtävänsä sisältöä. Yhteinen tehtävä yhdistää ryhmän jäseniä ja poistaa mahdollisia sosiaalisia jännitteitä, sillä onnistuminen on kaikille itsestään selvä, yhteinen tavoite. Toiminnallisuudessa onkin tärkeää, että tehtävä olisi kaikille mieleinen. (Salo-Chydenius 2006; Koskenkari 2015.)

Toiminnallisuuden vahvuus on siinä, että siinä on helppo ottaa huomioon ryhmän eri jäsenet, heidän vahvuutensa ja heikkoutensa. Esimerkiksi päihdekuntoutujien toimintakyky vaihtelee eri asiakkaiden välillä kovasti ja siksi heille kannattaa valita jokin hyvin yleisen tason tehtävä, joka ei sisällä tarkkoja yksityiskohtia. Toimintaa voidaan suunnitella esimerkiksi niin, että niille, jotka eivät esimerkiksi ole kiinnostuneita leipomisesta, voivat osallistua toimintaan esimerkiksi kattamalla pöydän. (Salo-Chydenius 2006; Koskenkari 2015.)

3.4 Sosiaalinen vahvistaminen

Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä (Herranen & Lundbom 2011) -kirjan mukaan sosiaalinen vahvistaminen määritellään nuorisolain perusteella seuraavasti: ”Nuorisolain 2. pykälän kolmannessa momentissa todetaan sosiaalisella vahvistamisella tarkoitettavan nuorille suunnattuja toimenpiteitä elämäntaitojen parantamiseksi ja syrjäytymisen ehkäisemiseksi” (Nuorisolaki 72/2006). Tämä tarkoittaa erittäin laajasti kaikkia nuoria koskevia toimia koulunkäynnistä kotiin ja vapaa-ajan toimintaan. Voidaan ajatella, että kaikki nuoria koskeva toiminta aikuisten ja vertaisten suunnalta on sosiaalista vahvistamista.

Käytännössä sosiaalinen vahvistaminen on varhaista puuttumista, elämän nivelvaiheiden tunnistamista ja niiden kohtaamisessa auttamista, korjaavia toimia, moniammatillisuutta sekä eri alojen, tekijöiden, palveluiden ja ammattilaisten verkostoitumista keskenään (Herranen & Lundbom 2011, 13). Suomessa sosiaalista vahvistaminen on melko edistyksellistä; syrjäytyneille tai syrjäytymisvaarassa oleville on tarjolla paljon erilaisia tukitoimia, mutta myös niin sanotusti tavallista koulua käyville lapsille ja nuorille on sekä koulun että nuorisotoimen puolesta palveluita tarjolla, kuten esimerkiksi nuorisotyöntekijän palvelut, nuorisotilat, koulukuraattorin palvelut sekä koulun järjestämät kerhot.

Työmuotoja on useita erilaisia eikä sosiaalinen vahvistaminen ole ikäsidonnaisista. Sosiaalinen vahvistaminen liittyy kaikkeen ihmisläheiseen työhön ja erityisesti sosiaalialaan. Esimerkiksi sairaanhoitajat ja lähihoitajat suorittavat työssään myös sosiaalista vahvistamista. Tarkastelen kuitenkin aihetta ainoastaan yhteisöpedagogin näkökulmasta: ”Sosiaalinen vahvistaminen ammatillisena taitona järjestö- ja nuorisotyön moninaisilla kentillä on nimenomaan alan perusorientaatiota ja -osaamista, jolle on hyvin vaikea olla löytämättä paikkaa (Herranen & Lundbom 2011, 16)”. Tämä on erinomaisesti sanottu, sillä jokaisen alalla työskentelevän tulee ymmärtää sosiaalisen vahvistamisen mahdollisuudet perustyön kannalta. Jokaiseen työtehtävään alalla kuuluu sosiaalinen vahvistaminen olennaisena osana ja hallitseminen on tärkeää. (Herranen & Lundblom 2011.)

Sosiaalisen vahvistamisen osa päihdekuntoutuksessa on olennainen, sillä onnistuminen kuntoutuksessa vaatii terapeutin ja asiakkaan tiivistä sosiaalista kanssakäymistä ja luottamussuhdetta. Terapeutin tehtävä on tehdä tästä suhteesta asiakkaalle positiivinen kokemus. Myös toiminta- ja vertaistukiryhmissä asiakas joutuu sosiaalisen vuorovaikuttamisen kanssa tekemiseen ja positiiviset kokemukset näistä tilanteista vahvistaa asiakkaan kokonaisvaltaista onnistumisen kokemusta. (Kaukkila & Lehtonen 2008, 59–60)

3.5 Fasilitaattori

Fasilitaattori on eräs keskeinen käsite tässä opinnäytetyössä, sillä päihdekuntoutuksen keskiössä on päihdekuntoutujien oma aktiivisuus ja halu kuntoutua.

Kuntoutujien oma tekeminen ja aktiivisuus saa eniten tilaa silloin kun ryhmän ohjaaja toimii fasilitaattorina eikä varsinaisena ohjaajana, tämä tarkoittaa sitä, että ohjaaja toimii osana ryhmää eikä ohjaajan perinteisessä ryhmän vetäjän ja auktoriteetin roolissa. Fasilitaattori on henkilö, joka harjoittaa fasilitointia. Fasilitoinnilla puolestaan tarkoitetaan ryhmälähtöistä työskentelyä. Fasilitoinnin päämääränä on johdattaa ryhmä yhdessä ennalta asetettuun tavoitteeseen niin, että jokainen ryhmän jäsen tulee kuulluksi. (Summa & Tuominen 2009, 8-10.)

Fasilitaattorin ei ole niinkään tarkoitus toimia ryhmän ohjaajana vaan enemmänkin osana ryhmää. Fasilitaattorin tehtävänä on huolehtia, että toiminta ja ideat lähtevät ryhmän sisältä ja johdatella ryhmää onnistumisen ja toiminnan toteuttamisen suuntaan, kuitenkin ohjaamatta liikaa. Tarkoitus on, että ryhmän jäsenille tulee kokemus, että he ovat itse saaneet toiminnan aikaan. (Summa & Tuominen 2009, 8-10) Juuri näillä onnistumisen kokemuksilla sekä yksilönä että osallistuvana ryhmän jäsenenä on valtava merkitys päihdekuntoutujalle hänen kuntoutumisensa tukemisessa (Niemelä 2009).

Päihdekuntoutujien kanssa työskennellessä ohjaajan rooli on haastava, sillä A-klinikoiden lähestymistavan mukaan asiakkaille itselleen täytyy antaa mahdollisimman paljon vastuuta ja luottamusta, mutta kuntoutujien omaehtoinen aktiivisuus on usein heikolla tasolla ja ilman kannustusta he eivät todennäköisesti kykene toimintaa järjestämään. Tässä onkin ohjaajan työn kannalta erittäin tärkeä seikka. Ohjaajan tulee toimia ryhmän jäsenen ja ohjaajan välimaastossa eli fasilitaattorina. Toisaalta hän osallistuu toimintaan siinä missä muutkin mutta kuitenkin samalla pitää huolen siitä, että ryhmä on aktiivinen ja toimintaa tapahtuu. Tässä opinnäytetyössä pyritäänkin kehittämistyön kautta tuottamaan ohjaajille sellaisia työkaluja, että tässä roolissa pysyminen on helppoa ja luontevaa ja asiakkaiden osallistuminen ja aktiivisuus pystytään pitämään korkealla tasolla oikealla määrällä fasilitointia. Lisäksi fasilitoinnin avulla kuntoutuja on mahdollista kohdata sekä vertaisena että kuitenkin yksilönä, kun ohjaaja ei ole auktoriteettiasemassa ja kaikkien ehdotukset ja ajatukset tuodaan fasilitoinnin avulla esiin. Tästä syntyy kuntoutujia kunnioittava ja asiakaslähtöinen työskentely. (Heinonen 2006; Sutinen ym. 2000, 129-131.)

3.6 Asiakaslähtöisyys

Asiakaslähtöisyydellä tarkoitetaan yleisesti sitä, että asiakkaaseen kohdistuvasa toiminnassa otetaan huomioon kaikki henkilöön liittyvät ja vaikuttavat seikat, ikä, sukupuoli, äidinkieli, kansalaisuus, mahdollinen vakaumus ja muut yksilöön vaikuttavat seikat. Asiakkaan lähtökohtien huomioimisella voidaan tarjota jokaiselle asiakkaalle tasa-arvoista ja korkealaatuista täsmäpalvelua. (Kiikkala 2000, 116-119; Viitanen 2013; Pohjola 2010, 45 - 47.)

