

Opinnäytetyö (AMK)

Sosiaalialan ko.

Sosiaalipalvelutyö

2015

Julia Mäki

”SOPPAA JA SYMPATIAA”

– Päihdeongelmaisten asiakkaiden kokemuksia osallisuudesta ja vertaistuesta ryhmätoiminnassa



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma | Sosiaalipalvelutyö

2015 | 46 + 2

Tiina Laakso

Julia Mäki

”SOPPAA JA SYMPATIAA” PÄIHDEONGELMAISTEN ASIAKKAIDEN KOKEMUKSIA OSALLISUUDESTA JA VERTAISTUESTA RYHMÄTOIMINNASSA

Tässä opinnäytetyössä aiheena oli tutkia mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden kokemuksia osallisuudesta ja vertaistuesta ryhmätoiminnassa. Tavoitteena oli saada asiakkailta tietoa ryhmätoiminnan vaikutuksista heidän kokemustensa pohjalta, jotta toimintaa voitaisiin tulevaisuudessa kehittää palvelemaan paremmin heidän tarpeitaan. Tutkimuksessani haettiin vastauksia kysymyksiin ”miten ryhmätoiminta tukee osallisuutta”, ja ” mikä on vertaistuen merkitys ryhmätoiminnassa”. Tutkimus oli luonteeltaan laadullinen ja tutkimusaineisto kerättiin puolistrukturoiduin teemahaastatteluin. Haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluina ja haastatteluiden analyysissa käytettiin sisällönanalyysia.

Ryhmätoiminta eli ruokaryhmä on tarkoitettu kaikille Mielenterveys – ja päihdeyksikkö Vintin asiakkaille Kaarinassa. Vintti on osa Kaarinan päihdepalveluita ja se kuuluu kunnan peruspalveluihin. Ryhmätoiminta on aloitettu 2015 ja sitä ohjaavat Vintin sosiaalityöntekijä sekä asumisohjaaja/asumisneuvoja. Toiminta on muodoltaan avointa matalan kynnyksen toimintaa, jota on kerran viikossa. Tarkoituksena on tuoda asiakkaiden arkeen päihtetöntä tekemistä sekä sisältöä ja rytmiä päivään, ruuan laitton ja yhdessä olon kautta. Ruokaryhmä on erityisesti suunnattu niille asiakkaille, jotka ovat pitkällä sairauslomalla ja niille, jotka eivät kykene pitkäaikaisesti sitoutumaan, esimerkiksi kuntouttavaan työtoimintaan.

Tutkimuksen tulosten mukaan ryhmätoiminta koettiin hyödylliseksi ja tärkeäksi toiminnaksi. Haastateltavat kävivät ryhmätoiminnassa, koska he saivat lämpimän ruuan, sosiaalista seuraa ja tekemistä päivään sekä esimerkiksi etuusasioita pystyi hoitamaan työntekijöiden kanssa. Vertaistuki ja vertaisuus ilmenivät keskusteluina ja samanlaisen menneisyyden jakamisena ja ymmärtämisenä ryhmäläisten kanssa. Oikeanlainen asiakaskunta oli tutkimuksen mukaan tavoitettu ja toiminta oli ollut asiakkaiden mielestä toimivaa ja merkityksellistä. Haastateltavat toivoivat ryhmätoiminnan jatkuvan tulevaisuudessa.

ASIASANAT:

ryhmätoiminta, osallisuus, syrjäytyminen, vertaisuus, päihdeongelma, asiakaslähtöisyys

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Degree programme of social services | Social service work

2015 | 46 + 2

Tiina Laakso

Julia Mäki

“SOUP AND SYMPATHY” SUBSTANCE ABUSER CUSTOMERS' EXPERIENCES OF INCLUSION AND PEER SUPPORT IN GROUP ACTIVITY

In this thesis the subject was to research inclusion and peer support experiences in group activity with clients who has mental health problems and substance abuse problems. The aim of research was to produce information about the influence of the group activity in visitor's everyday life so the group activity can be developed to serve clients and their needs better in the future. In this research searched answers to following questions: “how does the group activity support inclusion” and “what is the meaning of the peer support in the group activity”. The research was qualitative and the research data was collected by semi-structured individual interviews. For individual interviews data analysis mode was content analysis.

The group activity is called cooking group and it's meant for all the clients in Mielenterveys –ja päihdeyksikkö Vintti. Vintti is a part of intoxicant services and it belongs to health services in Kaarina. The group activity has started in the beginning of the 2015 and it's led by the social worker and residential counselor of Vintti. The activity is receptive and low-threshold function and it's held once a week. The function of the group is to bring sober activities and give content and structure to visitor's day by cooking and spending time together. This cooking group is primarily meant for those clients who are retired or for those who are on a long sick leave or for those who aren't able to commit to a rehabilitation job.

Results of the research indicate that the group activity was useful and meaningful for the clients. The reasons why clients visited the group was warm meal, social contacts, to have content to their day and they also had the chance to run errands with the workers. The peer support appeared as conversations and it meant that other group members understood and shared the same kind of life and problems. Results of the research shows that the group aim and clients were reached and the clients thought that the group activity has been successful and meaningful for them. They hoped that cooking group will continue functioning in the future.

KEYWORDS:

group activity, inclusion, exclusion, peer support, psychoactive substance abuse

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 VINTIN RYHMÄTOIMINTA	8
2.1 Ruokaryhmä – ryhmätoimintaa Vintin asiakkaille	8
2.2 Ryhmän määrittelyä	9
2.2.1 Käsitteiden määrittelyä – vertaistukiryhmät ja vertaistoiminta	10
2.2.2 Vertaistoiminta	11
2.3 Ryhmätoiminta sosiaalityön menetelmänä	12
3 OSALLISUUS	14
3.1 Osallisuuden ja osallistumisen määrittelyä	14
3.2 Osallisuuden mahdollisuudet ja toteutuminen palvelujärjestelmässä	15
3.3 Osallisuuden haasteet päihteidenkäyttäjillä	15
3.4 Asiakaslähtöisyys ja voimaantuminen	17
4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	19
4.1 Tutkimuksen lähtökohdat	19
4.2 Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimustehtävät	19
4.3 Aineiston hankinta, kuvaus ja käytetyt menetöt	20
4.4 Aineiston analysointi	23
5 TUTKIMUKSEN TULOKSET	28
5.1 Osallisuus ja ryhmätoiminta	28
5.2 Vertaistuki	33
5.3 Päihteet ja ryhmätoiminta	35
6 JOHTOPÄÄTÖKSET	39
6.1 Osallisuuden toteutuminen ja mahdollisuudet ryhmätoiminnassa	39
6.2 Vertaisuuden merkitys ryhmässä	41
7 POHDINTA	43
7.1 Toiminnallinen sosiaalityö tulevaisuuden työmuotona	43
7.1 Ryhmätoiminnan haasteet	44
7.2 Tutkimuksen luotettavuuden arviointia	45

