

Markku Alus

Wertsu – Vertaistukea ja päihdeinfoa

Kävijöiden kokemuksia ryhmästä

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK)

Sosiaalialan koulutusohjelma

Opinnäytetyö

10.4.2017

<p>Tekijä(t) Otsikko Sivumäärä Aika</p>	<p>Markku Alus Wertsu – Verstaistukea ja päihdeinfoa. Kävijöiden kokemuksia ryhmästä. 43 sivua + 3 liitettä 10.4.2017</p>
<p>Tutkinto</p>	<p>Sosionomi AMK</p>
<p>Koulutusohjelma</p>	<p>Sosiaalialan koulutusohjelma</p>
<p>Suuntautumisvaihtoehto</p>	<p>Sosionomi AMK</p>
<p>Ohjaaja(t)</p>	<p>Lehtori Ulla Saukkonen Lehtori Katja Ihamäki</p>
<p>Työttömyys on yksi tämän päivän suurimpia yhteiskunnallisia ongelmia. Työttömyydellä on monia negatiivisia vaikutuksia yksilön hyvinvointiin ja toimintakykyyn. Yksi tapa hoitaa työttömyyttä on tarjota työttömille mahdollisuus kuntouttavaan työtoimintaan, joka auttaa päivärhythmiä ylläpitämisessä, vähentää päihteidenkäyttöä, tarjoaa sosiaalisen ympäristön ja antaa työkokemusta. Kuntouttavassa työtoiminnassa päihteiden käyttö on kuitenkin yksi suuri syy poissaoloihin ja työtoiminnan katkeamiseen.</p> <p>Tähän on vastattu Wertsu-ryhmällä, jonka tarkoituksena on tarjota tietoa päihdeongelmasta sekä Helsingin päihdepalveluista asiantuntijaluentoja ja vierailujen avulla, sekä antaa mahdollisuus vertaistuelliseen keskusteluun muiden ryhmäläisten kanssa. Opinnäytetyöni tarkoituksena oli selvittää Wertsun käyneiden asiakkaiden mielipiteitä ja kokemuksia ryhmässä käytetyistä menetelmistä sekä heidän ajatuksiaan ryhmän hyödyllisyydestä oman päihdeongelman kannalta.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin triangulaation menetelmää käyttäen. Valmiin kvantitatiivisen aineiston muodostivat ryhmän ohjaajien keräämä asiakastieto sekä asiakkaiden täyttämät asiakaspalautekyselyt. Lisäksi viidelle Wertsu-ryhmän käyneelle asiakkaalle toteutettiin teemahaastattelu, jonka teemat nousivat asiakaspalautekyselyistä, transteoreettisen muutosmallin teoriasta sekä ryhmän kehittämisen näkökulmasta.</p> <p>Molempien aineistojen tulokset koottiin yhteen ja tästä voitiin vetää johtopäätös, että Wertsu-ryhmästä on ollut hyötyä monille kävijöille. Osalle Wertsu on toiminut ponnahduslautana muihin päihdepalveluihin, osan se on pysäyttänyt miettimään uudelleen päihteidenkäyttöään ja osaa ryhmän vertaistuellinen puoli on auttanut jaksamaan jo päihdeettömällä tiellä pysymistä. Ryhmän laaja-alaisuus on hyödyttänyt kaikissa muutosvaiheissa olevia yksilöitä.</p>	
<p>Avainsanat</p>	<p>Kuntouttava työtoiminta, työttömyys, vertaistuki, päihteet, transteoreettinen muutosmalli</p>

Author(s) Title Number of Pages Date	Markku Alus Wertsu – Peer support and drug information. Participants' experiences from the group. 43 pages + 3 appendices Spring 2017
Degree	Bachelor of Social Services
Degree Programme	Social Services
Specialisation option	Social Services
Instructor(s)	Ulla Saukkonen, Senior lecturer Katja Ihamäki, Senior lecturer
<p>Unemployment is one of major social issues today. Unemployment affects negatively in many ways to one's well-being and functional ability. One way to treat unemployment is to give people a chance to participate in rehabilitation workshops. Workshops help to sustain a daily routine, decrease drug use, offer social environment and give work experience. In rehabilitation workshops, excess drug use is still one of the main reasons for absences and a premature termination of the rehabilitation period.</p> <p>The Wertsu group was established for that reason. The group intends to offer information about drug related problems and services in Helsinki via specialist lectures and visiting those services. It also offers an opportunity for peer supportive discussions with other group members. The purpose of my Bachelor's Thesis was to research the customers' opinions and experiences about the Wertsu group, and how they see the group's utility from the perspective of their addiction.</p> <p>The thesis was conducted by using triangulation. The already complete quantitative data consisted of customer information, which was collected by the instructors of the group, and customer feedback data. Furthermore, I utilized a themed interview for five former Wertsu group members. The interview themes arose from customer feedback data, the theory of transtheoretical model of change and a customer oriented development approach.</p> <p>Both, quantitative and qualitative data was then analyzed and brought together. The conclusion was that the Wertsu group was beneficial to many of its participants. To some, Wertsu was acting as a stepping-stone into other drug services, others found peer support from the group to their already drug-free life and for some, the group made them rethink their drug use. The Wertsu_group's wide perspective of drug related problems seems to be beneficial despite an individual's stage of change.</p>	
Keywords	Work rehabilitation, unemployment, peer support, drugs, alcohol, transtheoretical model of change

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Pitkäaikaistyöttömyys	2
2.1	Työttömyys, hyvinvointi ja päihteidenkäyttö	2
3	Päihdeongelmat	3
3.1	Alkoholin käyttö Suomessa	4
3.2	Alkoholin ongelmakäyttö	4
3.3	Huumeiden käyttö	5
4	Kuntouttava työtoiminta	6
4.1	Vammaisten henkilöiden työtoiminta	8
4.2	Kuntouttavan työtoiminnan oheispalvelut	8
5	Toimintaympäristö	9
5.1	Wertsu-ryhmä	10
6	Transteoreettinen muutosmalli	11
6.1	Muutosvaiheet	12
6.2	Muutosprosessit	14
7	Asiakasymmärrys palvelun kehittämisessä	15
8	Toteutus	16
8.1	Tutkimuskysymykset	16
8.2	Määrällinen aineisto	17
8.2.1	Analyysimenetelmät	18
8.3	Teemahaastattelut	19
8.3.1	Teemoittelu	20
9	Määrällisen aineiston analyysi	20
9.1	Asiakastiedon analyysi	20
9.2	Asiakaspalautekyselyn analyysi	24
10	Teemahaastattelun tulokset	29

10.1	Muutosvaiheet	30
10.2	Kognitiiviset prosessit	31
10.3	Toiminnalliset prosessit	33
10.4	Asiakaslähtöinen kehittäminen	34
11	Johtopäätökset	35
12	Pohdinta	39
12.1	Tutkimuksen luotettavuus	40
12.2	Oma oppiminen	41
12.3	Jatkotutkimusaiheet	42
	Lähteet	44
	Liite 1. Tiedote haastatteluun osallistuville	49
	Liite 2. Teemahaastattelun runko	50
	Liite 3. Asiakaspalautekysely	51

1 Johdanto

Nopeasti muuttuva työelämä asettaa nykypäivänä haasteita monien ihmisten, niin nuorten, vanhojen, koulutettujen kuin kouluttamattomien, työllistymiselle. Vaikka työllisyystilanne on parantunut vuoden 2008 taantumien jälkeen on pitkäaikaistyöttömyyden trendi ollut nousussa vuodesta 2009 lähtien (Työllisyyskatsaus joulukuu 2016). Pitkäaikaistyöttömyydellä on todettu olevan monia yksilön hyvinvointia heikentäviä vaikutuksia, kuten fyysisen ja psyykkisen kunnon heikentyminen, negatiivinen vaikutus elintapoihin sekä päihteenkäytön lisääntyminen (Kauppinen ym. 2010: 234-235).

Näihin pitkäaikaistyöttömyyden lieveilmiöihin on vastattu monenlaisilla palveluilla, joista yksi on kuntouttava työtoiminta. Kuntouttava työtoiminta pyrkii mielekkään työtoiminnan sekä työtoiminnan ohessa järjestettävien lisäpalvelujen avulla tukemaan asiakkaidensa elämänhallintaa sekä työ- ja toimintakykyä (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001 § 3). Yksi tällainen kuntouttavan työtoiminnan asiakkaille järjestettävä lisäpalvelu on päihdeinfoa ja vertaistukea tarjoava Wertsu-ryhmä, jota Läntisen aikuissosiaalityön alaisuudessa toimiva Kuntoutusohjauksen yksikkö toteuttaa. Tämä opinnäytetyö tarkastelee Wertsu-ryhmän toimintaa, ja se on tehty Kuntoutusohjauksen tilauksesta.

Wertsu-ryhmä pyrkii toiminnallaan vastaamaan kuntouttavan työtoiminnan piirissä esille tuleviin päihdeongelmiin. Ryhmässä keskitytään viiden perjantain ajan käymään läpi Helsingin päihdepalveluita asiantuntijaluentoja ja vierailujen avulla sekä käymään vertaistuellista keskustelua ryhmäläisten kesken. Ryhmän tavoitteena on kannustaa ja rohkaista osanottajia oman päihdeongelman kohtaamisessa sekä mahdollistaa oman tukipalvelun löytäminen. (Wertsu n.d.)

Opinnäytetyön teoreettisena viitekehyksenä toimii transteoreettinen muutosmalli, jonka on todettu kuvaavan hyvin päihteenkäytön lopettamisen kaltaista elämäntapamuutosta (Prochaska – DiClemente – Norcross 1992; Miller 1999), johon Wertsu-ryhmä pyrkii toiminnallaan puuttumaan. Transteoreettisen muutosmallin kuvaamat muutosvaiheet ja muutosprosessit voidaan liittää Wertsun asiakkaiden elämäntilanteisiin sekä ryhmän toimintoihin, joten teoria tarjoaa luontevan ja käyttökelpoisen mallin ryhmän toiminnan hahmottamiseen. Wertsu-ryhmää tarkastellaan valmiiden määrällisten aineistojen sekä

teemahaastattelujen avulla, jolloin saadaan laaja ja läpileikkaava kuva Wertsun saavuttavuudesta, ryhmän menetelmien saamasta palautteesta, ryhmäläisten kokemuksista sekä kehitysehdotuksista.

2 Pitkäaikaistyöttömyys

Kuntouttavan työtoiminnan piirissä työttömyyden, tarkemmin pitkäaikaistyöttömyyden ja rakenteellisen työttömyyden tematiikka nousee vahvasti esiin. Tilastokeskus (2009) määrittelee pitkäaikaistyöttömän henkilöksi, joka on ollut työttömänä yhtäjaksoisesti yli 12 kuukautta. Pitkäaikaistyöttömiä on ollut toki aina, mutta vasta 1990-luvun alun taloudellisen laman myötä Suomeen syntyi varsin laaja ja sitkeä rakenteellisen pitkäaikais- ja toistuvuustyöttömyyden ongelma. Yli 50 prosenttia 1993 työttömäksi jääneistä ei enää ikinä palannut työelämään ja sama tilanne on jatkunut 2000-luvullakin: puolet vuonna 2000 työttömäksi jääneistä ei palannut vakinaisesti työelämään. (Saikku – Kestilä – Karvonen 2014, 120.) Pitkäaikaistyöttömiksi määriteltäviä henkilöitä oli joulukuussa 2016 122 000. Se on 3,2 prosenttia enemmän kuin vuotta aiemmin ja pitkäaikaistyöttömyyden trendi onkin ollut nousussa vuodesta 2009 lähtien. (Työllisyyskatsaus joulukuu 2016.)

Hieman erilaisen kuvan pitkään jatkuneesta työttömyydestä antaa rakenteellisen työttömyyden käsite. Rakenteellista työttömyyttä mitataan pitkäaikaistyöttömyyden, toistuvaisyöttömyyden, työvoimapolitiittisista palveluista työttömäksi joutuneiden ja näissä palveluissa kiertävien ihmisten yhteismääränä. Voidaan puhua myös vaikeasti työllistyvistä henkilöistä. Joulukuussa 2016 vaikeasti työllistettäviä henkilöitä oli noin 215 000. Kuntouttava työtoiminta on yksi työvoimapolitiittisen palvelun muoto. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2017.) Kuntouttavassa työtoiminnassa monet ovatkin kulkeneet palvelusta toiseen tai käyneet läpi pitkän työttömyysjakson, joten monesti heidän voidaan laskea kuuluvan vaikeasti työllistettäviin, vaikka tilastojen valossa työttömiä he eivät juuri sillä hetkellä olekaan.

2.1 Työttömyys, hyvinvointi ja päihteidenkäyttö

Työttömien hyvinvointia on tutkittu sekä hyvinvoinnin vajeiden, että hyvinvoinnin kokemusten näkökulmasta. Saikku ym. (2014) ovat tutkineet työttömien koettua hyvinvointia

verrattuna työllisiin, kun taas Kauppinen – Saikku – Kokkonen (2010) ovat tutkineet työttömyyttä ja huono-osaisuuden kasautumista hyvinvoinnin vajeiden näkökulmasta. Molemmat näkökulmat viittaavat samanlaisiin tuloksiin, eli työttömyydellä on negatiivisia vaikutuksia yksilön koettuun hyvinvointiin ja sen osatekijöihin. (Saikku ym. 2014; Kauppinen ym. 2010.)

Työttömyyden tiedetään olevan yhteydessä monenlaisiin ongelmiin yksilön hyvinvoinnissa. Heikentynyt taloudellinen tilanne aiheuttaa stressiä, itsetunto ja minäkuva saattavat olla koetuksella kuin myös psyykinen hyvinvointi ja mielenterveys. Säännöllisen päiväohjelman ja säännöllisten sosiaalisten kontaktien väheneminen saattavat myös vaikuttaa negatiivisesti yksilön hyvinvointiin. Myös fyysinen terveys on työttömällä keskimäärin heikompaa kuin työssäkäyvillä. Elintapoihin saattaa tulla muutoksia ja työttömyydellä onkin havaittu yhteys epäterveellisempään syömiseen, tupakointiin ja alkoholinkäyttöön. Työttömyyden pitkittyessä vaarana on ongelmien syveneminen ja hyvinvoinnin vajeet kasautuvat erityisesti pitkäaikaistyöttömille selvästi useammin kuin työllisillä tai vain vähän aikaa työttömänä olleilla. (Kauppinen ym. 2010: 234-235; Saikku ym. 2014: 119.)

Prättälä ja Paalanen (2007, 81-83) toteavat, että työttömät kuluttavat alkoholia muita ryhmiä enemmän ja heidän keskuudessaan on enemmän alkoholin suurkuluttajia. Työttömistä miehistä joka kolmas oli alkoholin suurkuluttaja, mutta myös naisissa työttömyyden ja alkoholin suurkulutuksen välinen yhteys oli selkeästi havaittavissa. Prättälän ja Paalasan (2007) raportti koskee kuitenkin vain 30—64-vuotiaita suomalaisia, joten aivan edustavaa kuvaa kaikista työttömistä se ei anna. Heidän mukaansa samankaltaisia tuloksia on kuitenkin saatu tutkimuksissa, joissa on haastateltu myös nuorempia ihmisiä. (Prättälä – Paalanen 2007, 83).

3 Päihdeongelmat

Vaikka Wertsu-ryhmässä alkoholin ongelmakäyttäjät muodostavat selkeän enemmistön, on ryhmä alusta asti tarkoitettu palvelemaan mitä tahansa päihteitä ongelmallisesti käyttäviä. Wertsu on aina ollut avoin myös korvaushoidossa oleville sen vertaistuellisen puolen vuoksi. Vähemmistössä olevien huumeidenkäyttäjien vuoksi tässä työssä keskitytään kuitenkin alkoholin ongelmakäyttöön. Muutamia pääpiirteitä huumeiden ongelmakäytöstä tuodaan silti esiin.

3.1 Alkoholin käyttö Suomessa

Vuonna 2013 alkoholijuomien kokonaiskulutus Suomessa oli 11,6 litraa sataprosenttista alkoholia 15 vuotta täyttänyttä väestöä kohti. Se on eniten Pohjoismaista ja Eurooppaan suhteutettuna keskitasoa. Ainakin kerran viikossa alkoholia nautti miehistä 49% ja naisista 28%. Humalahakuisesti joi ainakin kerran viikossa 23% miehistä ja 5% naisista. Tyypillisintä humalahakuinen juominen oli 45—54-vuotiaiden miesten ryhmässä. (Päihdetilastollinen vuosikirja 2014, 21-28.)

Väestön kokonaiskulutuksella on havaittu selvä yhteys sekä suur-, keski-, että pienkuluttajien kulutustasoon (Karlsson – Kotovirta – Tigerstedt, -- Warpenius 2013: 14: 49-51). Aallon (2015: 12) mukaan ongelmakäyttö kasvaa aina kokonaiskulutusta nopeammin. Ympäristön juomiskäyttäytyminen vaikuttaa siis kautta linjan kaikkiin alkoholinkäytön osaryhmiin, joko kulutusta lisäten tai sitä laskien. Alkoholipoliittisilla muutoksilla, koskivat ne sitten mainonnan rajoittamista, saatavuuden muutoksia tai hintapolitiikkaa, on havaittu merkittävä vaikutus alkoholin kokonaiskulutuksen muutoksiin. Käytävissä olevan rahan määrä taloudellisina nousu- ja laskukausina näyttää myös jonkin verran koreloivan alkoholin kulutuksen kanssa. (Karlsson ym. 2013: 14: 49-51.)

3.2 Alkoholin ongelmakäyttö

Alkoholin ongelmakäytöstä puhutaan, kun juomiseen liittyy jokin haitta tai huomattava riski saada alkoholista johtuva haitta. Alkoholin ongelmakäyttö voidaan jakaa kolmeen luokkaan, riskikäyttöön, haitalliseen käyttöön ja alkoholiriippuvuuteen, joiden välillä kulkeva raja ei kuitenkaan ole yksiselitteinen. Luokkien tarkoituksena on helpottaa henkilön alkoholiriskin kuvaamista. Henkilö voi kuulua vain yhteen luokkaan kerrallaan, mutta liikua luokkien välillä. (Aalto 2015: 9.)