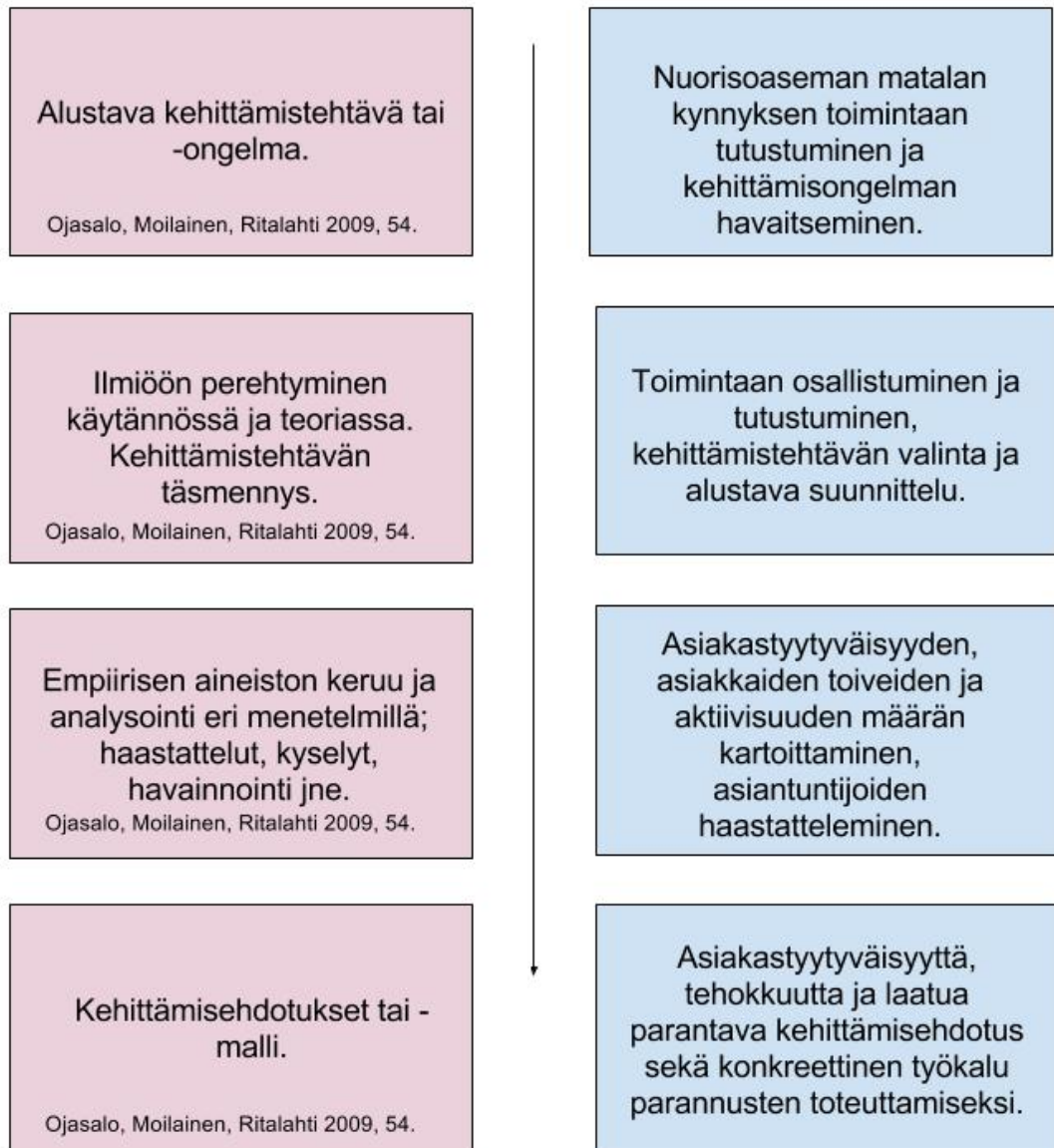
Asiakaslähtöisyys päihdekuntoutuksessa varmistaa sen, että asiakkaat saavat itse vaikuttaa toiminnan sisältöihin ja tulevat kuulluiksi. Päihdekuntoutuksen asiakkaille sosiaaliset kohtaamiset ja toiminnot ovat usein hyvin haastavia ja asiakaslähtöisyyden avulla voidaan luoda kullekin asiakkaalle mielekkäät lähtökohdat toimintaan osallistumiselle. Toiminnassa voidaan ottaa huomioon esimerkiksi eri asiakkaiden vahvuudet ja harrastuneisuudet, ikä, sukupuoli ja toimintakyvyn taso ja toiminnasta voidaan järjestää sellaista, että kaikilla on siinä omien vahvuuksiensa mukainen rooli. Tällainen toiminta voi olla esimerkiksi leipominen, jossa toimintaan voi osallistua käymällä kaupassa, leipomalla, kattamalla pöydän tai siivoamalla. (Viitanen 2013; Pohjola 2010, 45 - 47.)

4 MENETELMÄT

Lähestyn kehittämistyötä tapaustutkimuksena ja tutkimusmenetelmiksi olen valinnut haastattelun, kyselyn ja havainnoinnin, jotka ovat yleisimpiä laadullisen tutkimuksen menetelmiä (Tuomi & Sarajärvi 2002, 71; Ojasalo ym. 52). Tapaustutkimus on soveltuvin lähestymistapa, koska tapaustutkimuksella voidaan saada paljon tietoa suppeasta alueesta ja tapaustutkimuksen tarkoitus on tuottaa uusia kehittämissuhteita ja -ideoita (Ojasalo ym. 2009, 52–53).

Asiakkaiden toiveet ja odotukset muuttuvat konkreettiseksi kehittämissuhteeksi, kun ne kulkevat tapaustutkimusprosessin läpi. Tapaustutkimusprosessissa edetään tunnistamalla ensin ongelma, sitten perehtymällä ongelmaan, keräämällä aineistoa ja lopulta näiden kaikkien pohjalta muodostetaan kehittämissuhteus- tai malli. (Ojasalo ym. 2009, 54–55.) Kuviossa 2 on esitetty sekä ta-

paustutkimuksen eteneminen teoriassa sekä tapaustutkimuksen eteneminen käytännössä tässä opinnäytetyössä.



Kuvio 2 Kuviossa vasemalla näkyy tapaustutkimuksen eteneminen teoriassa ja oikealla kuviossa näkyy tässä opinnäytetyössä käytettävä tapaustutkimusstrategia.

Olen valinnut kehittämistyössäni käytettäväksi neljä erilaista menetelmää saadakseni tietoa eri näkökulmista ja mahdollisimman paljon vastauksia asetettuihin tutkimuskysymyksiin. Kolme näistä menetelmistä ovat tyypillisiä tapaustutkimuksessa käytettäviä menetelmiä: havainnointi, kysely ja haastattelu. Lisäksi yksi on toiminnallisuuteen ja aktiivisuuteen perustuva menetelmä, aivoriihi (Ojasalo ym. 2009, 52–55). Menetelmät ovat sekä sosiaalisia että kirjallisia, sillä monet päihdekuntoutusasiakkaat voivat kysyttäessä olla kovinkin halukkaita ja innostuneita osallistumaan erilaisiin ryhmiin ja toimintoihin, mutta käytän-

nön tasolla osallistuminen ja tekeminen eivät välttämättä olekaan niin helppoa, kuin asiakas on etukäteen ajatellut (Laitila 2010, 8–9, 21–22, Julkunen & Nyberg-Hakala 2010, 24-26). Tällä tavoin otetaan huomioon mahdolliset päihteiden käytön asiakkaalle aiheuttamat vahingot niin sosiaalisesti kuin toiminnallistekin ja saadaan luotettavampaa tietoa kuin pelkällä kirjallisella kyselyllä. (Julkunen & Nyberg-Hakala, 2010, 27.)

4.1 Havainnointi

Tutkiakseni toiminnallisuuden merkitystä päihdekuntoutusta tukevassa toiminnassa, on havainnointi oleellinen menetelmä. Sen lisäksi, että havainnointi on yksi tyypillisimmistä tapaustutkimuksen menetelmistä, on havainnointi tässä tapauksessa perustelua myös siksi, että tapauksesta tiedetään muuten vähän (Tuomi & Saarijärvi 2013, 81). Havainnoinnilla pyrin kartoittamaan sitä, miten asiakkaat osallistuvat ryhmässä ja miten oma-aloitteisia he ovat. Jos en havainnut näistä kumpaakaan, yritin havaita jotain käyttäytymismallia, esimerkiksi kielteistä asennetta ja selvittää, miten tätä voitaisiin muuttaa.

Havainnointia varten tein yksinkertaisen, väljästi strukturoidun havainnointikaavion (kuvio 3), johon merkitsin otsikoiksi havainnoitavat seikat (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Kenttiin kirjasin ylös ryhmän jäsenten nimet sen mukaan, miten he toimintaan osallistuivat ja lisäksi käytin plus ja miinus -merkintöjä tehostamaan erottelemaan osallistumisen tasoa, sillä kaikki eivät osallistu yhtä aktiivisesti. Halusin osallistumisen lisäksi siis määritellä sitä, kuinka aktiivista osallistuminen oli.

Osallistuu keskusteluun	Osallistuu toimintaan
Haluaa seurata sivusta	On oma-aloitteinen

Kuvio 3 Kuvio havainnoinnissa käyttämästäni havainnointikaaviosta.

4.2 Aivoriihi

Aivoriihi-menetelmän vahvuudet ovat siinä, että kun ajatukset ja ideat jaetaan ryhmän kesken, voivat muut ryhmän jäsenet kehittää ja muokata jo esitettyjä ideoita eli niitä jalostetaan. Ideoita voidaan myös yhdistellä keskenään ja tällöin saadaan kahdesta puolittaisesta ideasta yksi kokonainen, käyttökelpoinen ajatus. (Lavonen, Meisalo & a.l., s.d.; Ojasalo ym. 2009, 55.)

Useille oma-aloitteisuus ja itsensä esille tuominen ryhmässä voi olla haastavaa huonojen sosiaalisten taitojen vuoksi (Sutinen ym. 2000, 180-181; Julkunen & Nyberg-Hakala, 2010, 24-27). Siksi Sohvis-ryhmän virallisissa kokouksissa otin käyttöni aivoriihi-menetelmän, jotta keskustelua saadaan aikaan. Aivorihi-työskentelytapa on menetelmä joka yhdistää ryhmää, sillä aivoriihin perusajatukseseen ei kuulu kritiikki. Silloin, kun ryhmän pyrkimyksenä on nähdä jokaisessa ideassa jotain positiivista, saadaan aikaan kannustamisen kautta sosiaalista vahvistamista samalla kun työskennellään. Puheenvuorojen kierrättämisellä ryhmän kesken pidetään huoli siitä, että kaikki saavat osallistua keskusteluun ja ehdottaa omia ideoitaan. Tällainen osallistava menetelmä on erittäin käytännöllinen päihdekuntoutujien kanssa, jotka eivät lähtökohtaisesti ole yhtä aktiivisia kuin esimerkiksi ryhmä tavallisia nuoria. (Lavonen, Meisalo & a.l., s.d.)

4.3 Kysely

Halusin myös mitata kehittämistehtävän onnistumista vertailemalla asiakkaiden kokemuksia ja odotuksia ennen ja jälkeen Sohviksen toimintamallin muuttamisesta. Tähän valitsin menetelmäksi kyselyn, jonka teetin Google Forms-pohjalla. Tämä oli selkeä ja yksinkertainen valinta siksi, että kun haluamme tietää, mitä ihminen ajattelee ja miten hän käyttäytyy, paras tapa selvittää tämä on kysyä häneltä suoraan (Tuomi & Sarajärvi 2013, 72–73). Myös käytännöntasolla tämä oli helppo toteuttaa, sillä käyttämässämme tilassa Nuorisoasemalla oli käytössä pöytätietokone, jolla kukin pystyi vuorollaan vastaamaan live-lomakkeeseen ja kyselyn voi tehdä anonymisti ja ulkopuolisen henkilön pääseminen kyselyyn oli erittäin epätodennäköistä. Vastauksia tuli seitsemän kappaletta ja ne sain suoraan Googlen Excel-taulukkoon, josta pääsin vertailemaan vastauksia.