LÄHTEET

47

LIITTEET

Liite 1. Haastattelulupa.
Liite 2. Haastattelurunko

TAULUKOT

Taulukko 1. Tulosten kategorisointia

22

1 JOHDANTO

Päihderiippuvuus määritellään pakonomaiseksi tarpeeksi ja himoksi käyttää päihdyttävää ainetta, kuten alkoholia tai huumeita. Päihteiden ongelmakäyttäjällä, päihderiippuvaisella on vaikeuksia hallita päihdyttävän aineen aloitusta, määrää ja lopetusta. Käyttö ja riippuvuus aiheuttavat ongelmia ja haittoja yksilölle ja se saattaa myös syrjäyttää ihmisen ja vaikeuttaa toimimista yhteisössä ja yhteiskunnassa. Esimerkiksi sosiaaliset suhteet, työ, harrastukset sekä itsestään huolehtiminen saattavat vaarantua tai heikentyä päihderiippuvuuden myötä. Päihderiippuvuuteen kuuluvat myös vieroitusoireet käytön lopettamisen jälkeen ja aineen sietokyvyn kasvu. (THL 2014.) Päihdeongelmallisella asiakkaalla tarkoitan tässä opinnäytetyössä sellaista päihteiden käyttäjää, jolla on säännöllistä päihteiden käyttöä, pääasiassa huumeiden käyttöä tai sekakäyttöä. Tämän kaltaisen asiakas on kuitenkin palvelujen piirissä ja saa tukea ja apua ongelmaansa. Huumeita aktiivisesti käyttävä henkilö on elämäntyyliinsä, ongelmiensa ja vaihtelevien elämäntilanteidensa takia kuitenkin enemmän marginaalissa kuin aktiivisena toimijana ja osallisena yhteiskunnassa.

Tein opinnäytetyöni Kaarinan Mielenterveys- ja päihdeyksikkö Vinttiin. Vintti kuuluu Kaarinan terveystalouden peruspalveluihin, johon on keskitetty osa Kaarinan mielenterveys- ja päihdepalveluista. Vintin toimipaikka on Kaarinan pääterveysasemalla. Mielenterveys – ja päihdeyksikkö Vintti koostuu moniammatillisesta työyhteisöstä. Apua, tukea ja hoitoa voi saada esimerkiksi sosiaalityöntekijältä, asumisohjaajalta, päihdeterapeutilta ja lääkäriltä. Vintti tarjoaa moniammatillista apua yhden oven takaa, kuten monipuolisia vastaanottopalveluita, kotona tapahtuvaa tukea sekä toimintakeskuspalveluita mielenterveys- ja päihdeongelmallisille. (Kaarina 2015a.)

Muita mielenterveys – ja päihdepalveluita on Kaarinassa kaikille ikäryhmille lapsista ikäihmisiin. Aikuisille tarkoitettuja päihdepalveluita ovat Vintin lisäksi Kaarinan terveystalouden vuodeosastolla tapahtuva alkoholikatkaisuhuolto, aikuispsykiatrian poliklinikka, perheneuvola ja aikuissosiaalityö. Kaarinassa toimii myös erilaisia vertaistukiryhmiä mielenterveys – ja päihdeongelmallisille, kuten

AA ja NA -ryhmiä. Myös erilaiset toimintakeskukset tarjoavat kuntouttavaa työtoimintaa ja päivätoimintaa mielenterveys – ja päihdeasiakkaille. (Kaarina 2015b.)

Vintin sosiaalityöntekijä sekä asumisohjaaja ovat aloittaneet vuoden 2015 alussa ryhmätoiminnan, joka on tarkoitettu kaikille Vintin asiakkaille. Ennen ryhmätoimintaa on tarjottu vain tietynlaisille asiakasryhmille Vintissä, kuten korvaushoidon potilaille. Tähän uuteen ryhmätoiminnan muotoon ovat tervetulleita siis kaikki Vintin asiakkaat. Mutta erityisesti se on suunnattu niille asiakkaille, jotka ovat eläkkeellä, pitkällä sairaslomalla ja niille, jotka eivät kykene pitkäaikaisesti sitoutumaan, esimerkiksi kuntouttavaan työtoimintaan. Asiakkaat käyvät vapaaehtoisesti ja vaihtelevasti kerran viikossa järjestettävässä ryhmätoiminnassa, jossa tehdään ruokaa, opitaan siihen liittyviä taitoja sekä vietetään aikaa yhdessä. Ryhmätoiminnan tarkoituksena on tuoda asiakkaiden arkeen päihteetöntä tekemistä sekä sisältöä ja rytmiä päivään.

Opinnäytetyöni aiheena oli tutkia mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden kokemuksia osallisuudesta ja vertaistuesta ryhmätoiminnassa. Opinnäytetyöni tavoitteena oli saada asiakailta tietoa ryhmätoiminnan vaikutuksista heidän kokemustensa pohjalta, jotta toimintaa voitaisiin tulevaisuudessa kehittää palvelemaan paremmin asiakkaita ja heidän tarpeitaan. Tutkimukseni oli luonteeltaan laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus.

2 VINTIN RYHMÄTOIMINTA

2.1 Ruokaryhmä – ryhmätoimintaa Vintin asiakkaille

Ryhmätoiminta on tarkoitettu kaikille Vintin asiakkaille ja se on avoin ja pieni ryhmä. Yleensä ryhmään osallistuu kerrallaan 1-5 asiakasta. Olit sitten sosiaali-toimen asiakas, korvaushoidon potilas tai tukiasuntoasiakas, olet tervetullut. Ryhmätoiminnassa käyvät asiakkaat ovat osaksi vakiintuneet, mutta uudet sekä vanhat asiakkaat ovat aina tervetulleita, pääosin ryhmässä käyvät päihdeongelmaiset eli huumeongelmaiset asiakkaat. Ryhmätoimintaa on aina kerran viikossa, keskiviikko iltapäivisin ja siihen on varattu noin kaksi tuntia aikaa. Ryhmätoimintaa toteutetaan toimintakeskus Talolla. Talo ja Vintti tekevät yhteistyötä ja Vintin asiakkaita käy esimerkiksi Talolla kuntouttavassa työtoiminnassa. Talo siis tarjoaa päivätoimintaa sekä erilaisia työtoimintoja, kuten kuntouttavaa työtoimintaa, työelämävalmennusta sekä työkokeiluja, joihin ohjaututaan aikuissosiaalityön tai työ – ja elinkeinotoimiston kautta (Kaarina 2015 c). Talo on omakotitalo Kaarinassa ja se on kodinomaisen paikka, jossa on muun muassa keittiö ja oleskelutilat. Siellä asiakkaat voivat syödä, lukea päivän lehden sekä heillä on mahdollisuus käyttää tietokonetta. Talolla pidetään myös, esimerkiksi AA – kerhoa.