Alkoholin riskikäyttäjillä riskikäytön rajat ylittyvät, mutta merkittäviä haittoja tai riippuvuutta ei vielä ilmene. Alkoholin kulutus määrittääkin kuuluuko henkilö riskikäyttäjien ryhmään. (Aalto 2015: 9-11.) Vuonna 2015 käypä hoito- suosituksen alkoholin riskikäytön rajat uudistuivat ja riskirajan korvasi korkean riskin taso. Lisäksi määriteltiin kohtalaisen riskin taso ja ei todennäköisen tai vähäisen riskin taso. Korkean riskin taso on miehillä 23-24 annosta ja naisilla 12-16 annosta viikossa. (Alkoholiongelmaisen käypä hoito-suositus 2015.)

Alkoholin haitallisesta käytöstä puhutaan, kun yksilöllä on selkeästi tunnistettavia alkoholin käytöstä johtuvia fyysisiä tai psyykkisiä ongelmia. Haitallisesta käytöstä kärsivän ajatellaan pystyvän lopettamaan käyttö suhteellisen helposti läheisten tai lyhyen neuvonnan avulla. Jos tämä ei kuitenkaan onnistu, on yleensä kyse alkoholiriippuvuudesta. Alkoholiriippuvuus on oireyhtymä, jossa on pohjimmiltaan kyse psyykkisestä riippuvuudesta, joka ilmenee käyttäytymisen muutoksena ja pakonomaisena tarpeena käyttää alkoholia myös vieroitusoireiden mentyä ohi. Alkoholiriippuvaisen elämässä juomisen rooli on kohtuuttoman korostunut ja käyttö jatkuu haitoista huolimatta. (Aalto 2015: 9-10.)

Alkoholin ongelmakäyttö on Suomessa verrattain yleistä. 30-64-vuotiasta miehistä 23% ja naisista 12% täytti ongelmakäytön kriteerit ainakin ajoittain. Tämä tarkoittaa noin 700 000 henkilöä. Alkoholiriippuvuutta arvioidaan sairastavan 7% miehistä ja 2% naisista. (Aalto 2015: 12.)

Alkoholin käyttö aiheuttaa yhteiskunnan tasolla mittavia haittavaikutuksia ja kustannuksia. Arvioiden mukaan puhutaan noin miljardin euron välittömistä kustannuksista, todellisten kustannusten noustessa vielä paljon suuremmiksi. (Aalto 2015: 14.)

Alkoholin käytöstä aiheutuvat haitat voidaan jakaa kahteen kategoriaan: terveydellisiin ja sosiaalisiin haittoihin. Alkoholinkäytön terveyshaitat voidaan taas jakaa humalatilaa aiheuttamiin akuutteihin haittoihin, kuten tapaturmiin ja myrkytystiloihin sekä pitkäaikaiseen käyttöön liittyviin kroonisiin terveyshaittoihin, kuten maksasairauksiin ja muistihäiriöihin. Alkoholinkäytöstä aiheutuvia sosiaalisia ongelmia voivat olla erilaiset väkivaltaisudet, taloudelliset ongelmat, työelämän ongelmat tai perheeseen liittyvät ongelmat. (Karlsson ym. 2013, 26-28.)

3.3 Huumeiden käyttö

Pääpiirteittäin huumeriippuvuuden kriteerit ovat samanlaiset kuin alkoholin tapauksessakin. Huumeriippuvuus on krooninen sairaustila, jolle on ominaista pakonomainen tarve saada ainetta, toleranssin kehittyminen ja kykenemättömyys pidättäytyä käytöstä. Altistavia tekijöitä huumeiden käytölle ovat huonot sosiaaliset olot, lapsuuden turvattomuus, muiden päihteiden varhainen käyttö sekä eräät persoonallisuuden piirteet. Ympäristötekijöillä kuten sosiaalisella ympäristöllä on todettu vaikutus huumekekeiluihin. Kokeilujen kehittymistä huumeriippuvuudeksi näyttävät ohjaavan perintötekijät. Huumeidenkäyttä-

jien keskuudessa syrjäytyminen sekä työttömyys on yleistä. Käyttöön liittyy monesti häpeää, rikollisen leima sekä hoitohaluttomuutta, jotka vaikeuttavat varhaista käytön tunnistamista ja palveluiden piiriin hakeutumista. (Seppä – Aalto – Alho – Kiianmaa 2012: 8—11, 30—32.)

Vaikka huumeet niputetaan monesti yhden käsitteen alle niiden laittomuuden vuoksi, eri huumeilla on merkittävästi erilainen riippuvuutta aiheuttava vaikutus. Esimerkiksi opiaattien riippuvuuspotentiaali on paljon kannabista suurempi. Monesti huumeriippuvaiset eivät käytä vain yhtä ainetta ja sekakäyttö on suomalaisessa huumeekulttuurissa yleistä. (Seppä – Aalto – Alho – Kiianmaa 2012: 9—11, 31.)

Dialektisen näkemyksen mukaan päihteiden ongelmakäyttö on keino hallita sietämättömiä tunnetiloja. Ongelmakäyttäjä ei siis käytä päihteitä huvikseen vaan aineilla yritetään lievittää esimerkiksi ahdistusta, ärtymystä, unettomuutta ja ulkopuolisuuden tunnetta. Ongelmakäyttäjät ovat monesti tottuneet etsimään välitöntä mielihyvää ja lyhytjänteisiä ratkaisuja seurauksista piittaamatta. (Tuomola 2012: 46—47.)

4 Kuntouttava työtoiminta

Kuntouttava työtoiminta on sosiaalihuoltolain mukainen sosiaalipalvelu. Se on myös työttömyysturvalain mukainen työllistymistä edistävä palvelu. Kuntouttava työtoiminta on tarkoitettu pitkään työttömänä olleille ja sen tarkoitus on vahvistaa asiakkaan elämänhallintaa, työ- ja toimintakykyä sekä parantaa työllistymismahdollisuuksia. Kuntouttavaan työtoimintaan pääsyn kriteerit vaihtelevat asiakkaan iän mukaan. Alle 25—vuotiaalla asiakkaalla on oltava työllistymissuunnitelma laadittuna ja hän on saanut työttömyyden perusteella työmarkkinatukea vähintään 180 päivän ajan viimeisen 12 kuukauden aikana tai toimeentulotukea vähintään neljän kuukauden ajan työttömyyden johdosta. 25—vuotta täyttäneellä asiakkaalla on oltava myös aiemmin laadittu työllistymissuunnitelma, mutta hän on saanut työmarkkinatukea vähintään 500 päivää tai toimeentulotukea työttömyyden perusteella vähintään 12 kuukauden ajan. (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001 § 3; Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja 2015.)

83 prosenttia kuntouttavan työtoiminnan asiakkaista oli yli 25-vuotiaita vuonna 2009 (Karjalainen – Karjalainen 2011: 21). Kuntouttavassa työtoiminnassa oli joulukuun 2016 lopussa 21 000 asiakasta (Työllisyyskatsaus joulukuu 2016).

Kuntouttavaan työtoimintaan ohjaututaan aktivointisuunnitelman kautta, joka on pitkään työttömänä olleelle henkilölle elämänhallinnan ja työllistymisedellytysten parantamiseksi laadittava suunnitelma (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001 § 2).

Aktivointisuunnitelma sisältää henkilön koulutusta ja työuraa koskevia tietoja, arvion aikaisempien julkisten työvoimapalvelujen vaikuttavuudesta sekä arvion työllistymissuunnitelmien ja muiden henkilöä koskevien suunnitelmien toteutumisesta. Lisäksi aktivointisuunnitelmaan merkitään kaikki henkilöä koskevat työvoimapolitiittiset toimenpiteet. Jos työ- ja elinkeinotoimisto, kunta ja henkilö yhdessä arvioivat, että henkilö ei ole kykenevä osallistumaan julkisiin työvoimapalveluihin, tulee aktivointisuunnitelman sisältää henkilön työ- ja toimintakykyä parantavia toimenpiteitä, kuten kuntouttavaa työtoimintaa. (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001 § 8.)

Kuntouttavan työtoiminnan osalta aktivointisuunnitelmaan kirjataan työtoiminnan tarkka kuvaus, työtoimintapaikka, päivittäinen ja viikoittainen kesto, jakson pituus ja alkamisajankohta, muut tarjottavat sosiaali- ym. palvelut sekä seuraavan arviointitapaamisen ajankohta (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001 § 9).

Kuntouttavan työtoiminnan järjestää yleensä kunta, mutta myös valtio, säätiö, yhdistys tai uskonnollinen yhteisö voi sitä järjestää. Kuntouttavassa työtoiminnassa oleva ei kuitenkaan saa korvata virka- tai työsuhteessa tehtävää työtä ja asiakas ei ole työsuhteessa vaan asiakkaana palvelussa. Toiminnan sisältöä ei ole laissa tarkemmin määritetty, mutta oleellisesti työtoiminta on sovittava henkilön työ- ja toimintakyvyn sekä osaamisen mukaan niin, että se on työmarkkinoille pääsyn kannalta mielekästä ja tarpeeksi vaativaa. (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja 2015; Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001 § 13, 14.)

Kuntouttavan työtoiminnan ensimmäisen jakson pituuden tulee olla vähintään kolme kuukautta, mutta enintään 24 kuukautta. Tämän jälkeen voidaan sopia uudesta jaksosta, jos kaikki osapuolet (kunta, TE-toimisto ja asiakas) näin päättävät. Laki ei rajoita yhdelle asiakkaalle tehtävien jaksosten lukumäärää. Toimintaa järjestetään 1-4 päivänä viikossa, vähintään neljän tunnin ajan asiakkaan tarpeiden ja jaksamisen mukaan. Toimintapäivien määrää ja kestoja voidaan muuttaa jakson aikana asiakkaan jaksamisen mukaan asiakkaan suostumuksella. (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja 2015; Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001 § 13.)

4.1 Vammaisten henkilöiden työtoiminta

Kuntouttavaa työtoimintaa voidaan järjestää myös vammaisille henkilöille. Tällöin puhutaan vammaisten henkilöiden työtoiminnasta, jolla tarkoitetaan toimintakykyä ylläpitävää tai sitä edistävää toimintaa. Tätä työtoimintaa järjestetään työkyvyttömille henkilöille, joilla vammaisuudesta johtuen ei ole mahdollisuuksia osallistua työhön ja joiden toimeentulo perustuu työkyvyttömyyden tai sairauden perusteella maksettaviin etuuksiin. (Sosiaalihuoltolaki 710/1982 27§ e.)

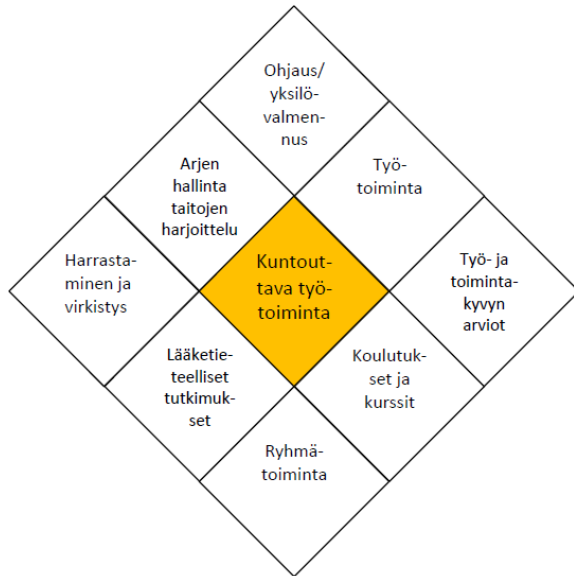
Vammaisten henkilöiden työtoiminta on ensisijainen palvelu suhteessa vammaisten henkilöiden päivätoimintaan. Vammainen henkilö ohjataan ensisijaisesti sosiaalihuoltolain mukaiseen työtoimintaan ja päivätoimintaa järjestetään kaikkein vaikeimmin vammaisille henkilöille, joilla ei ole edellytyksiä selviytyä työtoiminnasta. (Hallituksen esitys 166/2006.)

Vammaisten henkilöiden työtoiminta ei työtehtävien puolesta eroa kuntouttavasta työtoiminnasta. Käytännön työtehtävien ollessa usein samoja, erot näkyvät etuuksien sekä palvelun keston puolella. Vammaisten henkilöiden työtoiminnassa olevat saavat kulukorvauksen sijaan työtoimintarahaa ja ateriaedun. Heillä työtoiminta voi kestää kuukausista useisiin vuosiin ja sitä voidaan järjestää 1-5 päivänä viikossa 4-6 tunnin ajan. Muuten toiminnan tavoitteet noudattelevat kuntouttavan työtoiminnan yleisiä tavoitteita, kuten toiminta- ja työkyvyn lisäämistä sekä elämänhallinnan parantamista. (Kaupungin palvelut n.d.)

4.2 Kuntouttavan työtoiminnan oheispalvelut

Kuntouttavan työtoiminnan aikana asiakkaalle järjestetään monesti erilaisia terveys-, sosiaali- ja kuntoutuspalveluita. Näiden tavoitteena on auttaa arvioimaan asiakkaan työ- ja toimintakykyä sekä laittaa henkilön kokonaisvaltainen kuntoutuminen vireille. Työttömän terveystarkastus oli yleisin palvelu, kun taas päihdehoitoa ja päihdekuntoutusta vastaavan palvelun järjestäminen oli toiseksi yleisintä. Kysyttäessä mihin resursseja tarvittaisiin lisää, nousevat päihde- ja mielenterveyspalvelut kärkeen. Kuntouttavan työtoiminnan myötä onkin avautunut uusia mahdollisuuksia hoitaa vaikean työttömyyden aiheuttamia ongelmia ja kaventaa terveyseroja. (Karjalainen – Karjalainen 2011.)

Alla oleva kuvio havainnollistaa kuntouttavan työtoiminnan mahdollisia oheispalveluita.



KUVIO 1. Kuntouttavan työtoiminnan mahdollisia oheispalveluita (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja 2015)

Wertsu-ryhmätoiminta on juuri tällainen kuntouttavan työtoiminnan ohessa tarjottava palvelu, jossa käyminen sisältyy päivittäiseen työaikaan. Wertsu-toiminta voidaan sijoittaa kuviossa ryhmätoiminnan sekä arjenhallinta taitojen harjoittelun osioihin.

5 Toimintaympäristö

Kuntouttavan työtoiminnan piirissä toimitaan työttömyyden hoidon parissa. Vuoden 2017 alun organisaatiomuutosten johdosta on tässä syytä esitellä nykyistä uutta organisaatorakennetta. Nykyään kaupunginkanslian elinkeino-osaston alaisuudessa toimiva maahanmuutto- ja työllisyyspalvelut—yksikkö johtaa Helsingin kaupungin työllisyysdenhoitoa. Ohjaamossa tarjotaan palvelua 15-29—vuotialle, kun taas TYP Helsinki palvelee yli 30-vuotiaita helsinkiläisiä. TYP Helsingin nimi tulee sanoista työllistymistä edistävä monialainen yhteispalvelu, jolla viitataan TYP Helsingin tarjoamiin monialaisiin (mm. terveydenhoitaja, ammatinvalintapsykologi, työkykyneuvoja) palveluihin, joita kaikkia on asiakkaan mahdollista saada saman katon alta. TYP Helsinki toimii pääsääntöisenä lähettävänä tahona kuntouttavaan työtoimintaan yli 30-vuotialla. (Työllisyyspalvelut 2017.) Vuoden 2017 alusta voimaan tulleen muutoksen nojalla myös alueen sosiaalityö voi lähettää asiakkaitaan kuntouttavaan työtoimintaan. Ennen tämän oli aina tapahduttava TYP Helsingin, eli vanhalta nimeltään työvoiman palvelukeskus Duurin kautta.

Teen opinnäytetyöni Helsingin kaupungin sosiaali- ja terveystieteiden laitoksen aikuissosiaalityöhön kuuluvan Kuntoutusohjausyksikön tilauksesta. Kuntoutusohjauksen tavoitteena on tukea ja lisätä työtoiminnassa olevien asiakkaiden elämänhallintaa, hyvinvointia sekä työ- ja toimintakykyä. Kuntoutusohjaajat ovat asiakkaan tukena työtoiminnan arjessa ja auttavat asiakasta hänen suunnittelemissaan muutosprosesseissa. Kuntoutusohjauksen keskiössä ovat asiakkaan vahvuudet, voimavarat, kuntoutumisvalmiudet, henkilökohtaiset tavoitteet ja motivaation vahvistaminen. Kuntoutusohjaajien tehtäviin kuuluvat muun muassa vammaisten henkilöiden työtoiminnan asiakkuuksista vastaaminen, palveluohjaus sekä kuntoutuksellisten ryhmätoimintojen järjestäminen, jota esimerkiksi Wertsu-ryhmä edustaa. (Kuntoutusohjaus 2015, Kuntoutusohjaus n.d.)

Uuden organisaatiomuutoksen myötä Helsingin kuntouttavan työtoiminnan toimipaikat kuuluvat myös lännen aikuissosiaalityön yksikköön. Kuntouttavan työtoiminnan yksiköitä ovat Uusix-verstaat, Pakilan työkeskus sekä avotyötoiminta. Uusix-verstailla toimii kaksi kuntoutusohjaajaa, sekä yksi erityissosiaalityöntekijä. Pakilan työkeskuksessa toimii yksi kuntoutusohjaaja. (Kuntoutusohjaus 2015; Luhtasela 2016)

5.1 Wertsu-ryhmä

Wertsu on osana kuntouttavaa työtoimintaa järjestettävä viiden perjantain keskusteluryhmä. Sitä järjestää Kuntoutusohjaus. Ryhmän tarkoituksena on lisätä osallistujien tietoa Helsingin päihdepalveluista, madaltaa vierailujen kautta kynnystä hakea apua, tarjota vertaistukea vähentämiseen tai lopettamiseen, tutustua päihdeettömiin ajanviettomahdollisuuksiin sekä välittää tietoa päihdehaitoista ja riippuvuudesta sairautena. Tavoitteena onkin, että ryhmän käyminen vähentäisi päihdeidenkäytöstä aiheutuvia haittoja ja tukisi osallistujien yksilöllisiä tavoitteita oman päihdeongelman hoidossa. (Muistio 2013; Wertsu-esite n.d, Kuntoutusohjaus n.d.)