Monet päihdekuntoutajat ovat ajatuksen tasolla todella kiinnostuneita ja kertovat, että toiminta kuulostaa kivalta ja siihen voisi osallistua (Laitila 2010, 8–9, 21–22). Kuitenkin usein käy niin, että kun tulee aika, jolloin oikeasti pitäisi lähteä kotoa ja tulla Sohvikseen, voivat päihteiden käytön aiheuttama madaltunut toimintakyky ja arjen hallinnan vaikeudet johtaa siihen, että asiakas ei koskaan tule paikalle. Tästä syystä kyselyyn tueksi otettiin myös muita menetelmiä, jotta saataisiin tietoa myös asiakkaiden osallisuudesta ja toiminnallisuudesta myös käytännön tasolla, ei vain teoriassa. (Julkunen & Nyberg-Hakala 2010, 24-27.) Siitä huolimatta pidän kyselyyn saatuja vastauksia tärkeinä, koska kun tiedämme, mitä asiakkaat toivovat ja haluavat, voimme näitä toiveita toteuttamalla mahdollisesti vaikuttaa siihen, että asiakas päättää osallistua toimintaan toimintakyvystä huolimatta.

Kyselyn teettämisellä ennen ja jälkeen toiminnan kehittämistä pyrin saamaan tietoa siitä, onko asiakkaiden motivaatioon pystytty muutoksilla vaikuttamaan, onko tavoitteessa kannustaa ja aktivoida asiakasta onnistuttu. Kyselyn asema menetelmänä on tärkeä myös siinä mielessä, että siihen asiakkaiden on helpompi vastata rehellisesti, kun heillä on jotain negatiivista todettavaa toimintaan liittyen. Monille kritiikin antaminen keskustelussa voi olla haastavaa kun sosiaalinen kanssa käyminen voi muutenkin lähtökohtaisesti olla suurien ponnistelujen takana. Kyselyllä annetaan asiakkaille tilaisuus antaa rehellistä palautetta nimettömästi. (Julkunen & Nyberg-Hakala 2010, 30-32; Tuomi & Sarajärvi 2013: Liite 2.)

4.4 Asiantuntijahaastattelu

Päihdekuntoutuksessa käytetään Nuorisoasemalla ammatillisen hoidon ja vertaistuen yhdistelmää, jossa asiakkaat käyvät oman terapeuttinsa luona sekä erilaisissa toiminta- ja vertaistukiryhmissä, kuten Sohviksessa, jossa itse olin mukana (Saario 2000, 90). Saadakseni vertailukohdan asiakkaiden omille näkemyksille kuntoutuksen sisällöstä, käytin haastattelumenetelmää ja haastattelin kahta Nuorisoaseman terapeuttia, joiden molempien asiakkaita käy Sohviksessa.

En halunnut tehdä etukäteen täsmällisesti strukturoitua haastattelua, sillä halusin käyttää keskustelevaa lähestymistapaa. Siksi valitsin haastattelumenetelmäksi klinisen eli avoimen haastattelun, johon olin suunnitellut tukikysymykset ja kirjannut etukäteen ylös, mistä asioista haluan terapeuttien kanssa keskustella, mutta samalla säilyttää haastattelussa keskustelumaisuuden. Keskustelumaisella haastattelulla pyrin avaamaan kehittämistyöni tavoitteita ja ydinajatusta terapeuteille, jotta he voisivat esittää kehittämistyöhön oman ammatilliset näkemyksensä. (Liite 1.)

5 KEHITTÄMISTYÖN TULOKSET JA ANALYSOINTI

Aineiston analysointimenetelmäksi olen valinnut teemoittelun, joka soveltuu hyvin laadullisiin tutkimuksiin, joiden tavoite on ratkaista jokin käytännön ongelma. Teemoittelu-menetelmässä korostuu aineiston merkitys. Aineistoa pelkistetään ja pilkotaan niin, että sieltä voidaan erotella sellaiset aiheet ja teemat, jotka valaisevat tutkimusongelmaa. Teemoittelu tässä opinnäytetyössä tehdään taulukoinnilla, mikä tarkoittaa käytettyjen aineiston keruu menetelmien ja esille nousseiden teemojen järjestämistä taulukkoon. Taulukossa useimmin esiintyvät teemat ovat niitä, joiden perusteella aineisto järjestetään analysoinnissa. (Eskola & Suoranta 2010, 174-180.)

Käytetty menetelmä

	Havainnointi	Aivoriihityöskentely	Asiantuntijan haastattelu	Kysely
Aineistossa esiintyneet teemat	<p>Kuntoutujat tykkäävät osallistua toimintaan sisällöstä riippumatta</p> <p>Toiminnan aikana syntyy paljon keskustelua</p> <p>Toiminnan aikana asiakkaat antavat paljon ehdotuksia siitä, mitä seuraavalla kerralla voitaisiin tehdä</p> <p>Asiakkaat osallistuvat keskusteluun paremmin, kun ryhmässä on ohjelmaa</p> <p>Niillä kerroilla kun on toimintaa, asiakkaat keskustelevat ja osallistuvat aktiivisemmin</p>	<p>Asiakkaiden esittämät toiveet liikkuvat laajalla alueella leipomisesta urheiluun</p> <p>Asiakkaat antavat ehdotuksia paremmin silloin, kun puheenvuorot jaetaan</p> <p>Asiakkaat tukevat hyvin toistensa ideoita</p>	<p>Päihdekuntoutuksen onnistumisen kannalta on tärkeää, että asiakkaalla on päivisin mielekästä tekemistä</p> <p>Terapeuttien olisi helpompi ohjata asiakkaita mukaan ryhmiin, jos toimintaa olisi suunniteltu ennalta</p> <p>Terapeuttien mielestä on tärkeää, että asiakkaat saavat itse suunnitella toimintaa</p> <p>Asiakkaiden on helpompi tulla ryhmään, kun siellä on ohjelmaa "rikkomassa jäätä"</p>	<p>Asiakkaiden mielestä ryhmiin on mukavampi osallistua silloin, kun niissä on järjestettyä toimintaa</p> <p>Asiakkaat haluavat suunnitella toimintaa itse</p> <p>Asiakkaiden mielestä ryhmään on helpompi osallistua, kun toiminta on suunniteltu ennalta</p> <p>Asiakkaat kokevat toiminnan tukevan kuntoutumista</p>

Kuvio 4 Kuviossa näkyy käytetyt menetelmät ja niissä esiintyneet teemat

Merkittävää toiminnan kehittämisen kannalta on se, että eri asiakkaat kiinnittyivät Sohvis-toimintaan kuin kuntosalitoimintaan. Molemmissa ryhmissä kävivät samat vakioasiakkaat täsmällisesti ja osallistuivat toimintaan aktiivisesti, mutta selkeä ero oli siinä, miten eri toiminta motivoi eri asiakkaita. Toisille kuntosaliryhmään osallistuminen tuntui erittäin luonnolliselta ja he olivat erittäin tyytyväisiä mutta eivät olleet välttämättä yhtä innokkaita osallistumaan Sohvikseen, kun taas Sohvis-asiakkaat nauttivat leipomisesta ja askartelusta, mutta eivät olleet kiinnostuneita kuntosalitoiminnasta. Tämä on tärkeä havainto toiminnan sisällön suunnittelussa ja silloin kun pohditaan sitä, miten asiakkaita saadaan osallistumaan toimintaan aktiivisemmin.

5.1 Asiakkaiden näkemys toiminnan vaikutuksista kuntoutumiseensa

Kyselyjen, havainnoinnin ja aivoriihityöskentelyn tulosten perusteella päihdekuntoutuksessa olevien asiakkaiden kokemukset siitä, kuinka hyvin heille järjestetty toiminta tukee heidän päihdekuntoutustaan, vaihtelee asiakkaiden välillä; tämä on luonnollista ja selvää, sillä toipumiskokemus on jokaisen päihdekuntoutujan kohdalla yksilöllinen (Kuusisto 2009). Eroavaisuuksista huolimatta saaduissa tuloksissa on myös merkittävä yhtäläisyys: jokainen koki toimintaan osallistumisen tukevan kuntoutumista jollakin tasolla, toiset merkittävästi, toiset vähemmän, mutta esille ei tullut yhtään sellaista seikkaa, joka olisi osoittanut toiminnan olevan yhdellekään asiakkaalle täysin tarpeetonta. Samaan johtopäätökseen on päädytty myös kahdessa muussa saman aiheen opinnäytetyössä: Jenni Blomster opinnäytetyössään Toiminnallisuus päihdekuntoutuksessa (2008) ja Heidi Mattilan ja Eveliina Ihanuksen opinnäytetyössä Toiminnalliset menetelmät yhteisöllisessä päihdekuntoutuksessa (2012).

Tutkimuksen aikana asiakkaat kertoivat toimintaan osallistuessaan ja kyselyissä, että järjestetyn toiminnan mielekkyyttä lisää, kun he saavat itse vaikuttaa toimintaan ja suunnitella sitä ja kun toimintaa on suunniteltu etukäteen. Hyvin suunnitellut Sohvis-tapaamiset ovat havainnoinnin ja kyselyjen perusteella olleet onnistuneita, sillä asiakkaat ovat osallistuneet toimintaan sekä olleet aktiivisia toiminnan aikana ja kokeneet, että heillä on hyvät mahdollisuudet vaikuttaa toiminnan sisältöön ja että heidän toiveitaan kuunnellaan.

Sekä asiakkaiden vastaukset kyselyssä, että tehdyt havainnot ja aivoriihityöskentelyn tulokset ovat kaikki samansuuntaisia, asiakkaista 75 prosenttia vastasi toiminnalla olevan kuntoutumiseensa suuri merkitys, loput 25 prosenttia kertoi toiminnan tukevan kuntoutumista päivästä riippuen, toisinaan hyvin ja toisinaan kohtalaisesti.