Toiminta, jota Vintin sosiaalityöntekijä ja asmuishjaaja/asumisneuvoja pitävät on nimeltään ruokaryhmä. Muodoltaan se on vapaata ja rentoa ruuan laittamista yhdessä asiakkaiden kanssa, heidän toiveidensa mukaan. Ideana on tehdä edullista, terveellistä ja monipuolista kotiruokaa sesongin mukaisista elintarvikkeista. Kaikki ryhmän jäsenet osallistuvat ruuanlaittoon ja syöminen tapahtuu yhdessä pöydän ääressä rennosti jutellen. Ruokaa tehdään aina enemmän kuin on syöjiä, koska tarkoituksena on antaa ylijääneet ruuat asiakkaille kotiin vietäviksi.

Toiminnan tarkoituksena oppia uusia taitoja liittyen ruuanlaittoon ja oppia myös miten toimitaan ryhmässä sekä kohdata ihmisiä selvin päin arkisessa ja tavallisessa ympäristössä. Jokaiselle osallistujalle jaetaan tasapuolisesti työtehtävät

oman mielenkiinnon ja tason mukaan. Ryhmätoimintaan osallistuneet asiakkaat osaavat melkein kaikki tehdä ruokaa ja tietävät miten erilaisia ruokia valmistetaan, oleellista kuitenkin on osallistaa asiakasta arkiseen ja päihteettömään toimintaan ja tuoda sisältöä ja toimintaan päivään ja viikkoon. Toiminta on suunnattu erityisesti niille, jotka eivät aktiivisesti käy missään, esimerkiksi eläkkeellä olevat tai sellaiset asiakkaat, jotka eivät kykene pitkäjänteisesti sitoutumaan kuntouttavaan työtoimintaan ja sellaisille asiakkaille, joille ei ole tarjota kuntouttavan työtoiminnan paikkaa.

Koska tilanne ja ympäristö on erilainen ja ilmapiiri on rennompia, kuin virallisessa tapaamisessa tavallisesti työntekijöiden kanssa, ovat asiakkaat ja ohjaajat yleensä rennompia. Keskustelun aiheet vaihtelevat paljon syvällisistä ja henkilökohtaisista aiheista arkipäiväisiin asioihin. Ohjaajien tehtävä on ohjata, avustaa, seurata ja valvoa asiakkaiden ruuan laittoon eli pitää kokonaisuus hallinnassa. Ohjaaminen voi olla välillä haasteellista, kun on monta ihmistä pienessä keittiössä ja kaikki tekevät eri asioita. Myös asiakkaiden keskittymiskyky ja annettujen ohjeiden seuraaminen on joskus vaikeaa. Joitain asiakkaita pitää ohjata kädestä pitäen alusta loppuun ja jotkut taas pärjäävät ilman minkäänlaista apua. Palautteen antaminen ja kehuminen hyvin tehdystä työstä on tärkeää. Kannustaminen ja ohjeistaminen tapahtuvat neuvomalla asiakasta oikeaan suuntaan, ei itse tekemällä kaikkea alusta loppuun. Olennaista ei ole, onko ruoka tehty juuri reseptin mukaan, vaan tärkeää on, että asiakas voi oppia uutta, kehittyä ja saada onnistumisen kokemuksia.

2.2 Ryhmän määrittelyä

Ryhmän yleisimpiä tunnusmerkkejä ovat ryhmän koko, tarkoitus, säännöt, vuorovaikutus, työnjako ja roolit (Niemistö 2000, 16). Ryhmällä on jokin perustarkoitus, joka ohjaa ryhmän toimintaa ja kertoo miksi ryhmä on olemassa. Ryhmässä voidaan kuvata kaksi tavoitetta asia- ja tunnetavoite. Toiminnan tarkoitus määrittää asiatavoitteen, joka riippuu ryhmän luonteesta. Tunnetavoite sisältää sosiaalisen ja psykologisen perusteen. Sosiaalinen peruste kattaa koko ryhmän

yhteisen halun edetä kohti haluttua päämäärää tavoitteiden kautta ja psykologinen peruste on yksilön henkilökohtainen päämäärä, joka sisältää yksilön halun toteuttaa omia tarpeitaan. (Niemistö 2000, 34–36.)

Ryhmän kehittyminen ja sen eri vaiheet nojautuvat yleisesti tunnettuun ja käytettyyn Tuckmanin teoriaan. Tämä teorian mukaan ryhmän elinkaareissa on viisi eri vaihetta ryhmän synnystä ja muotoutumisesta sen kehittymiseen ja sopeutuneeseen toimimiseen ja ryhmän yhtenäisen toiminnan kautta ryhmän lopettamiseen. Ensimmäinen vaihe on ryhmän muodostusvaihe (*forming*), jossa ryhmäläiset ovat usein arkoja ja hakevat omaa paikkaansa ja tutustuvat muihin. Kuohtuvaiheessa (*storming*), yksilöt uskaltavat olla enemmän omia itsejään ja tuoda julki omia mielipiteitään ja tässä vaiheessa saattaa ilmetä konfliktitilanteita ryhmässä, myös sääntöihin ja normeihin sopeudutaan. Sopimisvaiheessa (*norming*) ryhmä on löytänyt paikkansa ja yksilöt alkavat hyväksyä toisensa ja yhteenkuuluvuuden tunne vahvistuu, erilaisuutta siedetään tai hyväksytään. Neljännessä vaiheessa hyvin toimivan ryhmän (*performing*) – vaiheessa ryhmä on tuottava, tehokas ja toimiva kokonaisuus. Viimeinen vaihe on ryhmän lopettaminen (*adjourning*), joka on tärkeä vaihe. Ryhmän loppuminen voi aiheuttaa tunteita helpotuksesta alakuloisiin tunteisiin. (Kopakkala 2011, 48–51.)

Ruokaryhmässä nämä ryhmän vaiheet alkavat melkein aina alusta. Koska ryhmä on avoin ja ryhmän sisällä on suuri muuttuvuus, joka kerralla voi olla eri osallistujat. Yleensä tämän kaltaisen ryhmän elinajanennuste on hyvin lyhyt. Toisaalta ryhmä on säännöllisesti aina samassa paikassa ja samaan aikaan, joka edesauttaa kävijöitä sitoutumaan sekä tulemaan helpommin ryhmään. (Niemistö 2000, 60–61.)