Wertsu-ryhmän toiminta pyrkii menetelmillään vastaamaan tavoitteisiinsa. Asiantuntijaluentojen avulla jaetaan tietoa päihdehaitoista, riippuvuudesta toipumisesta, hoitopaikoista sekä maksuttomista vapaa-ajanviettomahdollisuuksista. Vakio-ohjelmaan kuuluu vierailu Helsingin päihdehoitopalveluihin, yleensä a-klinikalle. Tutustuminen jonkin päihdeettömän yhteisötilan toimintaan on myös ohjelmassa. Vierailujen kohteet saattavat hie- man vaihdella kerrasta toiseen, mutta niiden tarkoituksena on aina madaltaa kynnystä tulevaisuutta ajatellen. Ryhmän vertaistuellista keskustelua rohkaiseva puoli voidaan

myös erottaa yhdeksi menetelmäksi. Laaja-alaiset menetelmät tarjoavat osallistujille mahdollisuuden löytää oman tukimuotonsa päihdeongelman hoitoon.

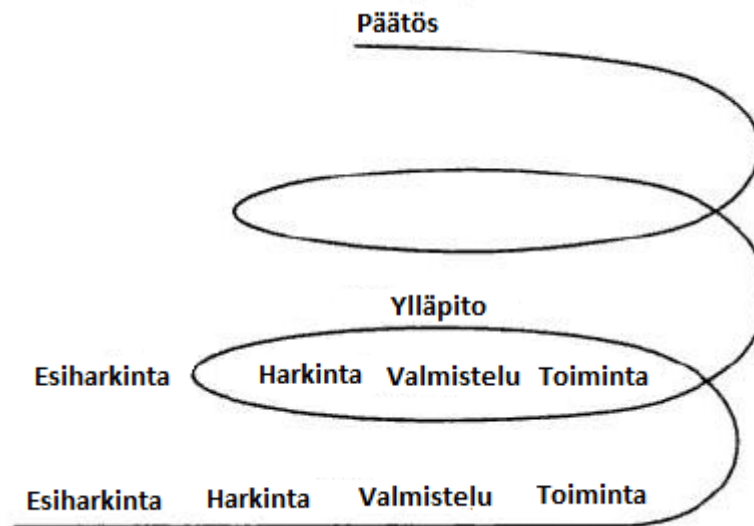
Wertsu-ryhmäläiset tulevat jostakin kuntouttavan työtoiminnan yksiköstä, esimerkiksi Uusix-verstailta, Pakilan työkeskuksesta tai avotyötoiminnan piiristä. Monet hakeutuvat ryhmään omasta aloitteesta, mutta joskus aloituspaine osallistumisesta tulee työtoiminnan ohjaajien tai kuntoutusohjaajan puolelta. Wertsu on riippuvuusongelmaa laaja-alaisesti lähestyvä ryhmä ja osallistujien päihdetausta sekä aikaisemmat kokemukset päihdepalveluista saattavat vaihdella merkittävästi. (Muistio 2013; Wertsu-esitys n.d.; Uusi-mäki 2017, Kuntoutusohjaus n.d.)

6 Transteoreettinen muutosmalli

Valitsin transteoreettisen muutosmallin työni teoreettiseksi lähtökohdaksi, koska Wertsu-ryhmässä käytetyt menetelmät voidaan liittää muutosmallin kuvaamiin vaiheisiin ja prosesseihin. Laaja-alaisena ryhmänä Wertsulla on potentiaalia auttaa kaikissa muutosvaiheissa olevia ihmisiä ja ohjata heitä juuri heille sopiviin palveluihin. Eri muutosvaiheissa olevat yksilöt hyötyvät eri muutosprosesseista. Wertsussa käytetyt menetelmät tukevat näitä mielen ja toiminnan tason prosesseja ja parhaassa tapauksessa auttavat laukaisemaan muutoksen yksilössä.

Päihteiden käyttöön liittyvä muutos, olipa se sitten vähentämistä tai lopettamista, on esimerkki käyttäytymismuutoksesta. James Prochaskan ja Carlo DiClementen 80-luvun alussa kehittämä transteoreettinen muutosmalli on yksi tapa kuvata päihteiden käytön lopettamiseen liittyvää muutosprosessia. (Miller 1999: 30; Koski-Jännes 2008.) Tässä työssä puhutaan jatkossa pelkästä muutosmallista tarkoittaen juuri transteoreettista muutosmallia.

Muutosmallissa muutosprosessi on hahmotettu toisiinsa liittyvinä vaiheina, joiden kautta ihmiset etenevät, kun he harkitsevat, käynnistävät, toteuttavat ja ylläpitävät uusia käyttäytymismuotoja. Varsinaisia muutosvaiheita on yhteensä viisi. Muutosprosessi on valtaosalla syklinen ja yksilöt saattavat sukkuloida edestakaisin vaiheiden välillä tai edetä aivan eri tahtia. Muutosvaihemallissa ongelman uusiutuminen, eli retkahtaminen on normaali tapahtuma ja monet kiertävätkin kehän useita kertoja. (Miller 1999: 31; Prochaska – DiClemente – Norcross 1992: 1104-1015.)



KUVIO 2. Muutosvaihemalli (Prochaska ym. 1992; suomennos tekijän)

Prochaska ym. (1992) kuvaavat muutosvaiheita spiraalina, joka havainnollistaa hyvin vaiheesta toiseen siirtymistä, retkahtamisesta seuraavaa aiempiin vaiheisiin palaamista ja tähän liittyvää jatkuvaa oppimisprosessia. Muutosvaiheita voidaan kuvata myös ympyränä, mutta olen valinnut tähän työhön spiraalin, koska se osoittaa mielestäni paremmin prosessin etenevän luonteen, vaikka yksilö palaisikin varhaisempiin muutosvaiheisiin.

6.1 Muutosvaiheet

Esiharkintavaiheessa olevat päihteiden käyttäjät eivät vielä harkitse muutosta, eivätkä ole aikeissa muuttaa käyttäytymistään lähiaikoina. Esiharkintavaiheessa yksilö saattaa olla osittain tai täysin epätietoinen ongelmasta tai haluton muuttumaan. Yleensä esiharkintavaiheessa yksilöillä ei vielä ole tiedostettuja negatiivisia kokemuksia käytöstä eivätkä he itse koe käyttäytymistään ongelmalliseksi tai riskialttiiksi. Esiharkintavaiheessa yksilö hakeutuu hoitoon ennemminkin lähiympäristön, kuten puolison, työnantajan tai vanhempien paineesta, kuin puhtaasti omasta tahdostaan. (Miller 1999: 31; Prochaska ym. 1992: 1103.)

Harkintavaiheessa yksilöt alkavat huomata aiheita huoleen tai syytä muutokseen. Vaiheeseen liittyy tyypillisesti vahvoja ambivalentteja ajatuksia suhteessa muutokseen yksilön nähdessä samaan aikaan syytä muuttua ja olla muuttumatta. Tässä vaiheessa yksilöt käyttävät vielä päihteitä, mutta harkitsevat jo lopettamista tai vähentämistä. Yksilöt

saattavat hakea relevanttia tietoa, arvioida omaa päihteiden käyttöään tai etsiä mahdollisia tukimuotoja. Monesti ihmiset jäävät tähän vaiheeseen jopa vuosiksi taiteilemaan muutoshalukkuuden ja -haluttomuuden välille. (Miller 1999: 31; Prochaska ym. 1992: 1103.)

Valmistautumisvaiheessa yksilö havaitsee, että muutoksen edut ja päihteiden käytön kielteiset seuraukset ovat painoarvoltaan suurempia kuin käytön jatkaminen. Päätöksenteon painopiste siirtyy siis muutoksen puolelle ja muutosaloite on tapahtunut. Valmistautuminen sisältää yksityiskohtaisempaa muutoksen suunnittelua, esimerkiksi hoitomuodon valitsemista. Tähän vaiheeseen kuuluu myös oman pystyvyyden tunteen arviointia. Valmistautumisvaiheessa päihteitä käytetään edelleen, mutta tyypillistä on aikomus luopua niistä pian. Tähän vaiheeseen saattaa kuitenkin jo kuulua päihteidenkäytön sekä käyttötilanteiden osittaista kontrollointia. (Miller 1999: 32; Prochaska ym. 1992: 1104, 1109.)

Toimintavaiheessa yksilöt valitsevat muutosstrategiansa ja alkavat toteuttaa sitä. Tässä vaiheessa tapoja ja ympäristöä muutetaan aktiivisesti ja koko entinen elämäntyyli saattaa mullistua. Haasteelliset tilanteet, vaikeat vieroitusoireet ja minäkuvan uudelleen arviointi voivat kuulua tähän vaiheeseen. Toimintavaihe kestää useimmilla noin 3-6 kuukautta. Joillekin toimintavaihe voi näyttäytyä ikään kuin kuherruskuukautena ennen vaikeampien haasteiden kohtaamista ylläpitovaiheessa. (Miller 1999: 32; Prochaska ym. 1992: 1104.)

Ylläpitovaiheessa ihmiset tekevät töitä säilyttääkseen saavutetut edut, pysyäkseen raittiina ja estääkseen ongelmien uusiutumisen. Tässä vaiheessa opitaan tunnistamaan ja karttamaan retkahtamiseen houkuttelevia tilanteita ja ylläpitovaiheeseen. Ylläpito vaatii jatkuvaa tarkkaavaisuutta ja pitkäaikaista käyttäytymisen muutosta vähintään kuudesta kuukaudesta useampaan vuoteen ja joissain riippuvuusongelmissa sen voi katsoa kestävän koko loppuelämän. (Miller 1999: 32-33; Prochaska ym. 1992: 1104.)

Ongelman uusiutuminen, eli retkahdus on suuriin elämäntapamuutoksiin vahvasti liittyvä tapahtuma. Useimmiten pysyviä muutoksia tavoittelevat ihmiset palaavat käyttöön ainakin kerran. Retkahdettuaan he palaavat useimmiten jonkinasteiseen harkinta- tai valmistautumisvaiheeseen ja pieni osa jopa esiharkintavaiheeseen saakka, jolloin he ovat toistaiseksi haluttomia tai kyvyttömiä yrittämään pikaisesti uudelleen. Retkahtamista ei pi-

täisi tulkita epäonnistumisena vaan oireiden uusiutumista voidaan tarkastella osana oppimisprosessia. Ihmiset voivat oppia, että tavoitteet ovat olleet epärealistisia, tietyt ympäristöt vahingollisia tai jotkin strategiat tehottomia. (Miller 1999: 33; Prochaska ym. 1992: 1104-1015.)

Päätösvaihe tai itse muutos on hieman myöhemmin esitetty viimeinen muutosvaihe, jossa yksilö on käynyt läpi muutoksen kaikki vaiheet eikä hänen enää tarvitse työskennellä muutoksen eteen, olla varuillaan tai välttää riskitilanteita estääkseen retkahtamista. Kaikki eivät tähän vaiheeseen välttämättä koskaan pääse, vaan heillä ylläpitovaihe jatkuu läpi elämän. (Prochaska – Norcross 2001: 444.)

6.2 Muutosprosessit

Transteoreettiseen muutosvaihemalliin kuuluvat olennaisesti myös muutosprosessit. Muutosprosessit ovat mielen ja toiminnan tason välineitä, jotka helpottavat siirtymistä vaiheesta toiseen ja ovat mukana muutoksessa (Kauronen 2016: 23). Olen ottanut muutosprosessit mukaan teoreettiseen viitekehykseen, koska Wertsun menetelmät ovat osaltaan kytkettävissä tiettyjen muutosprosessien tukemiseen.

Prochaska ym. (1992) ovat erottaneet kymmenen muutosprosessia ja liittäneet nämä eri muutosvaiheissa vaikuttaviksi. Muutosprosessit voidaan jakaa kognitiivisiin ja toiminnallisiin prosesseihin.

Kognitiivisia prosesseja ovat tietoisuuden lisääntyminen (consciousness raising), itsensä uudelleen arviointi (self-reevaluation), fyysisen ja psykososiaalisen ympäristön uudelleen arviointi (environmental reevaluation), tunteiden esiin nouseminen (dramatic relief), ja sosiaalinen vapautuminen (social liberation) (Prochaska – Norcross 2007: 512-524; Kaurinen 2016: 23).

Toiminnallisia prosesseja ovat sitoutuminen (self liberation), vaihtoehtoinen käyttäytyminen (counterconditioning), ärsykekontrolli (Stimulus tai environment control), itsensä palkitseminen (rewards tai contingency management) ja auttavat ihmissuhteet (helping relationships) (Prochaska – Norcross 2007: 512-524; Kaurinen 2016: 23).

Esiharkintavaiheessa tietoisuuden lisääntyminen ongelmasta on tärkeässä roolissa. Tietoisuus omasta tilanteesta alkaa herätää, yleensä muiden huomioiden, yhteenottojen tai

interventioiden seurauksena. Joskus läheisen ihmisen vakava onnettomuus tai kuolema, jos se liittyy käsillä olevaan ongelmaan, voi nostaa esiin tunteita jotka laukaisevat muutoshalukkuuden. Harkintavaiheessa tietoisuuden lisääntymisen prosessi jatkuu. Tässä vaiheessa yksilöt ovat avoimempia ottamaan uutta faktatietoa vastaan ongelmastaan, sen mahdollisista vaikutuksista sekä arvioimaan omia arvojaan ja minäkuvaansa näiden uusien tietojen valossa. Harkintavaiheessa ihmiset alkavat myös tiedostaa käyttäytymisensä vaikutukset läheisiinsä sekä muuhun lähiympäristöön. Esiharkinta- ja harkintavaiheelle tärkeitä muutosprosesseja voidaan vahvistaa motivoivan haastattelun keinoin. (Prochaska – Norcross 2007: 512-524; Kaurinen 2016: 23.)

Valmiusvaiheessa ihminen kokee viimein olevansa vapaa tekemään päätöksen. Yksilön täytyy uskoa, että hänellä on autonomia suhteessa riippuvuuteen muuttaakseen elämänsä ja sitoutuakseen muutokseen. (Prochaska – Norcross 2007: 512-524; Kaurinen 2016: 23.)

Toiminta- ja ylläpitovaiheissa yksilöt alkavat enenevässä määrin käyttää toiminnallisia prosesseja kognitiivisten prosessien vaikuttaessa yhä taustalla. Toimintavaiheessa opetellaan vaihtoehtoisia käyttäytymismalleja, pyritään hallitsemaan ympäristöstä tulevia ärsykeitä ja palkitaan itseä tavoitteiden mukaisesta käyttäytymisestä. Samat prosessit jatkuvat ja voimistuvat ylläpitovaiheessa. Läheisten tuki ja auttavat ihmissuhteet ovat erittäin tärkeässä roolissa jokaisessa muutosvaiheessa. Varsinkin ylläpitovaiheessa muutoksessa pitäytyminen on tehokkainta, kun yksilö itse, sekä ainakin yksi hänelle tärkeä ihminen, arvostavat muutoksen tuomia etuja. (Prochaska – Norcross 2007: 512-524; Kaurinen 2016: 23.)

7 Asiakasymmärrys palvelun kehittämisessä

Opinnäytetyöni kehittävä näkökulma perustuu organisaation asiakasymmärryksen parantamiseen, sillä mahdollisimman tarkoituksenmukaisen ja yksilöllisen palvelun, tässä tapauksessa Wertsun, järjestäminen edellyttää palveluntarjoajalta syvää asiakasymmärrystä.

Asiakasymmärryksellä tarkoitetaan jalostettua ja käyttötilanteeseen kytkettyä asiakastietoa, johon pelkkä asiakastieto ei vielä riitä. Asiakas toimii aina palvelun käyttäjänä omista

henkilökohtaisista lähtökohdistaan käsin, jolloin asiakasymmärryksen tulee sisältää asiakkaan koko toimintaympäristön ja elämän hallinnan merkityksen tarkastelua. (Virtanen ym. 2011.)

Tieto asiakkaista on asiakaslähtöisen toiminnan kehittämisen perusta. Virtanen ym. (2011) määrittelee asiakasymmärryksen jalostetuksi ja käyttötarkoitukseen kiinnitetyksi asiakastiedoksi. Asiakastieto ei muutu organisaatiossa asiakasymmärrykseksi ennen kuin sitä voidaan soveltaa käytäntöön. Asiakastieto on siis analysoitava ja hyödynnettävä, jonka jälkeen voidaan vasta puhua asiakasymmärryksestä. Kun asiakasymmärrys on tarpeeksi syvällistä, palvelutarjonta voi reagoida tämänhetkisiin, mutta myös tuleviin asiakastarpeisiin. (Virtanen ym. 2011, 41.)

Asiakastieto voidaan jakaa neljään osaan: Perustietoon, informaatioon, tietämykseen ja ennustetietoon. Perustietoon kuuluu jo olemassa oleva ja jatkuvasti kerättävä data, kuten asiakaspalaute, henkilötiedot jne. Informaatio on johdettua tietoa, joka syntyy perustietojen yhdistämisestä, kuten asiakkaan käyttöhistoria ja asiakkuustieto. Tietämyksellä tarkoitetaan työntekijöiden nk. hiljaista tietoa. Ennustetieto tarkoittaa edellä mainittua tietoa yhdistelevää tietoa, kuten trenditutkimuksia, ennakointi ja skenaarioanalyysijä. (Virtanen ym. 2011, 41-42.)

Yhtä menetelmää asiakastiedon muuttamisessa asiakasymmärrykseksi ei ole, mutta tärkeitä periaatteita tiedon monipuolisuuden lisäksi ovat tiedon keräämisen systemaattisuus, tiedon analysointi ja kyky hyödyntää sitä toiminnan kehittämisessä (Virtanen ym. 2011, 43-44).

8 Toteutus

8.1 Tutkimuskysymykset

Toteutin opinnäytetyöni Lännen aikuissosiaalityön Kuntoutusohjauksen toimeksiantosta. Opinnäytetyöni tarkastelee Wertsu-ryhmän toimintaa laaja-alaisesti kolmen erilaisen aineiston näkökulmasta.