Sekä asiakkaiden kokemusten että teoreettisen tiedon pohjalta voidaan sanoa, että sosiaalisella vuorovaikuttamisella on suuri merkitys ja vaikutus toipumiseen silloin kun kuntoutuja itse on orientoitunut siihen (Kuusisto 2009, 32-35). Mahdollisuuksia sosiaaliseen kanssakäymiseen ja onnistumisen kokemuksiin tarjoavat juurikin Sohviksen kaltaiset toiminnalliset ryhmät, joissa sekä tehdään että keskustellaan yhdessä muiden kuntoutujien kanssa, mutta voidaan huomata, että keskustelua syntyy myös muiden asioiden kuin päihteiden ja toipumisen ympäriltä.

5.2 Asiantuntijoiden näkemys toiminnan merkityksestä kuntoutuksen osana

Kehittämistyöhön kuului aineiston keräämisen asiakkailta lisäksi myös kahden alan asiantuntijan haastattelu. Molemmat asiantuntijat työskentelevät Turun Nuorisoasemalla ja he ohjaavat omia asiakkaitaan mukaan Nuorisoaseman palveluihin.

Haastatteluissa keskustelimme molempien asiantuntijoiden kanssa Nuorisoaseman matalan kynnyksen palveluista, toiminnan sisällöstä ja suunnittelusta sekä siitä, miten toimintaan osallistuminen voisi päihdekuntoutumista tukea. Halusin toteuttaa avoimen haastattelun, sillä olin haastattelut tehdessäni jo jonkin verran suunnitellut kehittämistyötä ja haastatteluissa toivon saavani asiantuntijoilta myös apua kehittämistehtävään ja tietoa siitä, onko kehittämistyöni etenemässä ollenkaan oikeaan suuntaan. Tavoitteeni oli, että haastattelussa saadaan puolin ja toisin uusia näkökulmia päihdekuntoutuksen tukitoiminnasta.

Molempien asiantuntijoiden näkemys toiminnasta osana päihdekuntoutusta oli se, että kuntoutujien huono elämänhallinta ja madaltunut toimintakyky tarvitsee parantuakseen kerran viikossa sovitun terapian lisäksi myös muuta tukea. Mo-

lemmissä haastatteluissa korostui se, että toiminnan sisällön merkitys ei ole niin suuri kuin sen, että kuntoutuja osallistuu edes johonkin toimintaan, joka rytmittää hänen arkeaan ja ennen kaikkea tukee päihteettömyyttä ja kannustaa sosiaaliseen kontaktiin.

Päihdetyön teoreettisessa taustassa esille tullut jokaisen päihderiippuvaisen oma halu toipumiseen oli myös haastateltujen asiantuntijoiden mielestä tärkeää; ketään ei voida pakottaa kuntoutumaan ja vaikka voitaisiin, päihteettömyys ei kannata pitkälle ellei se lähde kuntoutujasta itsestään. Se, miten avohoidossa tuetaan päätöstä lopettaa päihteiden käyttö, ei ole pelkästään hoidollista. Toimintaa tarjotaan kuntoutujille, jotta heillä olisi aktiviteettia niihin aukkoihin päivässä, joita aiemmin täytettiin päihteillä.

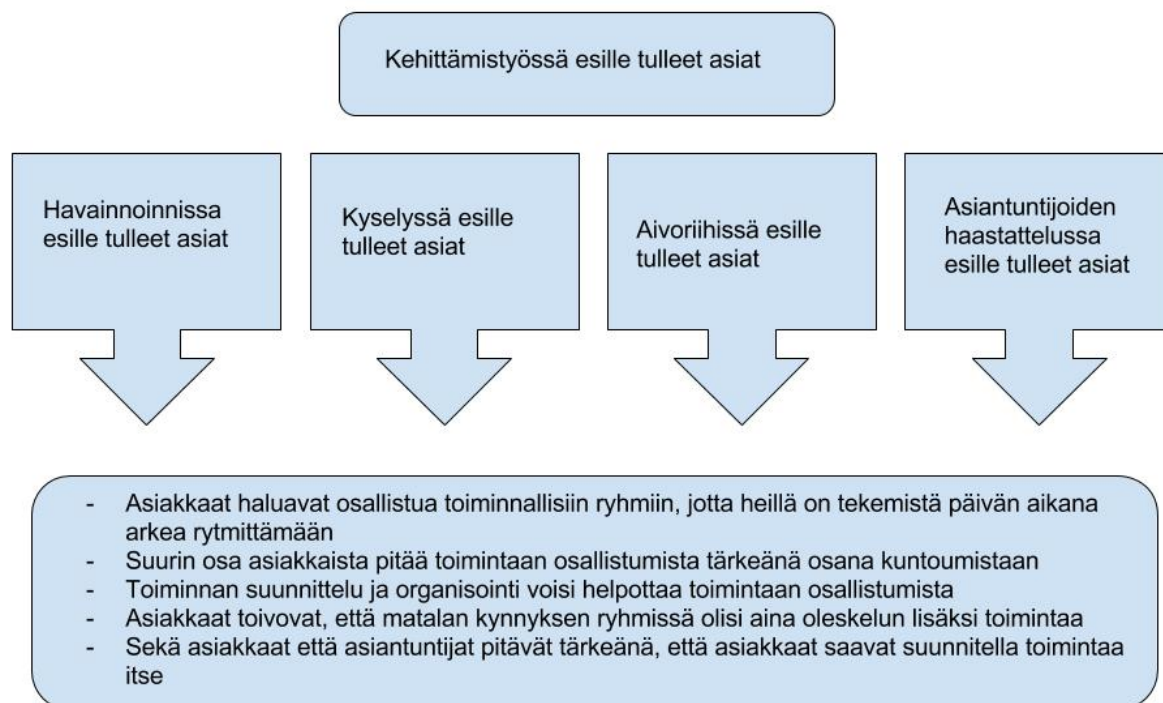
Suurimmalla osalla kuntoutujista on suurena haasteena aiemman sosiaalisen verkoston jättäminen ja yksinäisyyden kohtaaminen. Usein on niin, että pitkä jakso päihteiden väärinkäyttöä on johtanut siihen, että kuntoutujan kaikki sosiaaliset kontaktit ovat muihin päihteidenkäyttäjiin ja muita, päihteettömiä kontakteja ei juurikaan ole. Asiantuntijoiden mielestä toiminnan toinen tärkeä tehtävä on tarjota asiakkaalle tekemisen ja toiminnan lisäksi sosiaalista kanssakäymistä; tieto siitä, että on mahdollista viettää aikaa muiden ihmisten kanssa vaikka ei käyttäisi päihteitä, on usein kuntoutujasta lohduttava ja kannustava.

Haastatteluissa nousi myös esille se, että olisi erittäin tärkeää osallistaa asiakkaita ja aktivoida heitä suunnittelemaan ja toteuttamaan toimintaa itse. Toisaalta asiakkaat saattavat olla ajatuksen tasolla erittäin kiinnostuneita toimintaan osallistumisesta ja suunnittelusta, mutta kun tulee se hetki, että pitäisi lähteä kotoa ja tulla Nuorisoasemalle esimerkiksi Sohvikseen, on tilanne täysin toinen. Tämän vuoksi järjestettävän toiminnan pitäisi olla mahdollisimman helppoa ja palkitsevaa, jotta asiakkaat oikeasti siirtyisivät sanoista tekoihin.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Vahva sanoma sekä asiakkailta että asiantuntijoilta kerätyn aineiston pohjalta oli se, että toiminta riippumatta sen sisällöstä on tärkeä osa kuntoutumista useiden seikkojen vuoksi, joista tärkeimpinä voidaan mainita sosiaalinen vahvistaminen, onnistumisen kokemukset sekä asiakkaan aktivoiminen. Osallistuminen

osittain vaihtelee Sohviksen ja kuntosaliryhmän välillä, toiset osallistuvat vain toiseen näistä kahdesta ja jotkut molempiin. Merkittävää on kuitenkin se, että valitsivat asiakkaat kumman tahansa, he sitoutuivat ja kiinnittyivät toimintaan hyvin.



Kuvio 5 Kaavio aineistosta esille nousseista seikoista, joiden perusteella kehittämistyö tehtiin.

Toiminta lisää osallistumista

Yksi tärkeimmistä ja kehittämistyön kannalta merkittävimmistä tekemistäni havainnoistani oli se, miten asiakkaat saadaan ryhmään mukaan. Kaikki asiakkaat kertoivat kyselyssä poikkeuksetta, että heidän osallistumistaan helpottaa tai ainakin voisi helpottaa se, että toimintaa olisi suunniteltu etukäteen ja että ryhmällä olisi aina jokin selkeä agenda, oli se sitten pipareiden leipomista tai korttien tekoa. Asiantuntijoiden näkemykset tukivat tätä samaa ajatusta ja erityisesti tekemäni havainto erään asiakkaan tutustumisesta Sohvikseen johti tärkeään seikkaan; kun ryhmässä on järjestettyä ohjelmaa tai toimintaa, on ryhmään helpompi tulla ja sopeutua, sillä toiminta synnyttää keskustelua.

Eräällä kerralla kun Sohviksessa ei ollut mitään ohjelmaa, tein merkittävän havainnon: uusi asiakas tuli paikalle, istuimme kaikki keittiön pöydän ympärillä ja yritimme avata keskustelua, jolloin tilanne vaikutti asiakkaille erittäin vaivaannuttavalta eikä lainkaan luonnolliselta. Toin asian esille haastatellessani asiantuntijoita ja he tukivat ajatustani; toiminnan järjestäminen on erittäin hyvä keino mataltaa osallistumisen kynnystä ja synnyttää sosiaalista kontaktia asiakkaiden välille. Samaa tuki myös erään asiakkaan kertoma siitä, että hän ei olisi ikinä tullut Sohvikseen ilman Nuorisoaseman kevätretkeä Kurikkaan, jossa hän tutustui muihin sohvislaisiin ja sai rohkeutta tulla paikalle.