2.2.1 Käsitteiden määrittelyä – vertaistukiryhmät ja vertaistoiminta

Vertaistukiryhmät ovat klassinen ja toimiva esimerkki päihdeongelmallisille ihmisille. Tästä on paljon tutkimustietoa ja erilaisia tukiryhmiä on paljon päihderiippuvaisille. Vertaistuki voidaan määritellä samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten haluksi jakaa kokemuksia ja näkemyksiä. Vertaistuki on vasta-

vuoroista dialogia, jossa ihmiset jotka ovat käyneet samankaltaisen prosessin läpi vaihtavat kokemuksiaan. (Mielenterveyden keskusliitto 2015; Fisher 2004, 259.) Vertaistukiryhmien tai vertaisryhmien pääasiallisena tavoitteena on ollut Hyvärin ja Rissasen (2014, 292) mukaan luoda luottamukselliset, solidaariset ja tukea antavat suhteet kuntoutujien välille. Omat kokemukset ja elämä yleensä puetaan sanalliseen muotoon tarinaksi tai kertomukseksi. Omia ja muiden vertaisten kuntoutumisen vaiheita ja prosesseja voidaan yhdessä peilata ja pohtia. Vertaistukiryhmässä saatetaan hakea vastauksia siihen, kuka on, mistä tulee ja mikä vertaisia yhdistää tai mikä tekee heidät erilaiseksi kuin muut.

Tässä opinnäytetyössä vertaistuki avun ja tuen muotona on melko löyhä. Ryhmätoiminnassa käyvät asiakkaat ovat heterogeeninen ryhmä, joilla on eri asiakkasuhde Vinttiin sekä melko erilaiset elämäntilanteet. Yhteistä heillä kuitenkin on päihdeongelma ja se, että he ovat Vintin asiakkaita. Ryhmätoiminnan ensisijainen tarkoitus ei ole siis samojen kokemusten ja elämäntilanteiden jakaminen ja työstäminen, vaan päihteettömän tekemisen mahdollistaminen, arjen rytmittäminen, sosiaalinen kanssakäyminen ja tavallisten asioiden tekeminen turvallissa ja mukavassa ilmapiirissä vertaisten kanssa. Toiminta on muodoltaan siis vertaistoimintaa.

2.2.2 Vertaistoiminta

Yhden määritelmän mukaan vertaistoiminta perustuu samanlaisten kaltaisten kokemusten ja elämäntilanteiden käyneiden ihmisten välillä tasa-arvoon ja toisten ihmisten kunnioittamiseen. Vertaistoiminta on vapaaehtoista ja siihen liittyvät motiivit ovat usein auttamisen halu sekä seuran ja tekemisen puute. Vertaistoiminnan motiivit liittyvät myös siihen, minkälainen ryhmä on ja mikä tarkoitus sillä on. Onko ryhmä, esimerkiksi tiettyyn ongelmaan paneutuva tukiryhmä, muodoltaan toiminnallista ja aktiivista tekemistä vai mukavaa yhdessä oloa. Myös ryhmään vaikuttavat sisäiset tekijät, kuten onko ryhmässä ulkopuolista ohjaajaa, ovatko ryhmäläiset keskenään vai onko ryhmän sisällä valittu yksi henkilö ryhmän vetäjäksi. Tällaisessa ohjatussa ja aktiivisessa yhdessä olemi-

sen ryhmässä, ryhmäläisten eristäytyminen voi lieventyä uusien sosiaalisten suhteiden kautta. Ryhmän rakenne ja tavoite voi myös olla löyhä, jos tarkoituksena on tehdä yhdessä asioita ongelman ratkaisemisen sijaan. Vertaistoiminta voi tarjota mahdollisuuden lisätä sosiaalisia suhteita ja kontakteja sekä tarjota tilaisuuden kuulua joukkoon samankaltaisten ihmisten kanssa. Syy miksi vertaistoimintaan osallistutaan, on se, että he tulevat yleensä paremmin kuulluiksi ja ymmärretyiksi sekä hyväksytyiksi kaltaistensa joukossa. Yleensä syy osallistua tulee sisäisiä tarpeista. Mutta osallistujan tulee saada ryhmästä myös muuta hyötyä, kuten etuja tai palveluita. (Laimio & Karnell 2010, 12, 16, 18.)

2.3 Ryhmätoiminta sosiaalityön menetelmänä

Toiminnallinen ryhmä sosiaalityön menetelmänä tukee perinteistä sosiaalityötä ja se edesauttaa asiakkaan voimaantumista ja tukee yksilön toimintakykyä. Ryhmän ohjaaminen ja toiminnallinen tekeminen sosiaalityön menetelmänä on siis osallistavaa toimintaa ja ryhmätoiminta on joustava ja monipuolinen auttamisväline. Erityisesti syrjäytymisvaarassa oleville ihmisille ryhmätoiminta matalan kynnyksen toimintana edesauttaa osallisuutta, arkisen tekemisen kautta. Asiakkaan tulee lähdettyä pois kotoa ja osallistuttua jonkinlaiseen toimintaan. Passiivisuus ja vaikeus puhua omista asioistaan voi helpottua ryhmätoiminnan kautta, kun paikalla on vertaisia ja ilmapiiri on salliva ja luottamusta herättävä. Toiminnan kautta saa välitöntä palautetta, uusia kokemuksia ja kontakteja. Se voi tuottaa monelle onnistumisen kokemuksia, kohottaa itsetuntoa ja se voi edesauttaa hyväksytyksi tulemisen tunnetta. Olennaista ryhmässä on vapaaehtoisuus, yhteisöllisyyden kehittyminen ja mahdollisuus sekä velvollisuus vaikuttaa toiminnan sisältöön. Tärkeää on myös se, että asiakas pystyy tyydyttämään omat yksilölliset tarpeensa ryhmän tarjoamien mahdollisuuksien puitteissa. Oli se sitten ystävien tapaamista, yksinäisyyden ehkäisemistä tai tekemistä ja sisältöä arkipäivään. (Rusi-Pyykkönen 2006, 22; Tanskanen 2015, 106–109.)

Tekeminen vahvistavat myös ohjaajan ja asiakkaan välistä vuorovaikutusta, koska toiminnan kautta asiakkaan voi olla helpompi jutella asioistaan. Ryhmä-

toiminta vaatii myös ohjaajalta uudenlaista työskentelytapaa verrattuna yksilötyöhön. Vaikeassa elämäntilanteessa olevien ihmisten motivoiminen toimintaan voi vaatia ohjaajalta paljon aktiivisuutta, esimerkiksi keskustelua ja tekstiviestimuistutuksia. Ohjaajan tulisi myös ottaa ryhmässä huomioon asiakkaiden vahvuudet ja antaa heille tilaa ja mahdollisuuksia suunnitella ja vaikuttaa ryhmän sisältöön. (Tanskanen 2015,112.) Myös ahdistuneisuus, jännittäminen ja sosiaalisten tilanteiden pelko voivat lieventyä toiminnan avulla. Ihmisellä on perustarve kuulua ja olla osa jotakin ryhmää. Kun ihminen on yksin tai jäämässä ulkopuolelle juuri silloin on tärkeää, että hänellä on tunne, että hän on osa jotakin. (Rusi-Pyykkönen, 2006, 20.)