Ryhmän toiminnasta on tarkoitus selvittää keitä kuntouttavan työtoiminnan asiakkaita Wertsun kaltainen kuntouttava ryhmätoiminta tavoittaa, millaista asiakaspalautetta ryhmästä on annettu sekä miten kävijät ovat kokeneet ryhmässä käytetyt menetelmät ja ovatko he kokeneet hyötynsä ryhmän käymisestä oman elämäntilanteen ja päihteidenkäytön kannalta. Triangulaation perustuva tutkimus tarjoaa laajan näkökulman ryhmän saavutettavuuteen sekä asiakkaiden näkökulmaan ryhmässä käytettyjen menetelmien toimivuudesta. Työstä saadun tiedon tarkoituksena on lisätä Kuntoutusohjauksen asiakasymmärrystä ja mahdollistaa asiakaslähtöinen toiminnan kehittäminen.

Tutkimuskysymykset ovat:

1. Keitä kuntouttavan työtoiminnan asiakkaita Wertsu-ryhmä tavoittaa asiakastiedon perusteella?
2. Millaista asiakaspalautetta Wertsu-ryhmän kävijät ovat antaneet ryhmätoiminnasta?
3. Miten Wertsu-ryhmän kävijät ovat kokeneet ryhmässä käytetyt menetelmät ja mitä hyötyä he ovat kokeneet ryhmästä oman elämäntilanteen ja päihteidenkäytön kannalta?

Opinnäytetyöni työprosessi oli suunnitellusti kaksiosaisena. Ensimmäisessä vaiheessa kokosin yhteen neljän viime vuoden aikana pidetyistä Wertsu-ryhmistä kerätyn asiakastiedon (n=144) sekä asiakaspalautteen (n=61). Määrällinen aineisto analysoitiin huolellisesti ennen työn toista vaihetta. Toisessa vaiheessa loin teemahaastattelun rungon määrällisen aineiston analyysin, Kuntoutusohjauksen tiedontarpeen ja transteoreettisen muutosmallin pohjalta. Tällä tavoin varmistin, että määrällisestä aineistosta esiin nouseita mielenkiintoisia ja tärkeitä teemoja pystyttiin syventämään teemahaastatteluissa.

8.2 Määrällinen aineisto

Opinnäytetyöni ensimmäisen vaiheen aineisto on valmis eli sekundäärinen aineisto. Se koostuu Wertsu-ryhmän vetäjien keräämästä asiakastiedosta (N=144) sekä ryhmäläisten täyttämistä lomakemuotoisista asiakaspalautekyselyistä (N=61). On hyvä huomioida, että nämä ovat kaksi eri aineistoa. Jatkossa puhutaan asiakastiedosta tarkoittaen

ryhmän vetäjien keräämiä ilmoittautumislistoja, ja asiakaspalautekyselyistä tai -lomakkeista tarkoittaen osallistujien täyttämiä asiakaspalautekyselyitä. Molemmat aineistot ovat alun perin olleet paperisessa muodossa.

Asiakastieto sisältää ilmoittautumislistat vuosilta 2013-2016, joissa näkyvät nimitiedot ilmoittautuneista, osallistuneista, näiden työtoimintapaikoista sekä tieto siitä ovatko he kuntouttavassa työtoiminnassa vai vammaisten henkilöiden työtoiminnassa.

Asiakaspalautekyselyitä on tehty ryhmän käyneille vuodesta 2014 alkaen. Lomakekysely on tehty osallistujille jokaisen Wertsu-ryhmän päättyessä viimeisellä kerralla. Kyselylomakkeeseen ovat vastanneet ainoastaan ne henkilöt, jotka ovat olleet viimeisellä kerralla paikalla, joten viimeisellä kerralla poissaolleilla ei ole ollut mahdollisuutta antaa palautetta ryhmästä. Asiakaspalautekyselyn ovat laatineet Wertsun-ryhmän ohjaajat vuonna 2014 ja lomake on säilynyt muuttumattomana siitä lähtien.

Kyselylomake sisältää viisi väittämämuotoista kysymystä, joiden vastausvaihtoehdot noudattavat yksinkertaista 3-portaista Likert-asteikkoa, sekä neljä avointa kysymystä. Lomakkeessa kysyttiin muun muassa odotuksista, tutustumiskäynneistä, luennoista, ohjaajien ammattitaidosta sekä avun löytymisestä. Täydellinen tyhjä kyselylomake on liitteenä (Liite 3). Lomakkeen analyysissä käytettyjen taulukkojen nimet noudattavat kysymyksiä.

8.2.1 Analyysimenetelmät

Määrällisen aineiston analyysin ensimmäinen vaihe oli paperilla olevan tiedon siirtäminen Excel-ohjelmaan, jonne tehtiin kaikki paperilla olevat tiedot kattava havaintomatriisi. Havaintomatriisista tiedot on koottu edelleen taulukoihin.

Asiakastiedon analyysi esitetään käyttämällä suoraan jakaumaan perustuvaa taulukointia. Näin saadaan selkeästi esiin työn kannalta merkittävimmät ja kiinnostavimmat lukumäärät.

Asiakaspalautelomakkeen väittämä-osiosta palaute on koottu yhteen taulukkoon. Tulokset esitetään yksiulotteisena frekvenssijakaumana, eli suorana jakaumana. Suora jakauma kertoo, kuinka monta kappaletta kutakin muuttujan arvoa aineistossa esiintyy. Käytän taulukoinnissa sekä prosenttiosuuksia, että määriä kuvaamaan kunkin väittämän

saamia tuloksia. (Kananen 2011, 74.) Väittämä- osio noudattaa yksinkertaista 3-portaista Likert-asteikkoa. Likert-asteikko on vastausasteikko, jossa on sekä kielteistä, että myönteistä kantaa ilmaisevia asenneväittämiä. Likert-asteikossa samanmielisyys kasvaa tai pienenee jompaankumpaan suuntaan (Kananen 2011, 61). Tyypillinen Likert-asteikko on viisiportainen ja sen vastausvaihtoehdot ovat seuraavat: 1. Täysin eri mieltä; 2. Jokseenkin eri mieltä; 3. ei samaa eikä eri mieltä; 4. jokseenkin samaa mieltä; 5. täysin samaa mieltä (Alkula – Pöntinen – Ylöstalo 1995, 134). Wertsun asiakaspalautekyselyissä väittämämuotoisten kysymysten vastausvaihtoehdot olivat kuitenkin yksinkertaisemmat: ei, osittain ja kyllä. Likert-asteikkoa pidetään ihmistieteissä välimatka-asteikkona, koska suuressa vastaajajoukossa etäisyyksien voidaan olettaa vakioituvan ja Likert-asteikon voidaan olettaa käyttäytyvän välimatka-, eli intervalliasteikon tapaan (Eräutuuli – Leino – Yli-luoma 1994, 40; Alkula ym. 1995, 134). Tämän aineiston Likert-asteikkoa pidetään juuri välimatka-asteikkona, jolloin se tarjoaa laajemmat mahdollisuudet aineiston analyysiin.

Väittämä- osion vastausvaihtoehdot on koodattu siten, että kolmiportaisessa asteikossa 3 edustaa vastausvaihtoehtoa kyllä, 2 vaihtoehtoa osittain ja 1 vaihtoehtoa ei (vrt. Heikkilä 2014). Koodauksen avulla jokaiselle väittämälle voidaan laskea painotettu keskiarvo, joka helpottaa tulosten tulkintaa ja kuvailua.

Palautelomakkeen avoimet kysymykset on kvantifioitu, eli muutettu muotoon, jossa niillä voi suorittaa laskelmia. Käytännössä tämä tarkoittaa ensin tulosten koontia niin, että jokainen erillinen vastaus muodostaa oman segmenttinsä. Seuraavaksi päätetään järkevät ryhmät, eli asiasegmentit, jotka koodataan numerokoodilla. Yhden henkilön vastaus saattaa sisältää useita eri vastauksia, jolloin tämä vastaus yhdistyy useampaan asiasegmenttiin ja saa täten useamman koodin. Jokainen erillinen vastaus siis yhdistetään lopulta tiettyyn sitä kuvaavaan ryhmään, jolla on oma numerokoodinsa. Sitten voidaan ryhmitellä kvantifioitu aineisto ja suorittaa siitä laskelmia. (Kananen 2011, 101—103.)

8.3 Teemahaastattelut

Toisen vaiheen aineisto kerättiin teemahaastattelun avulla. Haastattelin viittä Wertsuryhmän käynnyttä asiakasta. Haastateltavat valittiin vapaaehtoisten joukosta oletusarvoisesti edustamaan mahdollisimman laajaa näkemystä Wertsu-ryhmän toiminnasta. Haas-

tattelut äänitettiin ja litteroitiin ja niiden kesto oli puolen tunnin molemmin puolin. Litteroitua materiaalia tuli noin 30 sivua rivivälillä 1. Haastattelut suoritettiin häiriöttömissä tiloissa Pakilan työkeskuksessa sekä Uusix-verstailla Kyläsaarella maaliskuussa 2017.

Teemahaastatteluun osallistuneille kerrottiin tutkimuksen tarkoituksesta, tutkimuksen luottamuksellisuudesta, osallistumisen vapaaehtoisuudesta sekä heidän oikeuksistaan keskeyttää tai perua haastattelu, milloin tahansa, mistä tahansa syystä sekä tämän kaiken vaikuttamattomuudesta kuntouttavan työtoiminnan asiakkuuteen. Haastateltaville esitetty kutsu on liitteenä (Liite 2).

Litteroidut teemahaastattelut analysoitiin teorialähtöistä sisällönanalyysiä apuna käyttäen.

8.3.1 Teemoittelu

Teemahaastattelun teemat ja kysymykset nousevat muutosvaihemallin teoriasta, määrällisestä aineistosta sekä kuntoutusohjauksen tiedontarpeesta käsin. Opinnäytetyöhön liittyvä asiakaslähtöinen kehittämisote näkyy lisäksi viimeisessä teemassa.

Ensimmäisen haastatteluteeman avulla on tarkoitus selvittää Wertsulaisten tyypillisiä, oletettuja muutosvaiheita keskustelemalla haastateltavien kanssa Wertsuun hakeutumisen syistä ja tavoitteista. Toinen teema pureutuu tarkastelemaan niitä Wertsu-ryhmän menetelmiä, jotka ovat kytkettävissä kognitiivisiin muutosprosesseihin. Kolmas teema tarkastelee Wertsulaisten kokemuksia vertaistuesta ja päiheettömistä yhteisötiloista, mitkä voidaan kytkeä toiminnallisiin muutosprosesseihin. Viimeisessä teemassa Wertsua tarkastellaan kehittämismielessä. Asiakkailla on mielipiteitä ja monesti heidän näkemyksensä palvelusta saattavat erota palvelun tarjoajan näkemyksistä paljonkin.

Monet teemahaastattelun kysymykset noudattelevat asiakaspalautelomakkeen kysymyksiä ja haastatteluilla onkin pyritty syventämään myös näitä tietoja. Teemahaastattelun kysymyslomake on liitteenä (Liite 3).

9 Määrällisen aineiston analyysi

9.1 Asiakastiedon analyysi

Wertsu-ryhmän ohjaajien keräämästä asiakastiedosta (nimilistat) selvitin ilmoittautuneiden ja osallistujien määrät, mistä työtoimintapaikasta kukin on tullut, naisten ja miesten määrät, kuntouttavassa työtoiminnassa ja vammaisten henkilöiden työtoiminnassa olevien suhteen sekä maahanmuuttajien määrän. Tarkastelen tietoja pääosin koko Wertsun historian ajalta. Tähän aineistoon liittyvät kysymykset nousevat pääosin Kuntoutusohjauksen tiedontarpeesta. Niiden avulla on tarkoitus selvittää keitä Wertsu-ryhmätoiminta tavoittaa yleisesti kuntouttavan työtoiminnan piirissä ja varovaisesti arvioida missä työtoimintapaikoissa hoitoonohjaus tuntuu toimivan.

Aineistosta on huomioitava, ettei se kata aivan koko Wertsun historiaa, sillä vuoden 2013 kahdesta ensimmäisestä Wertsusta ei ollut asiakastietoa saatavilla.

Alla oleva taulukko kuvaa vuositasolla ja kokonaisuudessa Wertsuun ilmoittautuneiden ja Wertsussa vähintään kerran käyneiden lukumääriä. Ilmoittautumiseksi lasketaan, jos henkilön nimi löytyy listalta. Käyneeksi lasketaan, jos henkilö on käynyt yhden tai useamman kerran jollain Wertsu-ryhmän viidestä kerrasta. Vuoden 2013 ilmoittautumis- ja kävijämääristä on otettava huomioon, että taulukossa esitetään kahden järjestetyn Wertsun tiedot, vaikka ryhmiä on järjestetty tuona vuonna neljä kertaa. Kahden ryhmän osalta asiakastietoa ei ollut saatavilla.

TAULUKKO 1. Ilmoittautuneiden ja vähintään kerran käyneiden lukumäärän sekä suhteiden kehitys vuosittain tarkasteltuna

Vuosi	Ilmoittautuneet	Käyneet	% ilmoittautuneista kävi
2013	22	19	86 %
2014	42	33	79 %
2015	39	28	72 %
2016	41	36	88 %
Yht.	144	116	81 %

Vuonna 2013, 86% ilmoittautuneista kävi Wertsun. Vuonna 2014 Wertsuun ilmoittautui 42 henkeä joista 33 kävi ryhmissä. Vuonna 2015 kävijämäärä laski hieman ja samana vuonna reilu neljäsos ilmoittautuneesta ei ilmaantunut paikalle ollenkaan. Vuonna 2016 kävijöitä oli eniten koko Wertsun historiassa, mikä näkyi myös parhaana kävijäprosenttina. Aineiston mukaan Wertsun kävijämäärät ovat pysyneet suhteellisen tasaisina vuodesta toiseen. Kokonaisuudessaan, käytettävissä olevan aineiston perusteella, vuosina 2013-2016 ilmoittautuneita oli 144, joista 81% eli 116 henkilöä kävi Wertsussa yhden tai

useamman kerran. Noin joka viides ilmoittautunut ei siis rohkene paikalle ainuttakaan kertaa.

Tarkastelujakson aikana on järjestetty 14 Wertsu-ryhmää. Keskimäärin kävijöitä on siis ollut noin 8 per Wertsu. Avoimeen keskusteluun rohkaisevan ryhmän tarkoitus huomioon ottaen, määrä on melko sopiva. Suuremmassa ryhmässä omaa ääntään ei välttämättä saa kuuluviin. Toisaalta asiakastiedosta on nähtävissä, että kävijöillä oli melko paljon poissaoloja ja harvassa olivat ne, jotka olivat jokaisella viidellä kerralla paikalla. Todellinen läsnäolomäärä jää siis alle kahdeksaan per Wertsu kerta. Havaintomatriisi ei kuitenkaan ollut niin tarkka, että edellistä havaintoa pystyisi tarkemmin analysoimaan.

Miesten ja naisten määrät on haluttu mukaan tarkasteluun, jotta voidaan kartoittaa tavoittaako Wertsun tyyppinen ryhmätoiminta tasapuolisesti kumpaakin sukupuolta. Määrät on laskettu asiakastiedossa esiintyvistä nimistä. Määrät eivät täysin täsmää edellisessä taulukossa esitettyjen tietojen kanssa, koska osa asiakastiedosta ei sisältänyt nimitietoja vaan ainoastaan kävijöiden lukumääriä. Taulukkoon on otettu huomioon kaikki aineistosta luotettavasti selville saatu tieto.

TAULUKKO 2. Ilmoittautuneet ja käyneet sukupuolen mukaan

N=126	Miehet	Naiset	Kaikki
Ilmoittautuneet	86	40	126
Käyneet	73	34	107
% ilmoittautuneista kävi	85 %	85 %	85 %

Naisia on karkeasti yksi kolmasosaa kävijöistä, miehiä taas kaksi kolmasosaa. Wertsu on ollut selkeästi miesvaltainen, vaikka naisia on ollut mukana kohtalaisesti. Molemmissa ryhmissä 85% ilmoittautuneista on käynyt Wertsussa, joten ainakaan sukupuoli ei näytä selittävän edellisessä taulukossa esiin tulleiden poisjääntien syitä.

Kuntouttavassa työtoiminnassa on kahdenlaisella sopimuksella olevia henkilöitä, eli varsinaisessa kuntouttavassa työtoiminnassa olevia sekä vammaisten henkilöiden työtoiminnassa olevia. Kuntoutusohjaus halusi selvittää, kuinka näiden kahden työntekijäryhmän suhde toteutuu Wertsu-ryhmätoimintaan ilmoittautuneiden joukossa.

TAULUKKO 3. Kuntouttavassa työtoiminnassa olevat ja vammaisten henkilöiden työtoiminnassa olevat kaikista ilmoittautuneista

	N	144 %
Kuntouttavassa työtoiminnassa	50	35
Vammaisten henkilöiden työtoiminnassa	26	18
Ei tietoa	68	47
Yht.	144	100

Aineistosta saatujen tietojen mukaan koko Wertsun historian aikana ilmoittautuneista kuntouttavassa työtoiminnassa on ollut 35 prosenttia Wertsulaisista kun taas vammaisten henkilöiden työtoiminnassa on ollut 18 Wertsulaista. Lukuja voidaan pitää korkeintaan suuntaa antavina, koska lähes puolista ilmoittautumismerkinnöistä ei saatu selville kumpaan ryhmään ilmoittautuneet kuuluvat. Tämä johtui puutteellisesta tilastoinnista.

Helsingin kaupunki tarjoaa useita erilaisia kuntouttavan työtoiminnan paikkoja. Wertsu-ryhmään on mahdollista osallistua riippumatta omasta työtoimintapaikasta. Taulukossa on kuvattu mistä työtoimintapaikoista Wertsu-ryhmäläiset ovat tulleet. Tiedon avulla voidaan varovaisesti arvioida, missä työtoimintapaikoissa hoitoonohjaus toimii tai missä on eniten ongelmia päihteiden kanssa.

TAULUKKO 4. Wertsuun ilmoittautuneiden työtoimintapaikat

	N	144 %
Pakilan työkeskus	40	28
Uusix-verstaat kyläsaari	34	24
Koti- ja laitospalvelut	22	15
Kiinteistöpalvelut	11	8
Ympäristöpalvelut	11	8
Starttiryhvät	11	8
Uusix-verstaat suvilahti	8	6
Ei tietoa	7	5
Yht.	144	100

Kaikista Wertsuun ilmoittautuneista Pakilan työkeskuksesta on tullut eniten, eli 28 prosenttia ilmoittautuneista. Uusix Kyläsaaresta ohjautuneet kattavat 24 prosenttia kaikista ilmoittautuneista. Koti- ja laitospalveluista on ilmoittauduttu 15 prosentin edestä. 8 pro-

senttia ilmoittautuneista on tullut kiinteistöpalveluista ja saman verran sekä ympäristöpalveluista, että erilaisista starttiryhmistä. Suvilahden Uusix verstitailta on tullut 6 prosenttia ilmoittautuneista. Aineistosta ei saatu selville viiden prosentin työtoimintapaikkaa.