Suunnittelun ja organisoinnin merkitys

Aineiston ja aiheen teoreettisen tiedon pohjalta nousee toistuvasti esiin se, että toiminnan sisältöä tärkeämpää on toiminnan huolellinen suunnittelu ja organisoiminen. Alalla työskentelevien tulisi ottaa huomioon se, että vaikka asiakaslähtöisyys on päihdekuntoutuksen avainasemassa ja asiakkaiden tulisi itse saada suunnitella toimintaa ja vaikuttaa siihen. Työntekijöiden on silti pohdittava, miten asiakkaat saadaan aktiivisesti osallistumaan toimintaan. Laskeneen toimintakyvyn vuoksi asiakkaille ei ole itsestään selvää se syy-seuraus-suhde, että kun toimintaa suunnitellaan ja toteutetaan, niin osallistuminen on tärkeää toiminnan onnistumisen kannalta. Tieto siitä, että asiakkaiden pitäisi mahdollisimman paljon saada itse osallistua toiminnan suunnitteluun ja toteuttamiseen eikä kuitenkaan heidän voi odottaa itse tarttuvan toimeen, tekee ohjaamisesta ja fasilitoinnista haastavampaa. Aktivointi ja motivoiminen ovatkin ohjaajan tärkeitä tehtäviä: vaikka asiakkaat aineiston pohjalta vaikuttavat innostuneilta, on silti ohjaajan pidettävä huolta siitä, että innostuminen ajatuksen tasolla johtaisi varsinaiseen toimintaan. Tätä varten ohjaajat tarvitsevat käyttöönsä työkaluja ja tukea, joita molempia kehittämistyö tuottaa.

Mikkeli-yhteisössä, joka on päihdekuntoutuksen laitoshuoltoyksikkö, lähdetään ajatuksesta, että päihdekuntoutujan sisäinen järjestys lähtee liikkeelle ulkoisesta järjestyksestä. Tämä sama seikka tulee esille kaikesta keräämästäni aineistosta; organisointi, suunnittelu ja johdonmukaisuus asiakkaille järjestetyssä toiminnassa näyttäisivät johtavan kaikkein parhaimpiin lopputuloksiin. Selkeä toimintasuunnitelma ja johdonmukaisuus toiminnassa parantavat asiakkaan mahdolli-

suuksia osallistua toimintaan sekä luovat ympäristöön turvallisuuden ja järjestyksen tunnetta ja sellaisessa ympäristössä on kuntoutujien helppo olla oma itsensä.

Toiminnan merkitys

Asiakkaiden osallistumisen suhteen on asiakaskunnasta erotettavissa kaksi ryhmää: ne, jotka osallistuvat aktiivisesti toimintaan, aina kun pääsevät paikalle ja ne, jotka osallistuvat toimintaan vain silloin tällöin.

Asiakkaiden kanssa käydyt keskustelut toiminnan aikana ovat olleet hedelmällisiä; he ovat voineet kertoa hyvinkin syvällisiä asioita omista kokemuksistaan ja elämästään ja mahdollisia ongelmia, haasteita ja solmukohtia pohdittiin yhdessä. Myös kyselyssä asiakkaat kertoivat toiminnan lisäksi pitävänsä keskusteluita ja sosiaalisista kohtaamisista ja toiminnan yhdistäminen yhdessäoloon oli sekä asiantuntijoiden että asiakkaiden mielestä paras mahdollinen sisältö ryhmätoiminnalle.

Haastatteluissa molemmat asiantuntijat kertoivat pitävänsä toimintaan osallistumista hyvänä kuntoutuksen tukipalveluna, joka edistää kuntoutusta tai ainakin toimii hyvänä lisänä kuntoutuksessa. Toimintaa pidettiin tärkeänä Nuorisoaseman palveluna ja toimintaan osallistuttiin aktiivisesti silloin kun ryhmä kokoontui. Suurimpana haasteena kyselyn, havainnoin ja haastattelujen perusteella oli kotoa lähteminen ryhmään. Asiakkaiden vastausten perusteella kuitenkin toiminnan suunnittelulla voisi parantaa osallistumisaktiivisuutta.

7 OPINNÄYTETYÖN KONKREETTINEN TUOTOS

Järjestettävälle toiminnalle on olemassa jo kehykset ja puitteet Nuorisoasemalla, sillä Sohvista ja kuntosaliryhmää on toteutettu jo aiemmin. Kehittämistyölle on olemassa näin ollen erinomaiset lähtökohdat, sillä Sohvis-ryhmälle on Nuorisoasemalla varattu aina oma tila, jossa on hyvät puitteet erilaisille toiminnoille sekä valmiiksi laskettu budjetti, jonka mukaan hankintoja voidaan tehdä.

Järjestetty toiminta on ollut hyvin pitkälti arkista ja kädentaidollista harrastamista, kuten leipomista, elokuva-iltoja ja askartelua. Toimintaa on järjestetty sekä teemojen mukaan (ennen joulua esimerkiksi joulukorttien tekoa ja piparien koristelua) että budjetin mukaan: toimintaan yritetään valita sellaista sisältöä, johon asiakkailta olisi varaa muulloinkin kuin vain Sohviksessa. Esimerkkinä tällaisesta voisi olla lokakuussa pidetty ideoimani lyhtypaja, jossa koristeltiin lasinkeräyksestä haetut lasipurkit vanhoilla koruilla ja ylijäämäkoristeilla, joita sekä asiakkaat että henkilökunta sai etukäteen tuoda Sohvikseen. Lyhtypajassa huomioitiin myös ajankohta: monet asiakkaista kertoivat, että olivat kaivanneet lyhtyjä kotiinsa, kun syksyisin illat ovat pimeitä. Lyhtypaja on erittäin hyvä esimerkki siitä, kuinka Sohvis-toiminnassa asiakkaat innostuvat, aktivoituvat ja osallistuvat mielekkääseen tekemiseen jopa niin paljon, että vievät tämän harrastuksen mukanaan vapaa-ajalle. Lyhtypajassa otettiin huomioon ympäristöystävällisyys, pieni budjetti, syksyinen teema sekä asiakkaiden oman aktiivisuuden ja osallistumisen merkitys: jos ei itse tehnyt, ei lyhtyjä saanut kotiin.



Kuvio 6 Kuviossa näkyy syyskuusta joulukuuhun välillä Nuorisoseuralla järjestettyjen ryhmien toimintaa.

Sohvis-tilassa on ryhmän käytössä moderni keittiö, ryhmäruokailutila, paljon erilaisia askarteluvälineitä, tietokone, jossa on internet-yhteys, oleskelutila sekä televisio ja äänentoistolaitteet. Näiden puitteissa on erilaisia toiminnallisia vaihtoehtoja jo paljon, lisäksi Sohvis-budjetin rajoissa voidaan toteuttaa toimintaa myös Nuorisoseuran tilojen ulkopuolella, kuten esimerkiksi Motivus-kuntosalilla, jonne Nuorisoseuralla on lippuja.

Fyysiset puitteet ovat Nuorisoasemalla hyvät, lisäksi työkaluina ovat Nuorisoaseman henkilöstön työryhmä joka torstai, jossa voi hyödyntää ammattilaisten näkemyksiä ja osaamista sekä vaihtaa ajatuksia matalan kynnyksen toiminnasta. Tällainen vertaistuki on päihdetyössä tärkeä työkalu, sillä jokaisen päihdekuntoutujan toipuminen on yksilöllistä ja siksi toiminnan ja menetelmien on oltava monipuolisia ja kaikkien tarpeet huomioon ottavia ja tämä on helpompi toteuttaa, kun käytössä on eri ammattilaisten näkemyksiä.

Kun saavuin ensimmäiseen Sohvis-tapaamiseen, paikalla oli minun lisäksi yksi ohjaaja, kolme vanhaa asiakasta ja yksi ensimmäistä kertaa asiakkaana oleva henkilö. Kaikki toivotettiin tervetulleiksi, keitettiin kahvia ja sitten lähinnä puhuttiin siitä, mitä Sohviksessa yleensä tehdään ja mitä voitaisiin tehdä tulevaisuudessa.

Heti ensimmäinen ajatukseni oli, että onpa tämä vaivaannuttava tilanne. Ainoat, jotka puhuivat, olivat minä ja ohjaaja. Asiakkaat eivät juurikaan tunteneet toisiaan, eikä keskustelua ollut kovinkaan helppo avata koska he eivät tienneet toisistaan mitään vaikka voisi ajatella että Nuorisoasema, kuntoutuminen, Sohvis ja päihdeongelma olisivat yhdistäviä tekijöitä, mutta kaikki ovat sellaisia aiheita, joista ei tuntemattoman kanssa ole luontevaa alkaa keskustella.

Perehdyin Sohvikseen sekä tilana että toimintana heti ensimmäisen viikkoni aikana ja perehdyin aiempien Sohvis-kokousten pöytäkirjoihin, joista huomasin heti yhden toistuvan seikan: hyviä ideoita ja suunnitelmia oli paljon, mutta minikään niistä toteuttamiseksi ei sovittu toimenpiteistä eikä kokouksesta seuraavaan mennessä ollut toteutettu kuin yhtä tai maksimissaan kahta asiakkaiden toivomaa toimintaa. Esimerkiksi syyskuun kokouksesta lokakuun alkuun mennessä oli seitsemästä ehdotuksesta toteutettu vain yhtä.

Kuunneltuani asiakkaiden toiveita, keskusteltuani ohjaajien kanssa ja asiakkaileni teettämäni kyselyn perusteella tulin nopeasti siihen johtopäätökseen, että Sohvis tarvitsee oman kalenterin. Kalenterin avulla esimerkiksi ohjaajat voivat valmistella Sohvis -tapaamiset hyvissä ajoin ja kahden tunnin mittainen tapaminen voidaan hyödyntää kokonaan; aiemmin esimerkiksi asiakkaiden halutessa leipoa, on kauppaan lähdetty vasta Sohviksen alkamisen jälkeen ja näin

kahden tunnin tapaamisesta oli jo osa mennyt muuhun kuin itse toimintaan. Muiden useiden pienien etujen lisäksi omaan kokemukseeni ja havaintoihini perustuen Sohvis tarvitsi kipeästi toiminnan suunnittelua sosiaalisen vahvistamisen työkaluksi. Ne asiakkaat, joille osallistuminen Sohvikseen oli erittäin korkean sosiaalisen harppauksen päässä, voisivat tulla osallistumaan toimintaan eikä heidän välttämättä tarvitse keskustella, jos eivät halua. Toki myöhemmin Sohviksessa huomattiin, että yhteinen toiminta avaa keskustelua täysin eri tavalla kuin ohjelmaton tapaaminen.