3 OSALLISUUS

3.1 Osallisuuden ja osallistumisen määrittelyä

Asiakkaan osallisuutta terveys – ja sosiaalipalveluissa pidetään keskeisenä tavoitteena. Osallisuus käsitteenä on laaja ja monimerkityksellinen. Patterson ym. (2008) määrittelee asiakkaan osallisuuden sekä itseisarvona että välinearvona. Asiakkaan osallisuus on siis päämäärä itsessään sekä keino tavoitteiden saavuttamiseksi. (Laitila 2010, 7.) Välinearvolla tarkoitetaan esimerkiksi niitä keinoja, joilla saavutetaan tavoitteet, kuten asiakkaan elämänhallinnan paraneminen ja itsenäisen selviytymisen vahvistuminen. Itseisarvoja ovat taas asiakkaan kuuleminen ja hänen omat vaikutusmahdollisuutensa osallisuuden saavuttamiseksi asiakastilanteissa. (Niiranen 2002, 71.) Thompson (2007) muun muassa kirjoittaa osallisuuden sisältävän sen, että asiakkaalla on oikea mahdollisuus vaikuttaa itseään koskeviin asioihin silloin, kun asiakas voi osallistua päätöksentekoon. Sirviö (2010) taas kirjoittaa, että osallisuus on yksilön kiinnittymistä yhteiskuntaan, kuulumista erilaisiin verkostoihin, kykyä vaikuttaa ja osallistua eri tasoilla yhteiskunnan ja yhteisöjen toimintaan (ks. Laitila 2010, 8-9.)

Osallisuus siis toteutuu, kun yksilöllä on kokemus, että hän kuuluu johonkin ja on osa jotakin sekä toimii osana yhteisöä. Yksilö kokee olevansa osallisena omassa yhteisössään tai yhteiskunnassa toiminnan ja vaikuttamismahdollisuuksien kautta, kuten työn, opiskelun tai harrastusten kautta. (Särkelä 2009, 33–34; Nivala & Ryyänen 2013, 24.) Osallistumisen pohjana toimivat taas vapaaehtoisuus ja oma halu osallistua toimintaan. Osallistumalla yksilö voi vaikuttaa omaan elämäänsä, toteuttamalla itseään tai vaikuttamalla itselleen tärkeisiin asioihin. Osallistuminen voi olla lyhyt- tai pitkäaikaista ja spontaania tai suunnitelmallista. Osallistuminen on yksi osallisuuden muodoista. (Särkelä-Kukko 2014, 35; Särkelä 2009, 33–34.)

3.2 Osallisuuden mahdollisuudet ja toteutuminen palvelujärjestelmässä

Huono-osaisten kohdalla osallisuus rakentuu arjen tapahtumissa ja se on vuorovaikutuksessa usein palvelujärjestelmän sekä sen asenteiden ja rakenteiden kanssa. Yksilön voimavarat ja resurssit vaihtelevat elämäntilanteen mukaan ja aina ei ole resursseja, kykyä tai mahdollisuutta osallisuuteen. Joukkoon kuulemisen ja osallisuuden tunne syntyvät myös yksilön voimavarojen kautta. Aina näitä voimavaroja ei yhteiskunnassa tunnisteta tai yksilö ei usko omiin kykyihin ja taitoihin. Osallisuus rakentuu ja perustuu perustarpeisiin, kuten asumiseen, kuulluksi tulemiseen ja mahdollisuuteen toteuttaa itseään. Yhteiskunnan rakenteet saattavat tukea ja mahdollistaa tai rajoittaa ja hankaloittaa yksilön osallisuuden kokemusta. Yhteiskunnan tarjoamat palvelut sekä sen muodostamat rakenteet sekä yksilön mahdollisuus käyttää tai saavuttaa palveluita vaikuttavat osallisuuden ja kuulluksi tulemisen kokemukseen. Palvelujärjestelmän väliin voi tippua tai palveluiden piiriin voi olla hankala päästä, jos asiakkaalla ei ole voimavaroja hakeutua niiden piiriin. Apua eniten tarvitseva ei usein apua saa. (Särkelä-Kukko, 2014, 39, 45–46.)

Myös asenneilmapiiri vaikuttaa osallisuuden kokemuksen tunteeseen, esimerkiksi työntekijöillä ja organisaatioilla on vaikutusta asiakkaan osallisuuden kokemiseen. Asenteet voivat olla negatiivisia asiakkaan osallistumisen suhteen, jos pelätään, esimerkiksi että oma asiantuntijuus heikkenee. Asiakkaan kunnioittaminen ja hänen tietämykseensä luottaminen sekä mielipiteiden arvostaminen edistävät asiakkaan osallisuutta. (Laitila, 2010, 21–22.)

3.3 Osallisuuden haasteet päihdeidenkäyttäjillä

Osallisuuden haasteita tai esteitä päihdeongelmaisten asiakkaiden kanssa työskennellessä on monia. Syrjäytyminen eli sosiaalinen eksklusio tarkoittaa sosiaalista syrjäytymistä ja sosiaalisten suhteiden ja siteiden heikentymistä tai katkeamista yhteiskunnassa. Osallisuus eli sosiaalinen inklusio on syrjäytymi-

sen, osattomuuden tai osallistumattomuuden ja ulkopuolisuuden vastakohta. (Mattila-Aho 2009, 21–22.).

Särkelä kirjoittaa artikkelissaan (2009) Päihdelinkin sivuilla, että osallisuuden ja osallistumisen esteenä nähdään usein haitallinen päihteiden käyttö. Asiakkaan osallisuus ja osallistuminen yhteiskuntaan on mahdollista silloin, kun hän päihteetön tai lopettamassa päihteiden käyttöä. Runsas päihteiden käyttö hankaloittaa ja rajoittaa osallisuutta ja aktiivista osallistumista, mutta tämä potentiaali tulisi kuitenkin tunnistaa, koska sitä on olemassa. Osallisuuden mahdollistaminen ja tukeminen päihteiden ongelmakäyttäjillä edesauttaa niin sanottua arki-osallisuutta, kuten työssä käymistä ja sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä. Osallisuutta ja sen muotoja tulisi siis tukea myös päihteiden käytön aikana enemmistön mukaiseen suuntaan. *”Jokaisella on oikeus tuntea olevansa osallinen ja osallistua yhteiskunnan ja yhteisöjen toimintaan haluamallaan tavalla ja valitsemallaan panostuksella.”* (Päihdelinkki 2009.)