Nimitiedoista tarkasteltuna, Wertsuihin ei ole ilmoittautunut kuin yksi maahanmuuttaja koko ryhmän historian aikana. Toiminta ei siis selkeästi ole tavoittanut maahanmuuttajia, vaikka kuntouttavassa työtoiminnassa heitä on jonkin verran.

9.2 Asiakaspalautekyselyn analyysi

Asiakaspalautekysely sisälsi yhteensä viisi väittämämuotoista kysymystä ja neljä avointa kysymystä. Väittämämuotoiset kysymykset oli ryhmitelty kahteen sarjaan. Olen yhdistänyt sarjat, jotta niiden vertailu olisi helpompaa. Muuten käyn kysymykset läpi samassa järjestyksessä kuin ne ovat kyselylomakkeessa.

Alla olevaan taulukkoon on laskettu palautelomakkeiden täyttäneiden määrät suhteessa saman vuoden kävijöihin.

TAULUKKO 5. Asiakaspalautelomakkeen täyttäneet suhteessa kävijöihin vuodet 2014-2016

Vuosi	Palautelomakkeen täyttäneet N	Kävijät N	% täytti
2014	25	33	76
2015	14	28	50
2016	22	36	61
Yht.	61	97	62

Täytettyjä palautelomakkeita on kertynyt vuosilta 2014-2016 yhteensä 61 kappaletta. Kävijöitä samaisina vuosina on ollut 97, mikä tarkoittaa että 62 prosenttia kävijöistä on täyttänyt palautelomakkeen. Täyttäneiden prosentuaaliset osuudet ovat vaihdelleet hienan vuosittain ollen välillä 50-76%. Palautelomake täytetään aina viimeisellä Wertsu-kerralla. Jos henkilö ei ole jostain syystä päässyt paikalle, hän ei myöskään pääse antamaan palautetta, joten poissaolot viimeisellä kerralla määrittävät täytettyjen lomakkeiden määrän.

Asiakaspalautekyselyn väittämä- osion tulokset vuosilta 2014-2016 on yhdistetty ja koottu alla olevaan taulukkoon. Vastausvaihtoehdot olivat ei, osittain tai kyllä. Ei vas-

tausta tarkoittaa, että kyseiseen kohtaan ei ole vastattu ollenkaan. Olen ottanut sen mukaan taulukkoon, koska ei vastanneiden määrä saattaa kertoa esimerkiksi kysymyksen ymmärrettävyydestä tai tarkoituksenmukaisuudesta. Ensimmäisenä olevat luvut kuvaavat kunkin vaihtoehdon saamia prosenttiosuuksia ja suluissa olevat luvut vaihtoehdon saamia lukumääriä. Keskiarvo on laskettu koodattujen vastausten perusteella eikä siinä ole otettu huomioon tyhjäksi jätettyjä vastauksia.

TAULUKKO 6. Asiakaspalautekyselyn väittämäuotoisten kysymysten yhteenveto vuodet 2014-2016

	N	Ei (1) %	Osittain (2) %	Kyllä (3) %	Ei vastausta %	ka
Vastasiko Wertsu-ryhmä odotuksiasi?	61	0 (0)	21 (13)	67 (41)	11 (7)	2,8
Sain uutta tietoa päihteistä/haitoista	61	18 (11)	38 (23)	36 (22)	8 (5)	2,2
Sain uutta tietoa hoitopaikoista	61	8 (5)	23 (14)	64 (39)	5 (3)	2,6
Ohjaaja osasivat asiansa	61	0 (0)	7 (4)	89 (54)	5 (3)	2,9
Ryhmän kesto 4h oli sopiva	61	2 (1)	26 (16)	67 (41)	5 (3)	2,7

Wertsu-ryhmä on vastannut odotuksia vähintään osittain 88 prosentilla kävijöistä. Kukaan ei ole maininnut, että Wertsu ei olisi vastannut odotuksia ollenkaan. Vastausten keskiarvo on 2,8. Ei vastanneita on ollut eniten ylläolevista kysymyksistä, joka saattaa viitata siihen, että odotuksia ei ole ollut, jolloin niitä on mahdoton täyttää, tai omia odotuksia on ollut hankala muistaa ryhmän jo päättyessä.

Sain uutta tietoa päihteistä/haitoista -kysymys on tuonut laajimmalle levinneet vastaukset. 18 prosenttia ei ole saanut uutta tietoa päihteistä tai haitoista. Osittain uutta tietoa on saanut 38 prosenttia, kun taas kyllä vastauksia on kertynyt muihin kysymyksiin verrattuna selkeästi vähiten, 36 prosenttia. Vastausten keskiarvo 2,2 on myös selkeästi kysymysryhmän heikoin. Tähän kysymykseen ei ole vastannut 8 prosenttia kävijöistä. Tulosten valossa päihteet ja haitat näyttävät olleen jo ennalta tuttuja suurelle osalle kävijöistä tai ryhmässä ei ole menty tarpeeksi syvälle kyseiseen aiheeseen.

Uutta tietoa hoitopaikoista sai 64 prosenttia kävijöistä. Osittain uutta tietoa hoitopaikoista sai 23 prosenttia kun taas kahdeksalle prosentille ryhmässä läpikäytyt hoitopaikat olivat täysin tuttuja. Viisi prosenttia ei ole vastannut tähän kysymykseen. Huomattavasti suurin osa (87%) on saanut edes osittain uutta tietoa hoitopaikoista. Keskiarvo tälle kysymykselle on 2,6.

Ohjaajat osasivat asiansa kyllä vastausten arvoisesti 89 prosentin mielestä. Seitsemän prosenttia piti ohjaajia osittain osaavina kun taas viisi prosenttia jätti vastaamatta kysymykseen. Kukaan ei pitänyt ohjaajia täysin osaamattomina. Keskiarvo ohjaajien osamiselle on 2,9, mikä on paras keskiarvo kaikista kysymyksistä. Tulosten valossa ohjaajien ammattitaitoon on siis oltu laajasti tyytyväisiä.

Ryhmän kesto 4h oli sopiva -väite on taas levittänyt vastauksia hieman laajemmalle. Noin kahden kolmasosan mielestä kesto on kuitenkin ollut sopiva ja 26 prosentin mielestä osittain sopiva. Ei sopivana sitä piti vain kaksi prosenttia vastaajista. Tästä on kuitenkin mahdotonta päätellä, olisiko ryhmäkerran kesto haluttu pidentää vai lyhentää. Keskiarvo tälle kysymykselle on 2,7.

Alla olevassa taulukossa on koottu ensimmäisen avoimen kysymyksen vastaukset. Osassa vastauksia on mainittu useampi odotus, jonka vuoksi N on hieman suurempi kuin lomakkeiden kokonaislukumäärä. Vastaukset on ryhmitelty Wertsun tavoitteista ja useammin esiintyneistä vastauksista nouseviin ryhmiin.

TAULUKKO 7. Muistele mitä odotuksia sinulla oli tullessasi ryhmään?

	N	71 %
Ei odotuksia	16	23
Vertaistuki	13	18
Päihteettömyyteen pyrkiminen	13	18
Uteliaisuus	4	6
Päihdepalveluihin tutustuminen	4	6
Ajanviettopaikkoihin tutustuminen	2	3
Tiedonsaanti yleisesti	2	3
Vaihtelua kuntoutukseen	1	1
Ei vastausta	16	23
Yht.	71	100

23 prosentilla ei ole ollut odotuksia Wertsu-ryhmästä. 18 prosenttia on taas odottanut Wertsusta vertaistukea ja saman verran on odottanut apua päihteettömyyteen pyrkimiseen. Silkasta uteliaisuudesta on tullut 6 prosenttia, kun taas päihdepalveluihin tutustumista on odottanut samaiset 6 prosenttia. Päihteettömiin ajanviettopaikkoihin tutustumista ja tiedonsaantia odotti 2 prosenttia kävijöistä.

Melkein neljännes on jättänyt vastaamatta kysymykseen, joka saattaa viitata joko odotusten puuttumiseen tai kysymyksen ajankohtaan ryhmän lopussa, jolloin omia odotuksia ei ole kenties enää muistettu.

Alla olevaan taulukkoon on kuvattu toisen avoimen kysymyksen vastaukset. Wertsu-ryhmässä käy luennoitsijoita kertomassa erilaisista aiheista. Paikalla on käynyt muun muassa a-klinikoiden työntekijöitä (erikoissairaanhoidajia, sosiaaliohjaajia), työnjohtajia kuntouttavan työtoiminnan paikoista sekä kokemusasiantuntijoita.

TAULUKKO 8. Luennoitsijoiden aiheet olivat kiinnostavia. Mitkä aiheet sinua kiinnostivat?

	N	67 %
Hoitopaikat	12	18
Kaikki aiheet	10	15
Terveys	10	15
Vertaistuki/kokemusasiantuntijuus	6	9
Tukimuodot/keinot päihteiden käytön hallintaan	5	7
Ei osaa sanoa	3	4
Aktiviteetit	1	1
Eivät mitkään	1	1
Ei vastausta	19	28
Yht.	67	100

18 prosenttia vastanneista on pitänyt hoitopaikoista kertovia aiheita mielenkiintoisina. Määrittelemättömästi kaikista aiheista on pitänyt 15 prosenttia. Terveys aiheena on ollut kiinnostava 15 prosentin mielestä. Vertaistuesta ja kokemusasiantuntijuudesta kertovat luennot ovat miellyttäneet yhdeksää prosenttia vastanneista, kun taas päihteiden käytön hallintaan liittyvät aiheet ovat kiinnostaneet seitsemää prosenttia vastanneista. Neljä prosenttia ei ole osannut sanoa ja vain yhden prosentin mielestä mikään aihe ei ollut kiinnostava.

Tyhjäksi tämän avoimen kysymyksen on kuitenkin jättänyt eniten vastaajia, eli 28 prosenttia, verrattuna muihin avoimiin kysymyksiin. Tähän saattaa vaikuttaa kysymyksen johdatteleva alku, joka ei jätä tilaa eriävälle mielipiteille. Jos mikään luento ei ole ollut vastaajan mielestä kiinnostava, ei sen vastaaminen sovi kovin hyvin yhteen kysymyksen johdattelevan alkuosan kanssa.

Kolmantena avoimena kysymyksenä kysyttiin, mitkä tutustumiskäynnit olivat kiinnostavia ryhmäläisten mielestä. Tutustumiskäyntien tarkoituksena on tuoda päihdepalveluita konkreettisesti lähemmäksi ihmisiä ja madaltaa kynnystä näihin paikkoihin hakeutumiseen, jos oikea tarve joskus ilmenee. Tutustumiskäynnit ovat vaihdelleet kerrasta toiseen jonkin verran, esimerkkinä vaikkapa päihdepoliklinikat, joista joskus on vierailtu idässä, joskus taas lännessä tai etelässä. Tällaiset tutustumiskohteet on taulukossa niputettu yhden otsikon alle. Virkistäytymiskäynnillä viitataan esimerkiksi taidenäyttelyihin, erilaisiin esityksiin tai yleisöpuutarhoissa vierailuihin. Villa Sture ja Vesteri kuuluvat tässä samaan ryhmään, koska molemmat ovat saman tyyppisiä päihdekuntoutujille tarkoitettuja päivätoimintakeskuksia. A-kilta on vakiovierailupaikkana omassa ryhmässään, vaikka toiminnaltaan se on samankaltainen päivätoimintakeskusten kanssa.

TAULUKKO 9. Mitkä tutustumiskäynnit olivat kiinnostavia?

	N	72 %
A-kilta	20	28
Villa Sture/Vesteri	19	26
Kaikki	6	8
Päihdepoliklinikka	6	8
EOS/ei osallistunut	4	6
Virkistäytymiskäynti	2	3
Ei vastausta	15	21
Yht.	72	100

Selvästi mieluisimpina tutustumiskohteina Wertsu-ryhmäläiset ovat pitäneet päihdeettömiä ajanviettopaikkoja, eli A-kiltaa ja Villa Sturea/Vesteriä, joista jompikumpi vaihtoehto on mainittu yli puolissa (54%) vastauksissa. Kahdeksan prosenttia on pitänyt päihdepoliikkikäyntejä mielenkiintoisina ja saman verran kaikkia tutustumiskäyntejä. Virkistäytymiskäyntejä on pitänyt mielenkiintoisina vain kolme prosenttia vastanneista. Kuusi prosenttia ei osallistunut tutustumiskäynteihin tai ei osannut sanoa mitkä olivat kiinnostavia. Vastaamatta on jättänyt 21 prosenttia.

Viimeinen avoin kysymys oli kaksiosainen ja siinä kysyttiin, löysitkö apua omaan päihdekäytön hallintaan ja/tai löysitkö oman tukipalvelun. Osa vastaajista oli vastannut molempiin kysymyksiin, kun taas osa jompaankumpaan. Vaikka kysymykset liittyvät jonkin verran toisiinsa olisi saattanut olla hedelmällisempää kysyä päihdekäytön hallintaan ja tukipalveluihin liittyvät kysymykset erikseen. Se olisi myös helpottanut vastausten tarkempaa analyysia. Kysymyksen mielenkiintoisuudesta ja ymmärrettävyydestä kertoo

kuitenkin jotain kaikkien avointen kysymysten pienin tyhjäksi jätettyjen vastausten määrä, eli 11 prosenttia.

TAULUKKO 10. Löysitkö apua omaan päihdekäytön hallintaan ja/tai löysitkö oman tukipalvelun?

	N	75 %
Kyllä (määrittelemätön)	19	25
Löysin vinkkejä/voimia päihdekäytön hallintaan	10	13
Ei löytänyt apua	8	11
Laittanut miettimään juomista ongelmana	8	11
Tieto päihdepalveluista apuna tulevaisuudessa	6	8
Ei osannut sanoa	4	5
Vertaistuki/keskusteluryhmät apuna	4	5
Konkreettinen aikomus käydä jossain nimeämässään palvelussa	3	4
Kehitysehdotus ryhmän toimintaan	3	4
On/ollut tukipalveluiden piirissä	2	3
Ei vastausta	8	11
Yht.	75	100

Määrittelemätön kyllä vastaus on annettu 25 prosentissa vastauksista. 13 prosenttia kertoi löytäneensä ryhmästä vinkkejä tai voimia oman päihdekäytön hallintaan. 11 prosentilla ryhmä on laittanut miettimään juomista ongelmana. Kahdeksan prosenttia taas uskoo, että ryhmästä saatu tieto päihdepalveluista saattaa olla apuna tulevaisuudessa. Vertaistukea saaneita tai positiivisia kokemuksia keskusteluista saaneita oli viisi prosenttia. Neljä prosenttia on nimennyt vastauksessaan jonkin päihdepalvelun, johon aikoo haakeutua lähitulevaisuudessa. 11 prosenttia ei kuitenkaan löytänyt ryhmästä apua ja viisi prosenttia ei osannut sanoa löysikö apua vaiko ei.

10 Teemahaastattelun tulokset

Haastateltavat olivat 38-61—vuotiaita. Haastattelin kolmea miestä ja kahta naista. Kaikki olivat käyneet Wertsussa vähintään kerran vuosina 2013-2016, joten kaikki Wertsu-vuodet tulivat katetuiksi. Monilla oli takanaan pitkä, jopa koko elämän mittainen työttömyys ja kuntouttava työtoiminta oli tuttua useiden vuosien ajalta. Osa haastateltavista on tai oli ollut vammaisten henkilöiden työtoiminnassa. Haastateltavien päihdetaustat vaihtelivat, mutta suurimmalla osalla alkoholi oli pääpäihde.

10.1 Muutosvaiheet

Haastateltavat olivat hakeutuneet ryhmään melko samanlaisista lähtökohdista käsin. Melkein kaikilla oli taustalla päihdeongelmasta johtuvia poissaoloja työtoiminnasta, joihin kuntoutusohjaaja oli puuttunut ja suositellut wertsun käymistä. Osa kuitenkin oli hakeutunut omatoimisesti kuntoutusohjaajan puheille nähtyään mainoksen tai aiemmasta Wertsu-kokemuksesta innostuneena. Yksi haastateltava myös mainitsee joutuneensa Wertsuun pakon sanelemana, jottei kuntouttava työtoiminta katkeaisi, koska poissaoloja päihdeidenkäytön vuoksi oli ollut paljon. Myös muissa haastatteluissa toisen käden tietona tuli esiin ”pakko Wertsulaisia” vaikka varsinaista omakohtaista kokemusta tästä ei ollutkaan. Haastateltavat pitivät käytäntöä kuitenkin reiluna, koska tällöin puututtiin ongelmaan ja annettiin mahdollisuus jatkaa työtoiminnassa tietyin ehdoin, eli käymällä Wertsun.

”Niin, ainoa oli se et mä en halunnu niinku lopettaa tätä sen takii (työpaja) ku oli jotain poissaoloi just jonku ongelmien takii, niin sit se oli ihan hyvä, että et se oli tavallaan semmonen niinku, että käyt nyt tän, niin jatkuu. Et onhan se tavallaan ihan reiluu.” – Mies 1

Tavoitteet Wertsun käymisestä vaihtelivat jonkin verran. Osa lähti hakemaan ryhmästä vaihtelua ja taukoa työtoimintaan, osa haki täysraittiuutta, kun taas osalle ryhmässä käynti edisti jo päihdeetöntä elämää. Myös muiden päihdeongelmasta kuuleminen, eli vertaistuen hakeminen kiinnosti muutamia haastateltuja. Työtoiminnassa jatkaminen ja pärjääminen nousivat myös esille haastatteluissa.