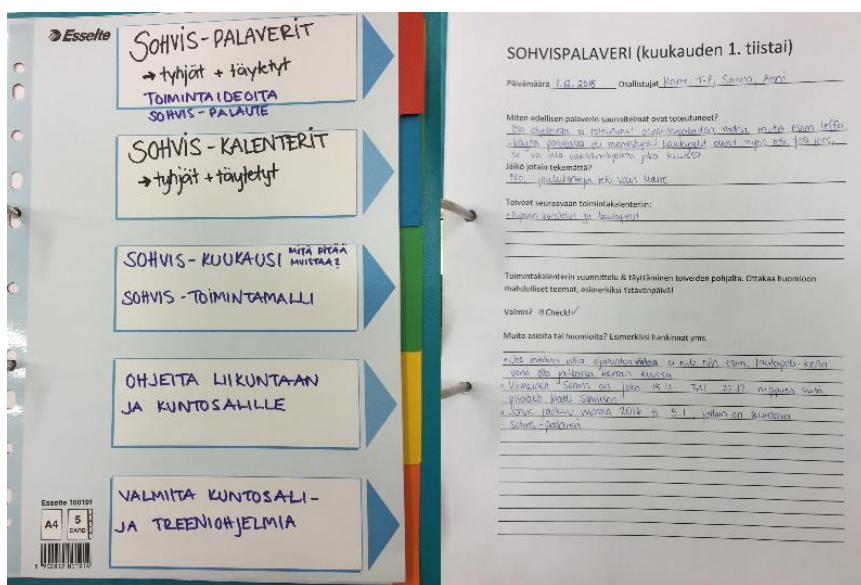
Tulostin tyhjän kalenterin lokakuun kokoukseen, jossa yhdessä laitoimme esille tulleet ideat heti kalenteriin ylös. Tämä oli toiminnan suunnitteluasteelta ensimmäinen askel kohti toiminnan toteuttamista. Tulokset puhuivat puolestaan; kaikki lokakuun Sohvis-palaverissa esitetyt toiveet toteutettiin lokakuun aikana. Pelasimme esimerkiksi lautapelejä, leivoimme ja teimme kynttilälyhtyjä kierrätysmateriaaleista. Lokakuussa käytettiin ensimmäisen kerran niin sanottua Sohvisen toimintakalenteria (kuva 1).

SOHVIS Toimintakalenteri Joulukuu				
MAANANTAI	TIISTAI 1.12.	KESKIVIikko	TORSTAI 3.12.	PERJANTAI 4.12.
	Sohvis-palaveri		Joulutorstaija Pipant-tiistaille	Kuntosali 15.30
MAANANTAI	TIISTAI 8.12.	KESKIVIikko	TORSTAI 10.12.	PERJANTAI
	Pipann konsertti		Lautapelit	
MAANANTAI	TIISTAI 15.12.	KESKIVIikko	TORSTAI 17.12.	PERJANTAI
	Vuoden viimeinen sohvis - leipomista pe. varten		Tietu Py:n ja Nuorisoseuran Pikkujouluspesiaali	
MAANANTAI	TIISTAI 22.12.	KESKIVIikko	TORSTAI 24.12.!	PERJANTAI
	Matti pitää!		Hyvä joulua!	

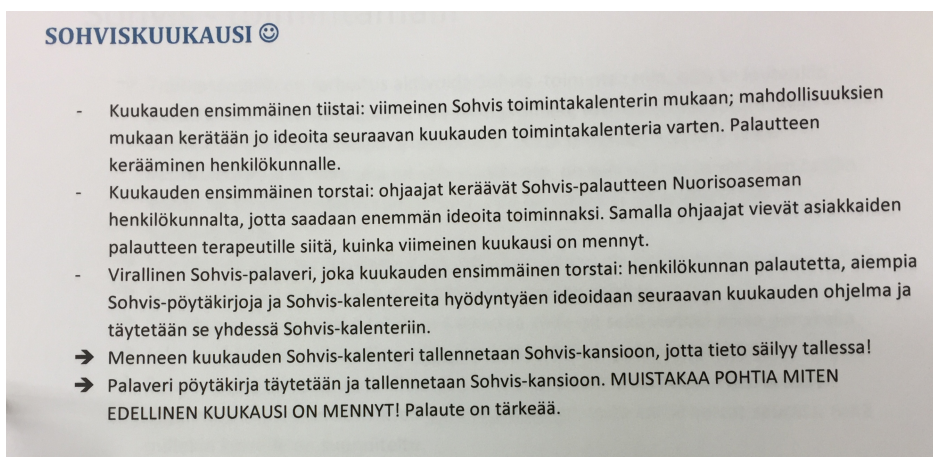
Kuva 1 Kuvan joulukuun toimintakalenterista

Toimintakalenterin myötä aloin pohtia, että miten tämä suunnitelmallisuus ja toiminnan tehostaminen saadaan säilytettyä osana Sohvista sen jälkeen kun minun harjoitteluni loppuu eikä kalenteria ole kukaan muistamassa. Näin aloin kehittää sisältöä Sohvis-kansiota varten.

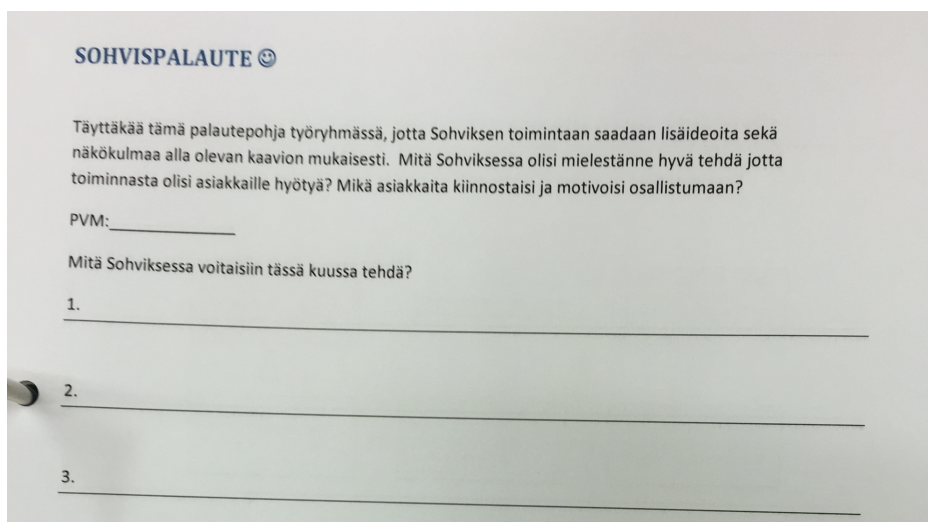
Kuvassa 2 (alla) vasemmalla näkyy valmiin Sohvis-kansion sisältö. Sisältöön kuuluu täytettyjen toimintakalenterien lisäksi tyhjiä toimintakalenteri-pohjia sekä valmis kokouspöytäkirjapohja (kuvassa 2 oikealla) tulevia Sohvis-palavereja varten. Pöytäkirjapohjien tarkoituksena on ohjata Sohvis-palaverin kulkua sekä muistuttaa kaikista asioista, jotka Sohvis-palaverissa tulee käydä läpi, kuten äärimmäisen tärkeä asiakkaiden palaute menneestä kuusta. Jotta palaverissa sovitut asiat ja täytetty toimintakalenteri toteutetaan käytännössä, on Sohvis-kansioon sisällytetty lisäksi Sohviksen kuukausikello (ks. sivu 33, kuva 3), jonka mukaan joka kuussa toimitaan. Kuukausikelloon on esimerkiksi merkitty ajankohdat Sohvis-palaveria sekä terapeuttien palautteen keräämistä varten, jotta nämä eivät pääse unohtamaan ja jotta Sohviksen toiminta tapahtui yhdessä sovitun kaavan mukaisesti. Näin vältetään työntekijöiden päällekkäiseltä työskentelyltä ja asiakkaat tietävät, miten Sohvis toimii. Palveluohjaamisen ja terapeuttien ja Sohvis-asiakkaiden välisen vuoropuhelun tehostamiseksi Sohvis-kansiossa on myös pohja Sohvis-palautteelle (ks. sivu 33, kuva 4), jonka terapeutit voivat täyttää joka viikkoisessa työryhmäpalaverissaan. Palautteella terapeutit voivat ehdottaa mielestään asiakkaiden kannalta hyödyllistä sisältöä Sohvisiin.



Kuva 2 Kuvassa vasemmalla Sohvis-kansion sisällysluettelo ja oikealla täytetty Sohvis-palaverin pöytäkirja



Kuva 3 Kuvassa Sohviksen kuukausi sellaisena, kuin se on Sohvis-kansiossa



Kuva 4 Kuvassa Sohvis-palautepohja

Sohvis-kansio sisältää myös toimintamallin (kuvio 5) sekä Sohviksen toimintaperiaatteet, jotka on lisätty kansioon ensinnäkin muistutukseksi sekä asiakkaille että työntekijöille mutta myös perehdytys- ja tutustumismateriaaliksi uusille ohjaajille ja asiakkaille. Lisäksi kansion loppuun on lisätty osio kuntosaliryhmää varten. Tämä osio pitää sisällään yksinkertaiset perusohjeet kuntosaliharjoittelulle, sillä varsinaista kuntosaliohjaajaa ryhmällä ei ole käytettävissään. Nuorisoaseman työntekijöiden tekemää palveluohjausta Sohvikseen on osittain rajoittanut se, ettei heillä ole mitään konkreettista esimerkkiä siitä, mitä Sohviksessa tehdään ja miten toimintaan voi osallistua. Toimintamalliin kuulukin Nuorisoasemalla työskentelevien terapeuttien ja Sohvis-ohjaajien keskinäisen vuoropuhelun lisääminen Sohvis-palautteen avulla.

Kuntosaliryhmän ohjaamiseen kuului varsinaisen toiminnan lisäksi kuntosaliohjelman ja ruokavalion suunnitteleminen kaikille halukkaille ja näihin kuntosalioh-

jauksiin ja -käynteihin kului noin kolmasosa harjoitteluajastani. Vain yksi asiakas kävi kuntosaliryhmässä ainoastaan kerran, muut ryhmän jäsenet kiinnittyivät ryhmään verraten helposti. Kuntosaliryhmän ohjaaminen ja asiakkaiden suosio oli positiivinen saavutus, sillä liikunnan on todettu parantavan nuorten itseohjautuvuutta ja elämänhallintaan (Myllyniemi & Berg 2013) sillä säännöllinen, ammattilaisen suunnitteleman ohjelman mukainen harrastaminen tuo rytmiä kuntoutujien arkeen, muiden liikunnan tuomien, fysiologisten etujen lisäksi.