Osallisuutta ja osallistumista vaikeuttavat syrjäytyminen ja huono-osaisuus. Syrjäytyminen sekä huono-osaisuus saattavat johtua päihdeongelmasta, mutta myös runsas päihteiden käyttö voi lisätä huono-osaisuutta ja syrjäytymistä (Särkelä 2009, 48). Huono-osaisen ja syrjäytyneen profiiliin kuuluvat yleensä heikko terveys, koulutus, toimeentulo, asuminen ja osattomuus työhön. Myös sosiaaliset suhteet, kuten perhe ja muut sosiaaliset verkostot, yhteiskunnallinen osallistuminen, kuten harrastukset ja sisäinen elämänhallinta, esimerkiksi rankat elämäntapahtumat vaikuttavat yksilön elämään ja liittyvät myös syrjäytymisen ulottuvuuksiin. (Raunio 2006, 138–140.) Ihmisen voimavaroja vahvistamalla ja tukemalla voidaan integroida ihminen paremmin yhteiskuntaan kiinni. Syrjäytyminen voi olla myös läsnä ihmisen kaikilla elämän osa-alueilla ja hallita yksilön elämää kokonaisvaltaisesti. Niin sanotussa täydellisen syrjäytymisen mallissa ongelmia on monissa keskeisissä osa-alueissa, jotka vaikuttavat yksilön elämään suuresti. Tällöin olemassa olevia voimavaroja ja resursseja voi olla vaikea tunnistaa, hyödyntää ja tukea. Keskeisemmät ongelmat liittyvät ulkoisten olosuhteiden, kuten toimeentulon ja työn sijaan sisäisiin tekijöihin joita ovat, mielenterveys -ja päihdeongelma, rikollisuus ja väkivalta. Edellä mainitut asiat vai-

kuttavat yksilön arkielämään joka päivä. Myös toiseuden tunne ja kokemus siitä, että poikkeaa normaalista yhteiskunnasta ja sen tavoista vahvistuu, jos ihminen kokee olevansa ulkopuolinen tai poikkeava kantaväestöstä. Yksilö ei ole osallisena tavallisen yhteiskunnan toiminnoissa ja käyttäydy sillä tavalla, joka on moraalisesti ja normatiivisesti hyväksyttävää. (Raunio 2006, 150–151.)

Myös Ahmaojan (2006) tekemän tutkimuksen Osallisena elämässä mukaan, päihdeongelmaisten osattomuutta ja toiseuden tunnetta vahvistavat osallisuus niihin verkostoihin ja yhteisöihin, jotka tukevat päihteiden käyttöä ja jossa elämä keskittyy päihteisiin. Päihteiden käytön lopettamisen jälkeen uudet sosiaaliset verkostot ja vaikuttaminen omiin asioihin edesauttoivat mielekkään elämän rakentamista ja vahvistivat osallisuuden tunnetta. (Ks. Särkelä 2009, 48.)

3.4 Asiakslähtöisyys ja voimaantuminen

Osallisuuden kokemukseen liittyy asiakslähtöinen toiminta. Asiakslähtöisyys on yleinen periaate terveys – ja sosiaaliolla. Asiakkaan itsemääräämisoikeudesta ja osallistumisesta on myös säädetty laissa, jossa asiakkaan etu on keskeinen periaate. Asiakkaan mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa palvelujen suunnitteluun ja toteutukseen tulisi ottaa huomioon. (Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 22.9.2000/812.) Asiakslähtöisyys on työntekijöiden toimintatapa, jonka tulisi edesauttaa asiakkaan osallisuuden kokemusta. Asiakslähtöinen työskentelytapa pohjautuu siihen, että työntekijän ja asiakkaan välillä on tasa-arvoinen, luottamuksellinen ja dialoginen asiakassuhde (Laitila 2010, 5, 23.) Passiivisuus ja toiminnan objektina oleminen eivät ole asiakslähtöisyyttä, vaan valinnan mahdollisuus ja itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen sekä aktiivisen toimijan tukeminen omien asioiden hoidossa ovat asiakslähtöisyyttä. Asiakkaan tarpeet tulisi määrittellä asiakkaan itse ja järjestelmän tulisi tarjota asiakkaalle joustavia ja hänelle tarpeenmukaisia palveluita. Yhdessä tehdyt päätökset edesauttavat asiakkaan voimaantumista ja elämänhallinnan tunnetta sekä osallisuuden kokemusta. (Keronen 2013.)

Voimaantuminen liittyy myös läheisesti osallisuuteen. Voimaantumisen on myös olemassa monta eri määritelmää ja käsitystä. Voimaantuminen (engl. empowerment) tai sisäinen voimaantuminen tarkoittaa Siitosen (1999, 93,97,157–158) mukaan prosessia, joka on ihmisestä itsestään lähtevää, henkilökohtainen ja sosiaalinen tapahtumasarja. Voimaantuminen vaatii suotuisaa sosiaalista ympäristöä, joka tukee yksilöä. Voimaantuminen koostuu osaprosesseista, joita ovat muun muassa yksilön kyvyt, päämäärät ja tunteet. Nämä asiat vaikuttavat esimerkiksi yksilön kokemaan hyvinvointiin. Voimaantunut ihminen on löytänyt omat voimavaransa ja hän määrää itseään ja tekemisiään ilman ulkoista pakkoa. Voimaantuminen on aina henkilökohtainen ja henkilön itsensä oman näköinen prosessi, eikä kukaan toinen voi voimaannuttaa toista ihmistä.

Asiakaslähtöinen toiminta ja aito osallistuminen mahdollistavat osallisuuden kokemuksen. Osallisuus taas edesauttaa yksilön voimaantumisen tunnetta, joka taas lisää elämönhallinnan tunnetta. Voimaantumisen tunne syntyy sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja se riippuu yksilön mahdollisuuksista ja kyvyistä sekä miten ne vastaavat käytännön todellisuutta. Voimaantumiseen liittyvät myös yksilön elämönhallinta ja vahvuudet. (Hokkanen 2009, 318; Järvinen 2009,15.) Helena Palojärven tekemässä tutkimuksessa päihdeongelmaisten naisten vertaistukiryhmän kautta heidän voimaantumisen ja elämän hallinnan tunne lisääntyi. Tähän liittyivät muun muassa hyvinvoinnin ja toimintakyvyn lisääntyminen turvallisuuden ja omien voimavarojen tunnistamisen kautta ja kyky ja valmius kohdata vaikeita tilanteita ulkomaailmassa sekä kyky käsitellä haastavia tilanteita. (Palojärvi 2009, 84–85.) Eli voimaantuminen tarkoitti omien voimavarojen löytämistä tai vahvistamista sekä luottamista itseensä ja omiin kykyihinsä pärjätä. Elämönhallinta lisääntyi sitä myöten haastavien tilanteiden kohtaamisessa omassa elämässä ja tunne siitä, että voi löytää vaihtoehtoisia ratkaisuja vaikeisiin tilanteisiin.

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

4.1 Tutkimuksen lähtökohdat

Opinnäytetyön tekemistä varten tein sopimuksen toimeksiantajan eli Kaarinan terveystieteiden keskuksen johtavan ylilääkärin kanssa tutkimuksen tekemiseksi. Koin kvalitatiivisen tutkimuksen tekemisen asiakasryhmäni kohdalla hedelmällisimmäksi tavaksi toteuttaa tutkimus ja saada heiltä mahdollisimman paljon informaatiota, kuin jos olisin tehnyt kvantitatiivisen tutkimuksen tai kehittämistyön. Ihmisten kertomat kokemukset ja näkemykset ryhmätoiminnasta ja vertaistuesta kiinnostivat minua ja myös ryhmätoiminnassa käyvien määrä oli sopivan kokoinen laadullisen tutkimuksen toteuttamiseen, kun taas esimerkiksi kvantitatiivisessa tutkimuksessa se olisi ollut liian suppea.