”Täysraittius. Omalta kohdalta mä en usko mihinkään semmosiin, et vois viikonloppuna vähän lipittää. Mul jää, mul hirttä kiinni. Mul on niin paha juttu.” – Mies 5

Muutosvaiheittain ajateltuna suurimmalla osalla haastateltavista oli ollut aktiivista päihdeidenkäyttöä Wertsua ennen, joka oli monella johtanut interventioon kuntoutusohjauksen taholta. Osalla oli kuitenkin ajatuksia tavoitteistaan suhteessa päihdeidenkäyttöön jo ennen Wertsua.

Pienempi osa haastatelluista oli elänyt päihdeetöntä elämää jo jonkin aikaa ennen Wertsua ja heille Wertsu näyttäytyi enemmän vertaistuellisena keskusteluryhmänä, joka tuki jo valmiiksi päihdeetöntä elämää.

10.2 Kognitiiviset prosessit

Tiedon jakaminen päihteidenkäytön terveydellisistä haitoista sekä riippuvuuden tematiikasta on yksi Wertsun tärkeistä piirteistä ja sen voidaan katsoa olevan keskeisessä roolissa tietoisuuden lisäämisen prosessissa. Wertsun tiedollinen puoli jakoi haastateltavien mielipiteitä. Osa piti tiedon saantia muun muassa haitoista hyvänä asiana, vaikka he samalla mainitsivatkin tiedon olleen jo ennalta tuttua eivätkä asiantuntijavieraat onnistuneet tarjoamaan uusia näkökulmia. Tieto toimi kuitenkin heidän mielestään hyvänä muistutuksena päihteidenkäytön vaaroista, koska varsinkin päihteitä käyttäessä, terveydelliset seikat helposti unohtuvat.

”... mä muistan yhen asiantuntijan, joka puhu tota hyvin selkeesti, no näist alkoholiinkäytöstä ja täst miten se vaikuttaa terveyteen ja kaikkeen. Niin se oli kyl aika kauheeta tekstii.” **Oliks se uutta tietoo sulle?** ”Ei ollu oikeestaan. Ei siin oikeestaan paljo uutta ollu, onhan noist tullu juteltu.” – Mies 5

Toinen puoli piti asiantuntijaluentoja lähinnä turhauttavina, koska tarjottu tieto oli jo omaksuttu esimerkiksi aiemmissa hoitokontakteissa. Kritiikkiä sai myös tiedon yksipuolinen keskittyminen alkoholiongelmaan, vaikka haastateltavissa, ja Wertsulaisissa yli-päätään, on myös huumeiden käyttäjiä. Asiantuntijoiden lähestymistapaa pidettiin liian teoreettisena ja yleistävänä, mikä herätti vastustuksen tunteita osalla haastateltavista. Muutamat haastateltavat ehdottivatkin kokemusasiantuntijaa kertomaan päihteistä. Tämä toisi heidän mielestään aihetta lähemmäksi, koska henkilö olisi itsekin paininut samojen ongelmien kanssa. Nykyään Wertsuissa onkin vakiovieraana kokemusasiantuntija.

”Se just turhauttaa semmonen, sit tulee semmonen ylimielinen ote itelle, et mitä toiki nyt mistään tietää ja näin. Ei puhuta samaa kieltä ollenkaan. Kyl se on hyvä jos sinne saatais joku ihminen, jolla on sitä kokemusta eikä vaan sitte pelkästään niin sanottuja virkamiehiä.” – Nainen 4

Päihdehoitopalveluista kysyttäessä suurimmalla osalla oli kokemuksia jopa vuosikymmenien ajalta erilaisista hoidoista, paikoista ja käytännöistä. Moni kokikin Wertsun osaksi eräänlaista jatkumoa omassa päihdehoitohistoriassaan ja Wertsun, sekä muiden paikkojen vinkit, keskustelut ja ajankohdat menivät välillä sekaisin. Moni kuitenkin mainitsi, että Wertsu oli onnistunut tarjoamaan uutta tietoa hoitopaikoista vähintään hieman. Yhdellä haastateltavalla oli omien sanojensa mukaan kaikki Wertsussa jaetut infolaput päihdehoitopaikoista tallessa, vaikka ryhmän käymisestä oli jo vuosia. Haastattelujen perusteella osa olikin hyödyntänyt hoitopalveluita Wertsun rohkaisemana.

Et ku mä kävin ite sitte avokatkol siin [paikka], niin sitä kautta mä tavallaan sinne niinku yhen kerran hakeuduin, ku oli kuullu tuol (Wertsussa) siit. Et oli siit sillei hyötyy.- Mies 1

Osalla keskustelut ja vierailut olivat myös oikaisseet käsityksiä hoitoon hakeutumisen kriteereistä mikä oli auttanut huomattavasti myöhempää hakeutumista avun piiriin. Negatiivista suhtautumista hoitopaikkavierailuihin ei ollut haastatteluissa havaittavissa ja nekin, keille paikat olivat tuttuja, tunnistivat toiminnan tärkeyden vähemmän kokeneille Wertsulaisille.

”Justku ties mikä meininki on etukäteen. Tai just se, että menee vaan, niin oli se paljon helpompi sitte tehdä se päätös sinne tai soittaa ku oli nähny sitä toimintaa (Wertsun vierailu), et se on kyl hyvä.” – Mies 1

Osa koki Wertsun tulleen hetkeen, jolloin itsellä ei vielä ollut valmiutta muuttua. Osalle Wertsussa käydyt teemat olivat tuttuja edellisistä hoitosuhteista, jolloin ryhmä ei tuonut paljoakaan uutta tälle saralle. Toisilla taas ryhmän tuki auttoi jaksamaan jo päihdeettömällä polulla pysymistä. Yksi haastateltava oli ollut koko Wertsun, eli viisi viikkoa täysin kuivilla. Tätä voidaan pitää jo hyvänä saavutuksena ja vaikka henkilö ei osannutkaan tarkemmin eritellä syitä tällaiseen muutokseen, on ryhmän rohkaisevalla vaikutuksella sekä perjantaisella ajankohdalla saattanut hyvinkin olla tekemistä raittiusjakson kanssa. Myös toisessa haastattelussa tuli esiin toisen käden tietoa Wertsun aikaisista raittiusjaksoista. Molemmissa tapauksissa juominen oli ollut perjantai-illan aktiviteetti, joten tulosten perusteella Wertsu on oikeassa paikassa juuri perjantaisena ryhmänä.

Niin joo kyl me oltiin ihan, ihan tota kuivilla (Wertsun ajan). – Mies 2

Tunteiden esiinnousua pidetään transteoreettisessa muutosmallissa yhtenä tärkeänä harkintavaiheen kognitiivisena prosessina. Wertsun kaltainen interventio voi olla joillekin myös ahdistava ja pysäyttävä kokemus, joka tuo päihdeongelman uudella tavalla omaan tietoisuuteen ja laukaisee todellisen muutoshalukkuuden ja sitä kautta teot, joita muutoksen eteen täytyy tehdä. Tällaista Wertsu-kokemusta ei tulosten mukaan kovin monella ollut, ja yleensä Wertsu koettiin mukavana keskusteluryhmänä, joka ei ainakaan haastattelujen perusteella näyttänyt herättävän voimakkaita tunteita suurimmalla osalla kävijöitä.

”Ehkä just se shokkitekijä, et heräs ajattelee ehkä sitä omaa tilannetta kuitenkin vähän uudelt kannalta, koska se oli kuitenkin sen verran perseest se koko homma. Se oli oikeen sellanen kylmä vitsi vesisaavillinen niskaan et nyt ollaan huonos jama.” – Mies 1

10.3 Toiminnalliset prosessit

Toiminta- ja ylläpitovaiheissa yksilö tyypillisesti etsii vaihtoehtoista tekemistä ja muokkaa ympäristöstä tulevia ärsykeitä retkahdustilanteiden minimoimiseksi. Wertsussa vaihtoehtoiseen tekemiseen ja ajanviettopaikkoihin tutustuminen on isossa roolissa. Tällä pyritään madaltamaan kynnystä hakeutua näihin paikkoihin viettämään aikaa. Haastateltavien kesken mielipiteet ja kokemukset tällaisista paikoista erosivat jonkin verran toisistaan.

Kukaan haastateltavista ei haastatteluhetkellä käynyt aktiivisesti päihdeettömissä ajanviettopaikoissa. Silti monelle päihdeettömät yhteisötilat olivat olleet tärkeässä roolissa jossain vaiheessa oman päihdeongelman hoitoa. A-killasta, Villa Sturesta ja Vesteristä oli monilla kokemuksia ja osa oli käynyt näissä paikoissa kahvittelemassa Wertsun jälkeenkin. Yhteisötilojen parhaina puolina mainittiin mukava tekeminen, uudet päihdeettömät ihmissuhteet sekä yksinäisyyden vähentäminen.

”...ei ollu mitään tekemistä ja sit ei ollu sellasii kavereit ketkä on selvinpäin et niist (yhteisötilat) löytää kyl niit ihmisii sitte. Ja sit saa sellast huomiooki siel mitä varmaan haluu ja tarvii ja sit siel on ne kaverit ja ihmisii ympärillä jos ei jaksa viel mennä johonki kouluun tai töihin.” – Nainen 3

Toisaalta kaikki eivät kokeneet päihdeettömissä yhteisötiloissa vierailuja ominaan. Yhteisötiloissa monesti kuultavaa keskustelua päihdeongelmista pidettiin ahdistavana asianvatvomisena. Tätä mieltä olleet kokivat paremmaksi saada ajatukset kokonaan pois päihdeistä ja keskittyä muihin, omanlaisiin aktiviteetteihin, joita heillä myös kuulosti olevan. Vierailujen positiivisena puolena pidettiin kuitenkin sitä, että tiedetään mikä ei ainaakaan sovi itselle.

Kaikki haastateltavat kuitenkin tunnistivat vaihtoehtoisen tekemisen tärkeyden varsinkin konkreettisen muutoksen, eli toimintavaiheen alussa. Myös sosiaalista ympäristöä oli muokattu oman päihdeettömyyden tukemiseksi etsimällä esimerkiksi uusia kavereita.

Auttavista ihmissuhteista puhuttaessa suurin osa haastatelluista oli saanut ammattiapua ainakin jossain vaiheessa päihdehistoriaansa. Tätä apua pidettiin merkittävänä tekijänä oman päihdeongelman hoidossa. Myös läheisen ihmisen vankka tuki raittiuden ylläpitämisessä mainittiin tärkeäksi.

Wertsu-ryhmän nimessäkin esiintyvä vertaistuki herätti paljon keskustelua ja eriäviä näkökulmia. Osalle Wertsun vertaistuelliset keskustelut ja samankaltaiset ihmiset toivat suurta tukea. Toisella puolella olivat henkilöt, jotka tunsivat turhautuvansa ryhmässä tai eivät kokeneet Wertsua omakseen esimerkiksi huumeidenkäyttö taustansa vuoksi. Vertaistuki ja sen saaminen liitettiin vahvasti päihdehistorioihin ja ne henkilöt, joilla oli kokemusta näistä paikoista, pitivät vertaisten kanssa keskustelemista merkittävänä tukimuotona omassa päihdehistoriassaan. Yhden haastateltavan vertaistuen piiriin oli vetänyt raitistunut tuttu.

”Siis mä edelleen painotan sitä, et siinä huoneessa missä sä haluat jutella jonku ihmisen kanssa, siinä huoneessa olis hyvä jos ois muitakin jotka on samankaltasia ku sinä, eli vertaisia. Mun mielest se on tärkeätä. Mä painotan sitä oikeen. -- Siis Wertsu on hyvä ryhmä siitä mielestä et siellä on samanlaisii ihmisii.” – Mies 5

Haastatteluissa nousi myös esiin kuntouttavan työtoiminnan tarjoaman sosiaalisen ympäristön tärkeys joidenkin haastateltujen elämässä. Kuntouttavan työtoiminnan muista asiakkaista koettiin saatavan muun muassa vertaistukea.

”Mun duunikaveritki on vaik mitä. Siel löytyy huumeidenkäyttöä ja alkoholinkäyttöä. Se on ikäänku vertaisryhmä. Mul on laaja sosiaalinen elämä tääl (työtoimintapaikka). Se on tärkeet.” -Mies 5

10.4 Asiakaslähtöinen kehittäminen

Wertsun ohjaajat saivat haastatteluissa joko hyvää tai neutraalia palautetta. Monilla oli vaikeuksia muistaa ohjaajia ja välillä ohjaajat sekoitettiin vieraisiin.

Ryhmän hyvistä ja huonoista puolista keskusteltaessa nousivat muutamat teemat yli muiden. Positiivisina puolina haastateltavat pitivät kuntoutusohjaajien interventiota omaan päihdeidenkäyttöön ja ohjausta Wertsuun. Osalle Wertsu tarjosi kaivattua taukoa työtoimintaan, joka oli alkanut kuormittaa työhön tottumaton. Myös ryhmän kommunikaatiota ja henkeä keuhuttiin, ja moni koki pystyneensä olemaan ryhmässä oma itsensä ja puhumaan asioista niiden oikeilla nimillä. Ryhmän anonyymiutta pidettiin myös tärkeänä. Kokonaisuutena Wertsu-kokemusta pidettiin kautta linjan positiivisena, vaikka itselle varsinaista apua ei olisikaan löytynyt.

”Se oli tosi hyvä ettei ollu vaik jostain meidän pajalta sillai kolmee tyyppiä samaan aikaan valittu, koska ei siin ois ollu mitään järkee sit.” - Mies 1

Negatiivista palautetta ja kehitysehdotuksia saivat päihteistä ja haitoista kertomaan tulleet asiantuntijat, joiden pitämiä luentoja pidettiin liian yksinkertaisina ja teoreettisina. Kuten aiemmin on jo mainittu, nousi hyvän kokemusasiantuntijan tarve osassa haastatteluja esiin. Ryhmän asia- ja keskusteluympäristön keskittyminen alkoholiin oli myös kritiikin kohteena ja enemmän huumeidenkäyttöön liittyviä teemoja kaivattiin. Yhdessä haastattelussa Wertsu-ryhmän tuntemattomuus nousi myös vahvasti esiin. Vaikka Wertsusta on aina tiedotettu monissa eri kanavissa (ilmoitustaulut, työpaikan tietokoneiden näytönsäästäjät) työtoimintapaikoilla, ei tieto ryhmästä ole tavoittanut asianosaisia kovinkaan hyvin. Tuskin kukaan oli kuullut Wertsusta ennen ryhmään ohjautumista. Yhtenä syynä nähtiin työtoiminnan henkilökunnan arkuus puhua kuntoutujien päihdeongelmasta.

”Mä aikoinaan sanoin, että mikä hiivatin salaseura se on oikeen ku ei kukaan puhu siitä mitään. Meit on täs talossa paljon päihdeongelmaisia.” – Nainen 4

Kokonaisuudessaan Wertsusta vallitsi kuitenkin positiivinen kuva haastateltavien keskuudessa. Wertsua oltiin valmiit suosittelemaan eteenpäin varsinkin ihmisille, jotka sinnittelevät työtoiminnassa, mutta ovat vaarassa pudota tai joutua erotetuiksi liiallisen päihdeiden käytön ja poissaolojen vuoksi.

”Just semmoselle joka on kiikunkaakun siinä et pysyyks se missään töissä vai ryhtyyks se kokopäiväseks juopoks. Just semmoselle. Joku tuki, joku ponnahtauslautta johonkin parempaan. Eiks se sen takii ooki?” **Sen takii se on.** ”Joo mä luulen et se täyttää aika hyvin tehtävänsä. Ainaki mul on sellanen mielikuva.” – Mies 5

11 Johtopäätökset

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli selvittää, keitä Wertsu-ryhmätoiminta tavoittaa kuntouttavan työtoiminnan piirissä, millaista palautetta ryhmä on saanut ja millaisina ryhmässä käytetyt menetelmät on koettu. Lisäksi selvitin, mitä hyötyä Wertsulaiset ovat kokeneet ryhmästä oman elämäntilanteen ja päihdeidenkäytön kannalta. Johtopäätöksissä kulkee mukana myös ryhmän kehittämisen näkökulma.

Wertsu on onnistunut vuosien aikana vakiinnuttamaan kävijämääränsä melko vakaalle tasolle. Miehet ovat selkeästi enemmistössä, mutta naitakin ryhmässä käy melko paljon. Keskimääräinen kävijämäärä onkin vakiintunut kahdeksaan ryhmäläiseen per kerta, mikä on ryhmän luonteen huomioon ottaen kohtalaisen sopiva määrä. Wertsu tavoittaa

osallistujia kaikista kuntouttavan työtoiminnan yksiköistä. Suurimmat yksiköt, Pakila ja Uusix Kyläsaari, ovat eniten edustettuina, mutta kokoonsa nähden koti- ja laitospalvelut-yksikkö on onnistunut ohjaamaan Wertsuun varsin paljon asiakkaita.

Kuntouttavassa työtoiminnassa ja vammaisten henkilöiden työtoiminnassa olevat asiakkaat ovat molemmat ryhmässä edustettuina. Vajavainen aineisto tältä osin estää kuitenkin tarkempien tulosten ja johtopäätösten tekemisen. Varovaisesti arvioiden näyttää kuitenkin siltä, että kuntouttavassa työtoiminnassa olevat ovat eniten edustettuina verrattuna vammaisten henkilöiden työtoimintaan. Tämä on luonnollista, koska heitä on myös työtoiminnassa selkeä enemmistö. Maahanmuuttajia toiminta ei ole tavoittanut, vaikka kuntouttavan työtoiminnan piirissä heitä on kohtalaisen paljon. Onko syynä kielimuuuri vai jokin muu, ryhmän saavutettavuuden ongelmia maahanmuuttajien keskuudessa olisi syytä pohtia.

Haastattelujen perusteella toiminta on säilynyt melko tuntemattomana kuntoutujien keskuudessa tähän päivään saakka. Keinoja Wertsun tunnettavuuden lisäämiseksi asiakkaiden keskuudessa olisikin syytä pohtia. Ovatko keinot mainostamisen lisääminen, asiakkaiden henkilökohtaisen ohjauksen lisääminen, työtoiminnan ohjaajien kouluttaminen/valistaminen vai jotakin muuta? Hyödyllisenä ryhmänä Wertsun soisi tavoittavan enemmän ihmisiä.