Kuntosaliryhmän haaste on aiemmin ollut siinä, että kuntosalilla käyville asiakkaille ei ole ollut tarjolla ammattitaitoista ohjausta, vaan salilla on tehty lähinnä sitä, mitä mieleen tulee. Tein Sohvis-kansioon valmiita, yleiskuntoa kehittäviä kuntosaliohjelmia valmiiksi ja ohjeet siihen, miten sopiva ohjelma valitaan. Näin kuntosaliryhmän toiminnassa säilyy mielekkyys ja punainen lanka vielä harjoitteluni päättymisen jälkeen, mikä on tärkeää, sillä asiakkaat pitivät kuntosalikäynneistä kovasti ja liikunta on yksi parhaista kuntoutumista tukevista toiminnoista.

8 LOPPUPÄÄTELMÄT

Työni lopullinen johtopäätös on, että toiminnallisuudesta päihdekuntoutuksen osana hyötyvät eniten ne asiakkaat, joiden oma toimintakyky ja elämän hallinta on heikentynyt päihteiden liikakäytön johdosta, mutta joilla kuitenkin on halu kuntoutua ja parantua. Asioita ei voida korjata tahdosta riippumatta, mutta päiheteettömyyspäätöksen syntymisen jälkeen tukitoimien voi olennaisesti parantaa sekä asiakkaan kiinnittymistä hoitoon että hänen mahdollisuuksiaan kuntoutumisen onnistumisessa miten liittyy kehittämistyöhön. Tukitoimien laadun merkitys on teoreettisen tiedon, muiden vastaavien tutkimusten, haastateltujen asiantuntijoiden, keräämäni aineiston sekä asiakkaiden kertoman perusteella erittäin tärkeä seikka mikä tulee huomioida sekä toiminnan suunnittelussa että toteutamisessa.

Asetettuun tutkimuskysymykseen ”Millainen toiminta parhaimmin tukee päihdekuntousta?” vastaus on, että toiminnan sisällöllä on vain pieni merkitys suhteessa siihen, kuin merkittävää kuntoutuksen kannalta on se, että asiakas osallistuu toimintaan. Eli esimerkiksi urheilullinen toiminta ei tue kuntoutusta sen parem-

min kuin leipominen. Parhaimmin kuntoutusta tukee sellainen toiminta, josta asiakas pitää ja josta hän innostuu. Työni lopputuloksien merkitys on silti suuri toiminnan tehostamisen ja organisoinnin kannalta, useista eri syistä. Luonnollisesti tärkeintä on se, että päihdekuntoutujien tukitoimet voitaisiin toteuttaa entistä laadukkaampina huolellisen suunnittelun ja tuottamieni työkalujen avulla, mutta myös useista muista syistä: ammattilaiset pystyvät tekemieni havaintojen sekä kehittämistyöni avulla säästämään omia resurssejaan perehtymällä suunnitteluun ja toteuttamisprosessiin. Toimintamallien ja toimintakalenterien huolellinen toteuttaminen helpottaa sekä palvelujen tuottamista ja antaa ammattilaisille lisää aikaa ja energiaa käytettäväksi varsinaiseen päihdetyöhön.

Usealla eri työpaikalla on käytössä jonkinlainen käsikirja tai muu vastaava opas, johon on kirjattu ylös toiminnan keskeisiä periaatteita ja toimintaohjeita ynnä muuta työn menestyksekkääseen suorittamiseen liittyvää materiaalia. Kehittämistyön lopputuloksena syntynyt Sohvis-kansio on myös tällainen; se on tulevaisuudessa jokaisen Nuorisoaseman työntekijän käytettävissä ja sinne voidaan lisätä materiaalia sitä mukaan, kun toiminta tulevaisuudessa toivottavasti kehittyy lisää. Sohvis-kansion olennaisena tehtävänä on aiempien toimintakalenterien ja Sohvis-kokousten arkistointi, jotta ne ovat jatkossa sekä uusien että vanhojen asiakkaiden ja työntekijöiden nähtävillä. Sohvis-kansiosta löytyvä informaatio on hyvä työväline sekä ajan että vaivan säästämiseksi; kansiosta nähdään, mitä kaikkea eri toimintaa Sohviksessa on aiemmin tehty, mikä on ollut kokemus näistä toiminnoista ja miten on aiemmin järjestetty ja miten kannattaisi jatkossa järjestää. Kansiosta löytyy myös tieto siitä, jos jotain toimintaa on kokeiltu, mutta siitä on jäänyt negatiivinen kokemus. Nämä tiedot takaavat sen, että työntekijöiden ja asiakkaiden ei tarvitse aloittaa aina alusta suunnitella ja toteutusta vaan valmiita malleja on jo olemassa ja on kokemusta siitä, mitä asioita voi ja kannattaa käyttää uudestaan ja mitä taas pitää kehittää. Näin tehostuu sekä työntekijöiden ajankäyttö että asiakkaiden aktivointi, kun he voivat lähteä kehittämään aiempia ideoita. Lisäksi Sohvis-kansiota voidaan hyödyntää silloin, kun toimintaa suunnitellaan ja muistellaan hyvin onnistuneita Sohvis-toimintoja, tällöin kansiosta voidaan katsoa jokin jo hyväksi havaittu toiminta ja toteuttaa se helposti ja vaivattomasti.

Päihdekuntoutus on erittäin asiakaskeskeistä työtä ja parhaimmat tulokset kuntoutuksessa tulee silloin, kun asiakas saa itse toimia oman kuntoutuksensa asiantuntijana. Johtopäätös toiminnallisuudesta on samansuuntainen: asiakkaat aktivoituvat, osallistuvat ja innostuvat kaikkein eniten silloin, kun ovat itse saaneet suunnitella toiminnan ja se on jotain sellaista, mistä ovat itse kiinnostuneet. Opinnäytetyön tuokset tukevat tätä havaintoa tuottamalla laadukkaampaa ja asiakaslähtöisempää työtä. Sohvis-kansiosta löytyvien työkalujen avulla pystytään toteuttamaan paljon erilaista toimintaa ja toiminnan suunnittelua ohjaavat palaveripöytäkirjat varmistavat sen, että jokainen saa oman äänensä kuuluviin ja vaikuttaa toiminnan sisältöön. Erityisen paljon lasken painoarvoa Sohviksen antamalle ensivaikutelmalle: oma ensivaikutelmani Sohviksesta oli erittäin vaivantunut ja jos olisin itse asiakas, en välttämättä olisi tullut takaisin. Toimintakalenterin, suunnittelun ja tiedon jakamisen ansiosta uudet asiakkaat tietävät etukäteen mitä Sohviksessa tehdään ja heillä on pienempi kynnys osallistua. Aineiston perusteella kävi ilmi, että toiminta synnyttää myös keskustelua ja näin uusien asiakkaiden on helpompi saada kontaktia vanhoihin asiakkaisiin, kun toiminta on avaamassa tilannetta ja keskustelua.

Merkitys yhteiskunnallisesti on nähtävissä erityisesti taloudellisesta näkökulmasta ja kahdelta eri kantilta. Toisaalta kaikkien sosiaalialan toimintojen tehostaminen pienentää menoja ja tehokkaammin tuotettu aiempaa parempi laatu taas omalta osaltaan tukee päihdekuntoutusta entistä paremmin ja päihdehuollon asiakkaita on mahdollisuus saada osaksi tuottavaa yhteiskuntaa nopeammin kuin aiemmin; tämä vähentää sosiaalimenoja ja taas kasvattaa verotuloja. Joko kuntoutumistuella, työttömyystuella tai sairaseläkkeellä oleva kuntoutuja tuo yhteiskunnalle menoja kun taas työelämässä tai opiskelussa mukana oleva kuntoutuja tuottaa tai tulee tuottamaan yhteiskunnalle. Mielessä on kuitenkin säästämisen sijaan pidettävä ensisijaisena tavoitteena asiakkaan kokonaisvaltainen kuntouttaminen. Puoliksi onnistunut kuntoutus johtaa enemmän tai myöhemmin takaisin päihteiden pariin ja tämä tulee luonnollisesti kalliimmaksi kuin kuntouttamisen toteuttaminen kerralla huolellisesti.

Suomalaiset elävät tällä hetkellä – ovat eläneet jo huomattavan pitkään - taloudellisesti haastavaa aikaa ja erityisesti viimeisimpien eduskuntavaalien jälkeen säästöt ovat alkaneet näkyä yhä vahvemmin ihmisten arjessa. Tätä opinnäyte-

työtä tehdessäni ajattelin useaan otteeseen, että voisiko olla mahdollista, että leikkauksia esimerkiksi sosiaali- ja terveydenhuollon budjeteista ei tarvitsisi tehdä, jos toimintojen tehokkuutta ja organisointia tutkittaisiin ja paranneltaisiin? Tämän opinnäytetyön konkreettinen tuotos osoittaa ainakin Nuorisoaseman kannalta tämän väitteen todeksi: hyvin suunniteltu ja organisoitu, valmis toimintamalli ja työkalu, Sohvis-kansio, helpottaa ohjaajien työtä ja parantaa kustannustehokkuutta. Valmis ohjenuora toiminnan suunnittelua ja toteuttamista varten vapauttaa työaika muuhunkin ja tämä tulee työntekijöiden valtavan työkuorman kanssa varmasti tarpeeseen. Tämä tarkoittaa myös työntekijöiden parempaa työhyvinvointia; hyvät työkalut vähentävät työmäärää, kiirettä ja stressiä, jotka ovat kaikki tunnettuja sairauslomalle joutumisen syitä.