4.2 Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimustehtävät

Opinnäytetyöni tavoitteena oli saada asiakkailta tietoa ryhmätoiminnan vaikutuksista heidän kokemustensa pohjalta, jotta toimintaa voitaisiin kehittää niin, että se palvelisi paremmin heidän tarpeitaan. Tutkimuksen avulla myös kartoitetaan, onko ryhmätoiminnalla tarvetta ja kenelle. Ryhmätoiminta on aloitettu vuoden 2015 alussa ja sitä on ollut säännöllisesti ja Vintin eri asiakkaita on käynyt ryhmätoiminnassa. Nyt olisi ajankohtaista tutkia asiakkaiden mielipiteitä ja kehittää toimintaa toivottuun suuntaan. Tutkimustehtävät muotoutuivat oman kiinnostukseni ja asumisohjaajan toiveiden mukaan.

Opinnäytetyöni tarkoituksena on tuottaa tietoa Vintin asiakkaiden kokemuksista osallisuudesta ja vertaistuesta ryhmätoiminnassa. Tarkoituksena on saada asiakkaiden ääni kuuluviin sekä kokemukset esiin. Tällaista ryhmätoiminnan muotoa ei ole ennen järjestetty tai tutkittu, mikä olisi tarkoitettu kaikille Vintin asiakkaille. Tutkimuksen avulla ryhmätoiminnasta voidaan saada uutta tietoa ja toimintaa voidaan tulevaisuudessa kehittää yhä asiakaslähtöisemmäksi.

Tutkimustehtävät:

- 1. Miten ryhmätoiminta tukee osallisuutta?**
- 2. Mikä on vertaistuen merkitys ryhmätoiminnassa?**

4.3 Aineiston hankinta, kuvaus ja käytetyt menetelmät

Keräsin tutkimusaineiston haastattelemalla neljää asiakasta, jotka kävivät ryhmätoiminnassa. Kirjalliset haastatteluluvat (liite 1.) kysyin asiakkailta etukäteen ennen haastattelujen tekemistä sekä selvitin haastateltaville opinnäytetyön tarkoituksen sekä haastattelumateriaalin käytön. Tutkimukseen osallistuneille lupasin anonymiteettisuojaan. Pyrin haastattelemaan sellaisia asiakkaita, jotka kävivät ryhmätoiminnassa säännöllisesti tai olivat käyneet ryhmätoiminnassa vähintään kolme kertaa, koska tällaisilla henkilöillä oli enemmän kokemusta ja näkemystä toiminnasta, kuin vain satunnaisesti käyneillä. Toteutin haastattelut keväällä 6.5.–22.5.2015 harjoittelujaksonei aikana. Olin edellisessä harjoittelujaksossani syksyllä 2014 työskennellyt tai tavannut suurimman osan asiakaskunnastani, joten suhteiden uudelleen virittäminen ja syventäminen koti- ja vastaanottokäynneillä sekä ryhmätoiminnassa oli tärkeää. Asiakkaiden kanssa työskenteleminen ja yhdessä tekeminen vahvistivat luottamus- ja vuorovaikutussuhdetta, joka varmasti edesauttoi haastattelujen tekemistä. Minulla oli harjoitteluni aikana siis kaksi roolia. Olin sekä harjoittelija/ohjaaja että tutkija. Kaksoisrooli ja rajan vetäminen ja eri roolien hahmottaminen itselleni sekä asiakkaille on tärkeää tutkimuksen luotettavuuden sekä objektiivisuuden takia.

Haastattelumuotona käytin puolistrukturoitua teemahaastattelua, joka on yksi kvalitatiivisen tutkimuksen menetelmistä (Tuomi & Sarajärvi 2004, 77). Koin teemahaastattelun luontevimmaksi ja tuottoisammaksi tavaksi saada informaatiota mahdollisimman monipuolisesti tästä asiakasryhmästä. Teemahaastattelussa ihmisten tulkinnat asioista ja asioille antamat merkitykset ovat keskeisiä ja ne syntyvät vuorovaikutuksessa haastattelutilanteessa. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 47–48). Toteutin teemahaastattelut yksilöhaastatteluina.

Haastattelupaikat sovin erikseen asiakkaiden kanssa. Kahta asiakasta haastattelin toimintakeskus Talolla, jossa ryhmätoimintaa järjestetään. Yhtä asiakasta haastattelin Vintillä toimistotiloissa ja yhtä haastattelin asiakkaan kotona. Haastattelujen kesto vaihteli 22–45 minuutin välillä. Ennen haastatteluja kerroin haastateltaville opinnäytetyöni aiheen, haastattelujen tarkoituksen ja haastattelun kulun sekä kerroin vaitiolovelvollisuudesta.

Teemahaastattelussa edetään valittujen teemojen ja niitä täsmentävien kysymysten mukaan, jotka pohjautuvat tutkimuksen viitekehukseen eli jo ennalta ilmiöstä tiedettyyn tietoon. Teemahaastattelussa pyritään löytämään merkityksellisiä vastauksia, jotka vastaavat tutkimustehtävään. Haastattelun etuna on joustavuus eli kysymyksiä voi toistaa ja muotoilla uudelleen ymmärrettävään muotoon sekä täsmentää. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 77–78.) Haastattelun haasteita ovat esimerkiksi, se että haastateltava vastaa ohi kysymyksen tai antaa tietoa aiheesta, josta tutkija ei ole kysynyt. Myös taipumus siihen, että haastattelija ei vastaa rehellisesti, vaan kertoo sitä mitä haastattelija haluaa kuulla voi vaikuttaa haastattelun luotettavuuteen. (Hirsjärvi & Hurme 2011, 201.) Pohdimme yhdessä ohjaajani kanssa teemoja ja niihin liittyviä kysymyksiä. Hänen avustuksellaan, ohjeistuksellaan ja tietotaidollaan sain muotoiltua hyvän kysymysrunгон teemojeni ympärille. Teemahaastattelurunko muodostui käsitteistä ryhmätoiminta, osallisuus ja vertaistuki (liite 2.). Teemat ja haastattelurunko muotoutuivat siten, että ne vastasivat mahdollisimman hyvin tutkimustehtäviini ja edesauttoivat haastattelujen etenemistä haluttuun suuntaan. Teemojen käsitteet ja teoriat ovat vuoropuhelussa käytännön kanssa ja sitä kautta ne syntyvät. Käytännön ja teorian dialogi muodostavat käsitteitä ja sitä kautta, niitä voidaan myös arvioida. Ei ole teoriaa ilman käytännön kokemusta. Niiniluodon (1980) mukaan teorian ja käsitteiden tavoitteisiin kuuluvat yksinkertaisuus, selvyys, yleisyys ja totuus. (Hirsjärvi ym. 2014, 143.) Osallisuus, ryhmätoiminta ja vertaistuki lukeutuvat käsitteinä tähän esitettyyn teoriaan.