Wertsulaisten kokemukset ryhmästä olivat pääsääntöisesti positiivisia. Laaja-alaisena ryhmänä Wertsu oli tarjonnut melkein jokaiselle jotakin. Haastateltujen asiakkaiden kokemukset eri menetelmistä kuitenkin vaihtelevat jonkin verran. Se, mitkä ryhmän toiminnot kävijä kokee omakseen, näyttää riippuvan yksilön oletetusta muutosvaiheesta, aiemmista hoitokokemuksista sekä henkilökohtaisista mieltymyksistä. Tätä näkökulmaa tukee transteoreettinen muutosmalli, jonka mukaan eri muutosvaiheessa tietyt muutosprosessit ovat tärkeitä (Prochaska – Norcross 2007: 522). Wertsun toiminnan muodostavat menetelmät voidaankin liittää osaan muutosprosesseista.

Wertsun yhtenä tärkeänä menetelmänä voidaan tarkastella päihdetietouden jakamista, joka voidaan transteoreettisessa muutosmallissa liittää tietoisuuden lisäämisen prosessiin (Prochaska – Norcross 2007: 522). Haastattelujen perusteella ryhmän kävijät tuntuivat mieltävän päihdetiedon kolmeen osaan: päihdehaitoista kertovaan informaatioon, toipumisprosessiin ja hoitopaikoista kertoviin aiheisiin. Päihdehaitoista asiantuntijat eivät

kuitenkaan onnistuneet tuomaan osanottajille kovinkaan paljoa uutta tietoa, ja asiakaspalautekyselyn tulokset kertovat samaa. Lisäksi toipumis- ja muutosprosessia oli lähestytty liian teoreettisesti. Kritiikkiä sai myös tiedon yksipuolinen keskittyminen alkoholiongelmaan. Yhtenä syynä tiedon tuttuudelle saattavat olla monien haastateltavien aiemmat hoitokontaktit, joissa samoista asioista oli keskusteltu. Haitoista kertovan tiedon monipuolisuutta voisi tarkistaa jokaisen ryhmän kohdalla erikseen. Yhdeksi ratkaisuksi haastateltavat ehdottivat kokemusasiantuntijaa.

Päihdetietoutta lisäävien aiheiden paikkaa Wertsussa puoltaa transteoreettinen muutosmalli. Tietoisuuden lisäämisen prosessi on tärkeimmässä roolissa esiharkinta- ja harkintavaiheissa olevilla yksilöillä, joita Wertsulaisissa voidaan olettaa olevan paljon. Tietoisuuden lisääntyminen ongelmasta on myös edellytys itsensä uudelleen arvioinnin prosessille, jossa yksilö arvioi omaa toimintaansa saamansa uuden tiedon valossa. Nämä mielen prosessit auttavat seuraaviin muutosvaiheisiin etenemisessä. Tietoisuuden lisäämisen prosessi jatkuu silti myös läpi myöhempien vaiheiden, jolloin päihdeinformaation jakamisesta on hyötyä myös myöhemmissä vaiheissa oleville. (Prochaska – Norcross 2007: 522-524). Tiedon monipuolistamiseksi ehdotettu kokemusasiantuntija voisi tuoda ryhmäläisiä lähempänä olevan, erilaisen ja kenties motivoivan näkökulman toipumiseen ja korostaa tätä kautta jokaisen yksilöllistä tietä kohti muutosta. Kokemusasiantuntijaa voisi ajatella myös eräänlaisena ongelman selkokiekkinä, joka osaa kertoa ongelmasta ryhmäläisten omalla kielellä.

Tärkeää päihdeinfoa edustavat myös päihdehoitopaikoista kertominen ja niihin tehtävät vierailut. Vierailujen voidaan olettaa tukevan parhaiten harkinta-, valmistelu- ja toimintavaiheessa olevia yksilöitä, jotka etsivät aktiivisesti itselleen sopivaa tukipalvelua (Prochaska – Norcross 2007: 523). Vierailujen järjestämisessä Wertsu on onnistunut hyvin. Menetelmä näyttää täyttävän tehtävänsä ja vierailuilla on ollut vaikutusta hoitohakeutumiskynnyksen madaltajana, väärrien käsitysten oikaisijana sekä uuden tiedon välittämisessä. Asiakaspalautekyselyn vastauksissa samanlainen näkökulma nousee myös esiin kävijöiden nimetessä mahdollisia tulevaisuuden tukipalveluitaan.

Vierailut päihdeettömiin yhteisötiloihin voidaan liittää vaihtoehtoisen tekemisen löytämisen prosessiin ja tätä kautta toiminta- ja ylläpitovaiheessa olevia yksilöitä parhaiten tukevaksi. Toisaalta vaihtoehtoisen tekemisen löytämisestä on hyötyä myös aiemmissa muutosvaiheissa. (Prochaska – Norcross 2007: 523-524). Pääpiirteittäin vierailut päih-

teettömiin yhteisötiloihin olivat haastateltaville mieluisia tai neutraaleja, mutta niiden merkitys omassa toipumisprosessissa jakoi mielipiteitä. Päihteettömät yhteisötilat rakentavat usein perustansa vertaistuelle, jolloin vertaistuelliseen ryhmätoimintaan myönteisesti suhtautuvat haastateltavat myös yleensä kokivat hyötynensä niistä ja osa olikin käynyt yhteisötiloissa Wertsun jälkeen. He, joille vertaistuki ja ryhmätoiminta tuntuivat vieraamilta, suhtautuivat päihteettömiin yhteisötiloihin negatiivisemmin, eivätkä uskoneet löytävänsä niistä apua jatkossakaan. Asiakaspalautekyselyn perusteella päihteettömät yhteisötilat olivat kuitenkin selkeästi mieluisimpia vierailupaikkoja. Tähän saattaa vaikuttaa yhteisötilojen suhteellisesti kevyempi luonne vierailupaikkoina verrattuna esimerkiksi a-klinikoihin.

Vertaistuen merkitys ryhmäläisille vaihteli. Osa haastateltavista mielsi itsensä ryhmäihmisiksi, kun taas osalle ryhmässä oleminen tuotti turhautumista. Niille, joille ryhmätoiminta sopii, Wertsu tarjoaa oivat puitteet vertaistuelliseen keskusteluun ja päihteettömiin yhteisötiloihin tutustumiseen, riippumatta henkilön päihdetaustasta. Kiinnostus vertaistukea kohtaan ei tunnu johtuvan myöskään yksilön muutosvaiheesta vaan ennemminkin henkilökohtaisista mieltymyksistä sekä persoonallisuuden piirteistä. Tässä tutkimuksessa vertaistuki on liitetty auttavien ihmissuhteiden prosessiin, jonka katsotaan olevan tärkeä prosessi riippumatta muutosvaiheesta (Prochaska ym. 1992: 1108). Auttaviin ihmissuhteisiin lasketaan myös läheisten tuki tai muut ammattiauttajat. Asiakkaat, jotka eivät olleet löytäneet ryhmätoiminnasta tukea, mainitsivat joko ammattiauttajien tai läheisten olevan tärkeänä tukena omassa muutosprosessissa. Muutosmallin teoria tukee tätä näkökulmaa, jossa kaikki hyötyvät auttavista ihmissuhteista muutoksesta selviytyäkseen (Prochaska ym. 1992: 1109). Wertsu onkin onnistunut tarjoamaan erilaisia yksilöitä hyödyttäviä kokemuksia auttavien ihmissuhteiden löytämiseksi. Toisille ryhmän tai yhteisötilan vertaistuki ja toisille taas ammattiavun löytäminen ovat elementtejä, joilla päihdeongelma saadaan taltutettua.

Teemahaastattelut nostivat lisäksi esiin Wertsun interventiomaisen luonteen, joka ei määrällisestä aineistosta noussut esiin. Monille ryhmää oli henkilökohtaisesti suositeltu, kun taas osalle ryhmä edusti jonkinasteista pakkoa. Kaikissa tapauksissa taustalla olivat päihteidenkäytön aiheuttamat poissaolot. Kuntoutusohjauksen taholta tullutta interventiota ei kuitenkaan pidetty negatiivisena asiana vaan käytäntöä pidettiin reiluna sen antaman mahdollisuuden vuoksi. Monilla päihdeongelmista kärsivillä ensimmäinen hoitoon ohjautuminen tapahtuukin yleensä ulkoisen pakon, paineen tai miellyttämisen seurauksena (Prochaska – Norcross 2007: 515; Miller 1999: 31). Hyvin menevä ja motivoiva

ensimmäinen kontakti päihdeongelmaan voi parhaimmillaan laukaista muutoksen henkilössä. Wertsu monipuolisena ryhmänä tarjoaa tähän työkaluja hyvinkin erilaisille yksilöille. Rohkeaa puuttumista työtoimintapaikoilla esiintyviin päihdeongelmiin on siis syytä jatkaa.

Wertsun interventiomainen luonne nosti joidenkin kohdalla esiin myös voimakkaita tunteita, jotka olivat ilmeisesti herättäneet yksilön pohtimaan omaa päihdeidenkäyttöä uudessa valossa. Voimakkaiden tunteiden, kuten ahdistuksen, kokeminen Wertsun yhteydessä voidaanankin liittää tunteiden esiin nousun prosessiin, jolla on todettu olevan voimakas vaikutus esiharkintavaiheesta eteenpäin sysäämisessä (Prochaska – Norcross 2007: 522).

Myös määrällinen aineisto tarjoaa tukea ajatukselle ryhmän vaikutuksesta oman päihdeidenkäytön uudelleen pohtimiseen. Määrällisen aineiston perusteella ei kuitenkaan voida sanoa, mistä tämä johtuu, vaikka vahvasta interventioista johtuva tunteiden esiin nousu voikin olla yksi selitys. Toinen selitys ryhmän ajatuksia nostattavalle vaikutukselle saattaa löytyä itsensä uudelleen arvioinnin prosessista. Tietoisuuden lisääminen faktatiedon, vertaisten kanssa keskustelujen, kokemusasiantuntijoiden kuuntelemisen ja päihdeongelman kohtaamisen muodossa saattaa auttaa ryhmän osanottajia ottamaan uudelleen tarkasteluun heille itselleen tärkeät arvot ja auttaa heidät tätä kautta alkuun muutokseen johtavalle tielle. (Prochaska – Norcross 2007: 523).

Loppujen lopuksi Wertsu näyttää auttaneen monia kävijöitään arvioimaan uudelleen omaa päihdeidenkäyttöä sekä tarjoamaan käyttökelpoisia työkaluja päihdeongelman hoitoon. Tulosten perusteella näyttää siltä, että Wertsun laaja-alaisuus on hyödyttänyt jollain tavoin suurinta osaa sen kävijöistä. Toiminta on onnistunut välttämään laaja-alaiseen toimintaan liitettävän sudenkuopan olemalla aidosti ”jokaiselle jotakin -toimintaa, ei kenellekään mitään -toiminnan” sijasta.

12 Pohdinta

Tämä opinnäytetyö tarkastelee Wertsu-ryhmää monesta näkökulmasta. Sen tuloksia tai johtopäätöksiä ei voi kuitenkaan suoraan yleistää koskemaan kaikenlaista päihderyhmätoimintaa, sillä ryhmiä on monenlaisia. Wertsulle ominaisia piirteitä ovat sen laaja-alaisuus ja osanottajien tausta kuntouttavassa työtoiminnassa. On olemassa ryhmiä, jotka

keskittyvät spesifimmin esimerkiksi vertaistukeen tai tiettyyn päihteeseen. Kaikille ryhmille on kuitenkin ominaista niiden tarjoama mahdollisuus paremmasta. Ryhmissä ihminen huomaa, että samanlaisessa tilanteessa on muitakin ja apua on saatavilla, kunhan itselle sopiva tukipalvelu vain löytyy.

Jo kohtalaisen pitkään jatkuneena ryhmänä Wertsu tulee toivottavasti säilyttämään asemansa yhtenä kuntouttavan työtoiminnan asiakkaita tukevana palveluna. Sille on tarpeensa ja asiakkaansa, sillä tulevaisuudessa päihdeongelmat tuskin vähenevät, ainakaan jos nykyisen hallituksen kaavailema alkoholin saatavuuden sääntelyn höllentäminen tulee voimaan. Alkoholin saatavuuden helpottaminen nostaa tilastojen mukaan kulutusta kaikissa ryhmissä, myös ongelmakäyttäjien ja alkoholiriippuvaisten joukossa. (ETENE 2017.) Tyypilliseen kuntouttavan työtoiminnan asiakkaaseen muutos tulee siis varmasti vaikuttamaan. Tämän pohjalta Wertsun soisi tavoittavan vielä enemmän asiakkaita, kunhan otetaan realistisesti huomioon ryhmän kantokyky. Hyödyllisenä ryhmänä sillä on potentiaalia toimia vankkana siltana varsinaisten päihdepalvelujen puolelle.

12.1 Tutkimuksen luotettavuus

Vaikka tässä opinnäytetyössä on käytetty sekä laadullisia, että määrällisiä menetelmiä, pätee koko tutkimusprosessiin laadullisen tutkimuksen lähtökohtana oleva tutkijan avoin subjektiviteetti. Tutkija subjektina vaikuttaa aina lopputulokseen jo teoreettista viitekehystä valitessaan ja haastatteluja tehdessään. Tutkijan on kuitenkin pyrittävä olemaan mahdollisimman objektiivinen. Varmuutta tutkimukseen lisätään ottamalla huomioon tekijän ennako-odotukset. (Eskola – Suoranta 1998: 210 - 212.) Tämän opinnäytetyön kohdalla ennako-odotukset nousevat pääosin osallistumisestani Wertsu-ryhmään työharjoitteluni puitteissa syksyllä 2016. Silloista rooliani ryhmässä voisi kuvata sivustaseuraajaksi. En suuremmin osallistunut, ohjannut tai tarkoitushakuisesti havainnoinut ryhmää. Vierailu ryhmässä oli ensimmäinen oikea kontaktini minkäänlaiseen sosiaalialan ryhmätoimintaan. Tämä herätti mielikuvia ja tunteita, mutta ei oikeaa tietoa. Myönnän, että ennako-odotukseni ryhmän hyödyllisyydestä eivät olleet kovin korkealla syksyisen kokemuksen perusteella. Nämä ennako-odotukset ovat hävinneet opinnäytetyön tekemisen myötä, mutta on mielestäni oikein tuoda ne esiin työn luotettavuutta arvioitaessa.

Parhaimman tuen tämän opinnäytetyön luotettavuudelle tarjoaakin monipuolinen ja tarkoituksenmukainen aineisto. Tutkimuksen määrällistä osaa on kerätty vuosien ajalta, jolloin kyseessä ei ole vain yhden Wertsu-kerran kuvaus. Vaikka määrällisessä aineistossa oli osin puutteita, ne on tuotu selkeästi esiin aineiston kuvauksessa. Toisaalta määrällisen aineiston niukkuus käyttökelpoisen informaation osalta hankaloitti tarkempien analyysien tekoa. Määrällistä analyysia olisi myös voinut syventää vertaamalla asiakastietoa kuntouttavassa työtoiminnassa olevien asiakkaiden kokonaismääriin ja näin kytkeä Wertsu paremmin osaksi suurempaa kuvaa.

Haastattelujen luotettavuutta arvioitaessa huomionarvoista on, että teemahaastattelujen runko pysyi samana kaikkien haastateltavien kohdalla, jolloin haastateltavien tarjoamat erilaiset näkökulmat kumpusivat aidosti erilaisista kokemuksista. Toisaalta haastattelujen tekemisessä oma oppimisprosessi on saattanut nousta vaikuttamaan haastattelujen lopputuloksiin. Muutamassa viimeisessä haastattelussa huomasin tekevänä enemmän tarkentavia kysymyksiä, jotka saattoivat ohjata haastateltavia liikaa ennalta määrittelemiini suuntiin. Toisaalta tarkentavat kysymykset saattoivat myös syventää myöhempää aineistoa.

Monipuoliset näkemykset kertovat kuitenkin onnistuneesta haastateltavien valinnasta, jonka toteuttivat Wertsu-ryhmän ohjaajat yhteisten keskustelujemme pohjalta. Kaikkia alun perin suunniteltuja haastateltavia ei kuitenkaan saatu paikalle, jolloin turvauduttiin varahenkilöihin. Informanttien liian tarkoitushakuisella valinnalla voidaan toisaalta saada aikaan tutkimustuloksia vääristävä lopputulos, mutta mielestäni monipuoliset vastaukset eivät viittaa tähän.

12.2 Oma oppiminen

Opinnäytetyöni Wertsusta oli nopea ja tiivis prosessi. Helmikuun alussa saatu toimeksianto toteutui valmiiksi työksi reilussa kahdessa kuukaudessa. Opinnäytetyö on prosessi ja tiiviillä aikataululla ajatukset, ideat ja asiayhteydet eivät välttämättä ehdi kypsyä kunolla. Tämä näkyy opinnäytetyössäni lievänä jäsentymättömyytenä sekä johtopäätöksissä teorian ja eri aineistojen synteessin kypsyttömyytenä. Tiiviillä aikataululla on myös hyvät puolensa. Se pakottaa hallitsemaan ajankäyttöä ja opettaa työn suunnittelua.

Tiiviin aikataulun lisäksi hämmennystä kokemattomalle tutkimustyön tekijälle aiheutti työn monimuotoinen aineisto. Määrällisen tai laadullisen otteen oppimisessa yksinään olisi jo tekemistä kahdessa kuukaudessa, mutta näiden molempien omaksuminen ja yhdistäminen järkeväksi kokonaisuudeksi tuntui välillä ylitsepääsemättömältä. Mielestäni onnistuin siinä kuitenkin kohtalaisesti. Määrällinen aineisto tuki monia teemahaastatte- luissa esiin tulleita näkökulmia. Onnistuin silti haastattelujen avulla tuomaan esiin myös uusia näkökulmia Wertsusta ilmiönä.

Määrällisen aineiston tärkeimpiin osioihin kuuluu aineiston keräyksen suunnittelu. Tämä määrittää pitkälti minkälaista aineistoa tullaan saamaan. Tämän työn määrällinen ai- neisto oli kuitenkin valmiina. Sen läpikäyminen nosti esiin seikkoja, joita olisi voinut ottaa huomioon aineistoa alun perin kerätessä tai palautelomaketta suunniteltaessa. Kuinka välttää johdattelevia kysymyksiä tai mitä asioita ottaa huomioon tulosten analysoinnin helpottamiseksi? Aineisto laittoi pohtimaan näitä asioita ja uskon, että olisin valmiimpi kysymyslomakkeen suunnitteluun, vaikka se olisikin ensimmäinen kertani.