LÄHTEET

- Auvinen, A., Liikka, P. 2015. Osallistamisen käsikirja. Hämeenlinna: Suomen eOppisopimuskeskus.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2000. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Haavisto, K. 2005. Päihdetyön laatusuositukset. Artikkel. Viitattu 7.3.2016. <http://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihdeongelmien-hoito/paihdehuollon-laatusuositukset>
- Hannula, M. 2006. Verkostotyö. Artikkel. Viitattu 7.3.2016. <http://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihdeyon-menetelmat-ja-koulutus/verkostotyö>
- Harju, A. 2005. Kansalaisyhteiskunta vapaaehtoistoiminnan innoittajana. Teoksessa Nylind, M. & Yeung A. B. (toim.) Vapaaehtoistoiminta anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus, 58-80.
- Heinonen, J. 2006. A-klinikkasäätiön lähestymistapa. Artikkel. Viitattu 7.3.2016. <http://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihdeyon-menetelmat-ja-koulutus/klinikkasaation-lahestymistapa>
- Ikonen, Y. 2007. Yhteisöhoito. Artikkel. Viitattu 8.3.2016. <http://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihdeyon-menetelmat-ja-koulutus/yhteisöhoito>
- Julkunen, J., Nyberg-Hakala, A. 2010. Toimiva päihdekuntoutus. Toimintaterapeutin opas. Espoo: Painotalo Casper Oy.
- Karjalainen, V., Viikkumaa, I. (toim.) 2004. Kuntoutus kanssamme – Ihmisen toimijuuden tukeminen. Stakes - Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Saarijärvi.
- Kaukkila, V., Lehtonen, E. 2008. Ryhmästä enemmän, käsikirja ryhmänohjaajan taitoja tarvitsevalle. SMS-tuotanto. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2013. Helsinki
- Kiikkala, I. 2000. Asiakslähtöisyys toiminnan periaatteena sosiaali- ja terveyden- huollossa. Hygieia. Helsinki: Tammi.
- Koskenkari, S. 2015. Toiminnallinen oppiminen. Liikkuva koulu -hanke. http://www.liikkuvakoulu.fi/filebank/768-Toiminnallinen_oppiminen_Koskenkari.pdf viitattu 12.1.2016
- Koste, A. 2004. Nuorista Suomessa. Tietoa nuorista, heidän asemastaan, elinoloistaan ja nuorisotyöstä. Allianssi Ry. <http://www.alli.fi/binary/file/-/id/615/fid/1803> viitattu 9.1.2016
- Kuusisto, K. 2009. Päihderiippuvuuksista toipumisen eri reitit. Teoksessa Tammi, T., Aalto, M., Koski-Jännes, A. (toim.) Irti päihdeongelmista. Tutkimuksia hoidon ja ehkäisyn menetelmistä. Helsinki: Edita, 32–48.
- Laitila, M. 2010. Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdetyössä. Fenomenografinen lähestymistapa. Itä-Suomen yliopisto, Hoitotieteen laitos. Terveystieteiden väitöskirja. http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0224-5/urn_isbn_978-952-61-0224-5.pdf

- Lavonen, J., Meisalo, V. & al. s.d. Luovan ongelmanratkaisun työtavat. Artikke-
li. Viitattu 5.2.2016. <http://www.edu.helsinki.fi/malu/kirjasto/copy.htm>
- Lundbom, P., Herranen, J. 2011. Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja
käytänteinä. Humanistinen Ammattikorkeakoulu. Sarja C. Oppimateriaaleja
26.
- Mäkelä, R. 2005. Perheterapia. Artikke-
li. Viitattu 7.3.2016.
<http://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihde-tyon-menetelmat-ja-koulutus/perheterapia>
- Niemelä, S. 2009. Nuorten päihdeongelmien ehkäisy ja hoito. Teoksessa Tam-
mi, T., Aalto, M., Koski-Jännes, A. (toim.) Irti päihdeongelmista. Tutkimuksia
hoidon ja ehkäisyn menetelmistä. Helsinki: Edita, 49–73.
- Nuorten vapaa-aika tutkimus 2013. [https://tietoanuorista.fi/wp-
content/uploads/2013/08/Nuoria_liikkeellä_Julkaisu_Nettiversio_korjattu.pdf](https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2013/08/Nuoria_liikkeellä_Julkaisu_Nettiversio_korjattu.pdf)
viitattu 7.1.2016
- Partanen, A. 2000. Päihteet ja yhteiskunta. Teoksessa Inkinen, M., Partanen,
A., Sutinen, T. (toim.) Päihdehoitotyö. Tampere: Tammi. 84-97.
- Pohjola, A. 2010 Asiakas sosiaalityön subjektina. Teoksessa Laitinen, M. &
Pohjola, A. (toim.) Asiakkuus sosiaalityössä. Tallinna: Gaudeamus Hel-
sinki University Press.
- Saaranen-Kauppinen, A., Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäope-
tuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto.
<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>. Viitattu 4.2.2016.
- Saarnio, P. 2009. Psykososiaalisen päihdehoidon tutkimus. Teoksessa Tammi,
T., Aalto, M., Koski-Jännes, A. (toim.) Irti päihdeongelmista. Tutkimuksia hoi-
don ja ehkäisyn menetelmistä. Helsinki: Edita, 14-31.
- Saarto, A. 2000. Kehittämistoiminnan periaatteet. Teoksessa Päihdekansio
Saarijärvi: Gummerus. 100.
- Saarto, A. 2000. Toimintayksiköt. Teoksessa Päihdekansio. Saarijärvi: Gumme-
rus Kirjapaino Oy. 90.
- Salo-Chydenius, S. 2006. Toiminnalliset ja luovat menetelmät. Artikke-
li. Viitattu 4.3.2016. <http://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihde-tyon-menetelmat-ja-koulutus/toiminnalliset-ja-luovat-menetelmat>
- Salo-Chydenius, S. 2010. Motivoiva haastattelu/Motivoiva toimintatapa. Artikke-
li. Viitattu 6.3.2016.
<http://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihde-tyon-menetelmat-ja-koulutus/motivoiva-haastattelu-motivoiva>
- Seppä, K. 2005. Lyhytneuvonta (mini-interventio). Artikke-
li. Viitattu 7.3.2016.
<http://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihde-tyon-menetelmat-ja-koulutus/lyhytneuvonta-mini-interventio>
- Summa, T., Tuominen, K. 2009. Fasilitaattorin työkirja. Menetelmiä sujuvaan
ryhmätyöskentelyyn. Raporttisarja. Kehitysyhteistyön palvelukeskus 103.
- Sutinen, T., Havio M. 2000. Päihde-työn tietoperusta. Teoksessa Inkinen, M.,
Partanen, A., Sutinen, T. (toim.) Päihdehoitotyö. Tampere: Tammi. 15-25.

- Sutinen, T., Mattila, R., Sinnemäki, T., Syysmeri, L. 2000. Teoksessa Inkinen, M., Partanen, A., Sutinen, T. (toim.) Päihdehoitotyö. Tampere: Tammi. 166-189.
- Sutinen, T., Partanen, A., Havio, M., Syysmeri, L., Mattila, R. 2000. Hoitava ja kuntouttava päihdetyö. Teoksessa Inkinen, M., Partanen, A., Sutinen, T. (toim.) Päihdehoitotyö. Tampere: Tammi. 129-165.
- Tuomi, J., Saarijärvi, A. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Helsinki: Tammi.
- Valkonen, S. 2011. Mahdollisuuksia muutokseen. Päihde- ja mielenterveyskuntoutujan työkirja. Helsinki: Trio-Offset Oy.

LIITTEET

Liite 1

HAASTATTELURUNKO

Informaatiohaastattelu: Toiminnasta ulkopuolisen ammattilaisen näkemys Sohvavis-toiminnasta ja toiminnan merkityksestä päihdekuntoutuksessa.

Haastattelija: Saara MARIAN Ruotsalainen

Aika: 12.11.2015

Ennen haastattelua: Esittelen itseni ja kerron mistä opinnäytetyössä ja haastattelussa on kysymys ja mihin haastattelua tullaan käyttämään. Pyydän luvan haastattelun nauhoittamiseen.

Haastateltavan taustatiedot:

Virpi Lähteenmäki, sosiaaliterapeutti Turun Nuorisoasemalla. Koulutukseltaan yhteiskuntatieteiden maisteri Tampereen yliopistosta, pääaineena sosiaalityö.

Haastattelu:

Miten työssäsi ohjaat asiakkaita mukaan toiminnallisiin ryhmiin?

Miten positiiviset kokemukset vahvistavat kuntoutujaa?

Kun tarkoituksena on antaa kuntoutujalle sellainen hetki päivässä, ettei tarvitsisi ajatella päihteitä niin miten mielestäsi päihteettömyys, päihteetön ympäristö ja päihteistä puhumattomuus mielestäsi vaikuttaa kuntoutujaan?

Lisääkö tarjolla oleva mahdollisuus osallistua toimintaan asiakkaiden aktiivisuutta?

Kannustaako etukäteen suunniteltu toimintakalenteri asiakkaita osallistumaan toimintaan?

Liite 2

KYSELYRUNKO

Kysely ennen toiminnan kehittämistä

Tarkoituksena kartoittaa asiakkaiden osallistumisen aktiivisuus, toiveet ja odotukset sekä näkemys nykyisen toiminnan vaikutuksesta heidän kuntoutumiseensa.

Sukupuoli

Mies
Nainen

Nuorisoaseman asiakkuus.

Oletko Nuorisoaseman asiakas? Kauanko asiakkaus on kestänyt?

En ole Nuorisoaseman asiakas, käyn vain Sohviksessa
Olen asiakas, asiakkaus kestänyt alle kuukauden
Olen asiakas, asiakkaus kestänyt 1-6kk
Olen asiakas, asiakkaus kestänyt yli 6kk
Muu, mikä?

Osallistuminen.

Kuinka usein osallistut Sohviksen toimintaan?

Kerran kuussa
Joka toinen viikko
Kerran viikossa
Aina kun Sohvis on auki
Muu, mikä?

Odotukset toiminnalta?

Mitä haluaisit Sohviksen kanssa tehdä? Voit valita useamman vaihtoehdon!

Askartelua

Ruuanlaittoa
Hengailua, keskustelua ja oleskelua
Kuntosalitreeniä porukalla
Muuta liikunnallista toimintaa
Muuta, mitä?

Uskotko, että toiminnalla on positiivista vaikutusta oman kuntoutumisesi suhteen?

Kyllä, ehdottomasti
Ehkä, osittain
Riippuu päivästä
En usko, että suurta merkitystä

Olisiko sinun helpompi osallistua toimintaa, jos toimintaa suunniteltaisiin esimerkiksi kuukausi eteenpäin?

Kyllä
Ei
Ehkä, en osaa sanoa

Muita toiveita tai odotuksia toiminnan suhteen?

--