Myös asiakastiedon analyysi tarjosi pohdittavaa. Nyt paperilla olleen asiakastiedon ana- lyysia vaikeuttivat epäselvät merkinnät sekä tietojen puuttuminen joltain osin. Tämä on kuitenkin ymmärrettävää, koska monesti työelämässä arkistoinnin kaltaisille tehtäville ei ole laskettu työaikaa ja monet muut tärkeät asiat ja asiakkaat odottavat jo työntekijää. Toivon silti, että sosiaalialallakin aletaan herätä tilastoinnin tärkeyteen. Huolellisesti do- kumentoidun ryhmän hyödyllisyyttä on helpompi arvioida ja perustella kuin pelkän oh- jaajien mututuntuman varaan jäävää toimintaa. Vaikka kvantitatiivisilla menetelmillä tus- kin saadaan esiin ryhmän todellista vaikuttavuutta, voidaan niiden avulla arvioida ryhmän saavutettavuutta ja vetovoimaa. Alusta asti rutiiniksi otettu dokumentointi ei hyvin toteu- tettuna vie kovin paljoo aikaa.

12.3 Jatkotutkimusaiheet

Opinnäytetyöni tarjoaa läpileikkaavan ja suhteellisen laajan kuvan Wertsu-ryhmän osal- listujista, ryhmän saamasta palautteesta sekä asiakkaiden kokemuksista ryhmän mene- telmistä ja keskeisistä hyödyistä. Tutkimuksen yleislaadullinen luonne kuitenkin jättää monia yksityiskohtia auki. Jatkotutkimusta ajatellen Wertsun saavutettavuuden ja veto- voimaisuuden lisäämistä olisi mielenkiintoista ja tärkeää tutkia sekä kehittää. Teorian perusteella tiedetään, että kuntouttavan työtoiminnan piirissä esiintyy paljon päihdeon- gelmia, työtoiminnassa on Helsingissä tuhansia ihmisiä ja kuitenkin, Wertsu tavoittaa

verrattain vähän ihmisiä. Aihetta voitaisiin lähestyä esimerkiksi kuntouttavan työtoiminnan ohjaajien sekä työnjohtajien näkökulmasta, joiden vastuulla kunkin työtoimintapaikan käytännöt ovat. Kuinka he hahmottavat kuntouttavan työtoiminnan kuntoutuksellisen puolen ja miten heitä voisi auttaa tuomaan päihdekuntoutuksellista puolta käytännössä esiin ja mitkä olisivat ne keinot, joilla päihdeongelman puheeksi ottoa voisi helpottaa?

Myös määrällisen aineiston analyysi jäi hieman raa'aksi tämän tutkimuksen puitteissa. Jo olemassa olevaa asiakastietoa olisi mahdollista verrata kuntouttavassa työtoiminnassa olevien ihmisten kokonaismäärään tai eri työtoimintapaikkojen kokonaismääriin jolloin saataisiin tarkempia, suhteellisia lukuja Wertsun saavutettavuudesta. Nimettömästi palautetut asiakaspalautteet eivät kuitenkaan tarjoa kovinkaan paljoa mahdollisuuksia tutkia esimerkiksi iän, päihdetaustan tai sukupuolen vaikutuksia vastauksiin.

Pidemmillä aikavälillä tapahtuvaa seurantatutkimusta Wertsun kävijöistä olisi myös mielenkiintoista tehdä. Tällöin asiakkaita voitaisiin haastatella ennen Wertsun käymistä sekä Wertsun käymisen jälkeen. Näin olisi mahdollista saada vielä tarkempaa tietoa juuri Wertsun hyödyllisyydestä ja tietyllä varauksella vaikuttavuudesta. Tällaisen tutkimuksen järjestäminen olisi kuitenkin haastavaa, koska yksilön käytökseen vaikuttaa hyvin moni seikka.

Lähteet

Aalto, Mauri 2015. Alkoholien ongelmakäyttö. Teoksessa Aalto, Mauri – Alho, Hannu – Kiiänmaa, Kalervo – Lindroos, Lolan (toim.): Alkoholiriippuvuus. Helsinki: Duodecim. 7-16.

Alkoholiongelmaisen käypä hoito suositus 2015. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Päihdelääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. Verkkodokumentti: <<http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suositukset/suositus?id=hoi50028#NaN>>. Luettu 1.3.2017.

Alkula, Tapani – Pöntinen, Seppo – Ylöstalo, Pekka 1995. Sosiaalitutkimuksen kvantitatiiviset menetelmät. Helsinki: WSOY.

Erätuuli, Matti – Leino, Jarkko – Yli-luoma, Pertti 1994. Kvantitatiiviset analyysimenetelmät ihmistieteissä. Helsinki: Kirjayhtymä.

Eskola, Jari – Suoranta, Juha 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino

ETENE 2017. ETENEn lausunto hallituksen esityksestä alkoholilain ja eräiksi siihen liittyviksi laeiksi. Lausunto 23.1.2017. Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE. Sosiaali- ja terveysministeriö. Verkkodokumentti: <http://etene.fi/documents/1429646/4360417/lausunto_alkoholilaki_15.12.2016.pdf/7109b852-d3b9-493e-bd9e-9e66b1bbd490>. Luettu 7.4.2017.

Findikaattori 2017. Pitkäaikaistyöttömät. Verkkodokumentti: <http://www.findikaattori.fi/fi/37#_ga=1.196211308.1175230781.1486033533>. Luettu 2.2.2017.

Hallituksen esitys 166/2006.

Heikkilä, Tarja 2014. Kvantitatiivinen tutkimus. PDF-esitys. Perustuu pääosin kirjaan: Heikkilä, Tarja 2014. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita. Verkkodokumentti: <

<http://www.tilastollinentutkimus.fi/1.TUTKIMUSTUKI/KvantitatiivinenTutkimus.pdf>>. Luettu 7.2.2017.

Heikkilä, Tarja 2014. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita.

Helsingin kaupungin palvelut n.d. Työllistymisen tuen vammaisten henkilöiden työtoiminta. Verkkodokumentti: <<http://www.hel.fi/www/Helsinki//fi/kaupunki-ja-hallinto/hallinto/palvelut/palvelukuvaus%26current=true%26id=2917>>. Luettu 9.4.2017.

Kananen, Jorma 2011. Kvantti. Kvantitatiivisen opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 118. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Karjalainen, Vappu – Karjalainen, Jarno 2011. Kuntouttava työtoiminta kunnissa. Arvioita toiminnan järjestämistavasta ja kehityssuunnasta. Raportti 46/2011. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Verkkodokumentti: < <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80041/c7db7901-6ac7-422b-b09f-b62c88a3737a.pdf?sequence=1>>. Luettu 2.2.2017.

Karlsson, Thomas – Kotovirta, Elina – Tigerstedt, Christoffer – Warpenius, Katariina (toim.) 2013. Alkoholi suomessa. Kulutus, haitat ja politiikkatoimet. Raportti 13/2013. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

Kauppinen, Timo M – Saikku, Peppi – Kokko, Riitta-Liisa 2010. Työttömyys ja huono-osaisuuden kasautuminen. Teoksessa Vaarama, Marja – Moisio, Pasi – Karvonen, Sakari (toim.): Suomalaisen hyvinvointi. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

Kaurinen, Marja-Leena 2016. Ohjaajien toiminta elintapamuutosten tukemisessa tyypin 2 diabeteksen ehkäisyryhmäohjauksessa. Väitöskirja. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Verkkodokumentti: <<https://jyx.jyu.fi/dspace/handle/123456789/49111>>. Luettu 3.3.2017.

Koski – Jännes, Anja 2008. Motivoivan haastattelun periaatteet ja menetelmät. Teoksessa Koski – Jännes, Anja – Riittinen, Liisa – Saarnio, Pekka (toim.): Kohti muutosta. Motivointimenetelmiä päihde- ja käyttäytymisongelmiin. Helsinki: Tammi. 41-64.

Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja 2015. Helsinki: THL. Verkkodokumentti: <<https://www.thl.fi/fi/web/kuntouttavan-tyotoiminnan-kasikirja>>. Luettu 6.2.2017.

Kuntoutusohjaus 2015. Verkkodokumentti: < <http://www.hel.fi/www/Helsinki/fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/sosiaalinen-tuki-ja-toimeentulo/tyollistymisen-tuki/kuntoutusohjaus/>>. Luettu 1.2.2017.

KvantiMOTV 2007. Mittaaminen: Muuttujien ominaisuudet. Yhteiskuntatieteellinen tietarkisto. Menetelmäopetuksen tietovaranto. Verkkodokumentti: < <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/mittaaminen/ominaisuudet.html>>. Luettu 7.2.2017.

Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001.

Luhtasela, Leena 2016. Nuorten palvelujen ja aikuissosiaalityön uusi organisaatio 2017. PDF-esitys.

Miller, William 1999. Motivaation ja muutoksen käsitteellistäminen. Suomentanut Anja Koski – Jännes. Teoksessa Koski – Jännes, Anja – Riittinen, Liisa – Saarnio, Pekka 2008 (toim.): Kohti muutosta. Motivointimenetelmiä päihde- ja käyttäytymisongelmiin. Helsinki: Tammi. 16- 40.

Muistio 02/2013. Työkun vertaistukiryhmän suunnittelukokous. Helsingin kaupunki. Ohjauspalvelut.

Prochaska, James – Norcross, James 2001. Stages of change. *Psychotherapy* 38 (4) 443—448.

Prochaska, James – Diclemente, Carlo – Norcross, John 1992. In search of how people change. Applications to addictive behaviors. *American Psychologist* 47 (9) 1102—1114. Verkkodokumentti: <http://img2.timg.co.il/forums/1_169896458.pdf>. Luettu 28.2.2017.

Prochaska, James – Norcross, John 2007. *Systems of Psychotherapy. A transtheoretical analysis*. 6. painos. International student edition.

Prättälä, Ritva – Paalanen, Laura (toim.) 2007. Elintavat ja niiden väestöryhmäerot Suomessa. Terveys 2000-tutkimus. Kansanterveyslaitoksen julkaisu B 2 /2007. Helsinki: Kansanterveyslaitos. Verkkojulkaisu: < <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/78069/2007b02.pdf?sequence=1>>. Luettu 2.2.2017.

Saikku, Peppi – Kestilä, Laura – Karvonen, Sakari 2014. Työttömien ja työllisten koettu hyvinvointi toimintavalmiuksien viitekehyksessä. Teoksessa Vaarama, Marja – Karvonen, Sakari – Kestilä, Laura – Moisio, Pasi – Muuri, Anu (toim.): Suomalaisten hyvinvointi. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

Seppä, Kaija – Aalto, Mauri – Alho, Hannu – Kiianmaa, Kalervo 2012. Huumeiden ja lääkkeiden käyttö sosiaalisena ja kansanterveydellisenä ongelmana. Teoksessa Seppä, Kaija – Aalto, Mauri – Alho, Hannu – Kiianmaa, Kalervo 2012 (toim.): Huume- ja lääkeriippuvuudet. Helsinki: Duodecim. 7—13.

Sosiaalihuoltolaki 710/1982.

Tilastokeskus 2009. Suomen virallinen tilasto (SVT): Työvoimatutkimus 2009. Aikasarjatiedot 2000-2009. Työvoimatutkimuksen keskeiset käsitteet ja määritelmät. Helsinki: Tilastokeskus. Verkkodokumentti: <http://www.stat.fi/til/tyti/2009/17/tyti_2009_17_2010-12-03_kat_006_fi.html>. Luettu 2.2.2017.

Tuomola, Pekka 2012. Huumeiden ja lääkkeiden ongelmakäyttäjän kohtaaminen. Teoksessa Seppä, Kaija – Aalto, Mauri – Alho, Hannu – Kiianmaa, Kalervo 2012 (toim.): Huume- ja lääkeriippuvuudet. Helsinki: Duodecim. 45—50.

Työ- ja elinkeinoministeriö 2017. Työnvälitystilasto. Pitkäaikaistyöttömät. Valtioneuvoston kanslia ja tilastokeskus. Verkkodokumentti: <<http://findikaattori.fi/fi/37>>. Luettu 2.2.2017.

Työllisyyskatsaus joulukuu 2016. Työ- ja elinkeinoministeriö. Verkkodokumentti: <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/79193/TKAT_Joulu_2016.pdf>. Luettu 2.2.2017.

Työllisyyspalvelut 2017. Työllisyyspalvelut ja sen alisivut. Verkkodokumentti: <<http://www.hel.fi/www/helsinki/fi/kaupunki-ja-hallinto/yritykset/tyollisyys/palvelut>>. Luettu 24.3.2017.

Uusimäki, Ari 2017. Wertsun ohjaaja ja yksi perustajista. Suullinen tiedonanto 20.3.2017.

Wertsu-esite n.d. Vertaistukea ja päihdeinfoa. Helsingin kaupunki. Sosiaali- ja terveysvirasto. Työllistymisentuki.

Virtanen, Petri – Suoheimo, Maria – Lammenmäki, Sara – Ahonen, Päivi – Suokas, Markku 2011. Matkaopas asiakaslähtöisten sosiaali- ja terveyspalveluiden kehittämiseen. Tekesin katsaus 281/2011. Verkkodokumentti: <<https://www.tekes.fi/globalassets/julkaisut/matkaopas.pdf>>. Luettu 3.2.2017.

Liite 1. Tiedote haastatteluun osallistuville

Kerro kokemuksesi Wertsu-ryhmätoiminnasta

Teen tutkimushaastatteluja Wertsu-ryhmätoiminnasta helmi-maaliskuun vaihteessa. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää Wertsu-ryhmätoimintaan osallistuneiden kokemuksia ryhmän vaikutuksesta omaan päihteidenkäyttöön. Haastattelusta saadun palautteen avulla kuntoutusohjaus voi kehittää Wertsu-toimintaa.

Haastateltavaksi valitaan viisi Wertsu-ryhmään osallistunutta kuntoutujaa.

Haastattelut kestävät noin yhden tunnin. Haastattelut äänitetään ja kirjoitetaan tekstiksi tutkimista varten. Tekstiin ei tule haastateltavien henkilötietoja, vaan eri ihmiset erotetaan toisistaan ainoastaan tunnistein "nainen 1", "mies 2" jne. Valmiiseen opinnäytteeseen tulee muiden luettavaksi lyhyitä yleisluontoisia lainauksia vastauksista. Lainauksista ei voi tunnistaa henkilöä. Tutkimuksen valmistuttua haastattelumateriaali, eli äänite ja tekstit tuhoetaan.

Tutkimus on osa opinnäytetyötäni Metropolia ammattikorkeakoulun sosiaalialan koulutusohjelmassa. Opinnäytetyö julkaistaan muutamana paperikopiona oppilaitoksessa, tutkimuksen tekijälle ja kuntoutusohjauksessa sekä sähköisesti internettissä Theseus-julkaisuarkistossa, jossa sen voi lukea kuka tahansa.

Osallistuminen haastatteluun on vapaaehtoista. Sinulla on oikeus keskeyttää tai perua haastattelu missä vaiheessa tahansa. Tähän riittää, että sanot, ettet halua jatkaa. Kieltäytyminen tai keskeyttäminen ei vaikuta asiakkuuteesi kuntouttavassa työtoiminnassa tai missään muuallakaan. Kieltäytyminen tai keskeyttäminen koskee ainoastaan tähän haastatteluun ja opinnäytetyöhön osallistumista.

Markku Alus
Sosionomiopiskelija, Metropolia Ammattikorkeakoulu
markku.alus@gmail.com

Liite 2. Teemahaastattelun runko

Taustatiedot

Teema 1. Muutosvaihe

1. Miten hakeuduit Wertsuun?
2. Mikä oli tavoitteesi ryhmästä?

Teema 2. Kognitiiviset prosessit (Tietoisuuden lisääntyminen, itsensä uudelleen arviointi, tunteiden esiin nousu)

3. Mitä mieltä olit asiantuntijavieraista?
4. Saitko tietoa oikeista asioista? Miltä tieto tuntui oman elämäntilanteen kannalta?
5. Millaisia kokemuksia päihdehoitopalveluista sinulla oli ennen Wertsua?
6. Mitä mieltä olit vierailuista hoitopaikkoihin kuten esim. A-klinikoille? Oletko hyötynyt näistä vierailuista Wertsun jälkeen?
10. Herättikö Wertsu miettimään omaa päihteidenkäyttöä uudessa valossa?
11. Huomasitko muutosta omassa päihteiden käytössä tai asenteissa päihteidenkäyttöä kohtaan ryhmän käymisen aikana tai sen jälkeen?

Teema 3. Toiminnalliset prosessit (Sitoutuminen, vaihtoehtoinen käyttäytyminen, ärsykekontrolli ja auttavat ihmissuhteet)

7. Mitä mieltä olit tutustumiskäynneistä päihteettömiin ajanviettopaikkoihin?
8. Miten olet hyödyntänyt näitä palveluja Wertsun jälkeen?
9. Mitä mieltä olit ryhmän vertaistuellisesta puolesta?

Teema 4. Wertsun kehittäminen

12. Mitä ajattelet ohjaajien ammattitaidosta?
13. Mikä Wertsussa oli hyvää, mikä huonoa? Mitä kehittäisit Wertsussa?
14. Minkälaisessa tilanteessa olevalle suosittelisit Wertsu-ryhmää?

Liite 3. Asiakaspalautekysely

WERTSU ryhmä

/ /

Muistele mitä odotuksia sinulla oli tullessasi ryhmään?

	ei	osittain	kyllä
Vastasiiko Wersu-ryhmä odotuksiasi?			
Sain uutta tietoa pähteistä/haitoista			
Sain uutta tietoa hoitopaikoista			

Luennoitsijoiden aiheet olivat kiinnostavia. Mitkä aiheet sinua kiinnostivat?

Mikä tutustumiskäynti olivat kiinnostavia?			
Ohjaajat osasivat asiansa			
Ryhmän kesto 4,5h oli sopiva			

Löysitkö apua omaan päiheadkäytön hallintaan ja / tai löysitkö oman tukipalvelun?

Voit palauttaa lomakkeen allekirjoitettuna tai nimettömänä.