Haastateltavat olivat iältään 30–36 –vuotiaita miehiä. Kaikki haastateltavista olivat käyneet ryhmätoiminnassa enemmän kuin kolme kertaa. Haastateltavista vain yhdellä oli ammatti peruskoulun lisäksi, muilla ei ollut muuta koulutusta tai

ammattia. Kaksi haastateltavista oli korvaushoidon potilaita, yksi oli tukiasuntoasiakas ja yksi sosiaalityön asiakas. Myös yksi asiakas voi olla monen työntekijän asiakas samanaikaisesti, mutta tein haastatteluissa jaottelun sen perusteella, mikä on haastatettavien ensisijainen asiakassuhde Vinttiin. Kaikilla haastateltavilla on ensisijaisesti päihdeongelma ja pääpäihde ovat huumeet.

Aluksi haastateltavat olivat hieman jännittyneitä tai arkoja ja pohtivat mitä kaikkea he voivat sanoa tai mitä heidän pitäisi sanoa. Yksi haastateltavista kertoi suoraan jännittävänsä haastattelutilannetta. Kehotin haastateltavia olemaan rehellisiä ja suoria sekä ottamaan rennosti. Ensimmäisten kysymysten jälkeen tilanne rentoutui ja haastattelut etenivät melko luontevasti. Haastateltaville sai esittää paljon tarkentavia kysymyksiä, kysymyksiä piti toistaa ja muotoilla myös uudelleen monta kertaa. Osaa haastateltavista jouduin useamman kerran palauttamaan takaisin aiheeseen ja teeman, josta puhuttiin. Haastateltavat kokivat, että osa kysymyksistä oli vaikeita tai he joutuivat punnitsemaan sanojaan. Päädyimme monen kanssa myös yhdessä pohtimaan asioita.

Koska halusin haastatella sellaisia henkilöitä, jotka olivat käyneet ryhmätoiminnassa vähintään kolme kertaa, oli mahdollisten haastateltavien joukko hyvin pieni. Tämän takia en tehnyt koehaastattelua, koska en halunnut ”tuhlata” yhtäkään potentiaalista haastattelukandidaattia. Haastateltavien saamisessa ja haastattelujen toteuttamisessa oli myös oma problematiikkansa. Sovitut haastatteluajat peruuntuivat tai haastateltava ei saapunut paikalle. Myös asiakkaiden vaihtuvat elämäntilanteet vaikuttivat haastattelujen tekemiseen, esimerkiksi vaikka aika ja paikka oli sovittu, saattoi asiakas joutua hoitoon tai sitten asiakas oli päihtyneenä, joten haastattelua ei ollut mahdollista toteuttaa.

Haastateltavien heterogeenisyys toi siis omat haasteensa tutkimuksen tekoon ja haastattelutilanteisiin. Erilaiset elämäntilanteet ja henkilökohtaiset ongelmat vaikuttivat jonkin verran haastattelujen luonteeseen. Esimerkiksi, melkein kaikilla haastateltavilla näytti olevan jonkinlaisia keskittymisvaikeuksia. Paikallaan istuminen, asioiden pohtiminen ja esitettyyn kysymykseen vastaaminen oli osalle vaikeaa. Haastattelujen kesto jäi lyhyemmäksi kuin olin ajatellut. Sosiaalisten tilanteiden pelko ja siitä johtuva ahdistus ja jännitys toivat myös omat haasteen-

sa haastattelun tekemiseen. En ollut myös täysin varma, olivatko kaikki haastattelemani asiakkaat täysin selvin päin haastatteluissa. Osasta oli vaikea arvioida heidän tilaansa, joten kysyin aina haastatteluiden aluksi olivatko he päihtyneitä, kaikki vastasivat kuitenkin kieltävästi. Mutta osa saattoi silti olla lievästi päihtyneenä haastatteluiden aikana. Ja yksi haastateltavista suoritti valvottua koevapautta ja ruokaryhmä oli osa hänen viikko-ohjelmaansa. Hänen oli siis pakko osallistua ryhmätoimintaan, vaikka toiminta oli muuten vapaaehtoista. Pohdin, että voinko haastatella sellaista asiakasta, jonka on pakko käydä ruokaryhmässä, mutta päädyin silti haastattelemaan häntä, koska halusin kuulla myös hänen kokemuksiaan ja näkemyksiään ryhmätoiminnasta. En koe, että lievällä päihtyneisyydellä tai ”pakko-osallistumisella” olisi suurta painoarvoa asiakkaiden kertomisiin kokemuksiin ja näkemyksiin. Ne olivat heille totta ja aitoja kokemuksia. En usko, että tutkimuksen luotettavuus kärsii edellä mainituista asioista merkittävästi, koska ensisijaisena tarkoituksena ei ollut haastatella päihtyneitä tai pakosta käyviä ryhmän jäseniä. Tämä kertoo mielestäni enemmänkin tämän asiakasryhmän luonteesta ja erilaisista elämäntilanteista. Haastattelutilanteet olivat kuitenkin mielestäni kiinnostavia, erilaisia ja vuorovaikutus oli onnistunutta.

4.4 Aineiston analysointi

Laadullisesta tutkimuksesta voi löytyä kiinnostavia ja uusia asioita, joita ei ehkä ole osannut odottaa, joten tärkeää on päättää mikä aineistossa kiinnostaa ja keskittyä siihen. Olennaista on aineiston rajaaminen ja paneutuminen sellaiseen asiaan, joka on tutkimuksessa tarkoituksenmukaista sekä tavoitteiden ja tutkimustehtävän kannalta merkittävää. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 94–95.)

Laadullisen aineiston analysointina käytin sisällönanalyysiä, joka tarkoittaa nähtyjen ja kuultujen sisältöjen analysointia (Tuomi & Sarajärvi 2004, 93). Sisällönanalyysin eli tekstianalyysin avulla analysoidaan materiaalia objektiivisesti ja systemaattisesti. Ja pyritään saamaan tutkittavasta ilmiöstä kuvaus kiteytettynä ja yleisessä muodossa, jotta sitä voidaan käyttää johtopäätöksissä. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 105.)

Nauhoitin kaikki teemahaastattelut Turun ammattikorkeakoulusta lainaamalla ääninauhurilla. Haastattelujen jälkeen litteroin eli kirjoitin äänitetyt haastattelut sanatarkasti tekstimuotoon (Tuomi & Sarajärvi 2004, 95). Litteroitua tekstiä syntyi yhteensä 26 sivua (A4), yksi litteroitu haastattelu oli viisi sivua pitkä ja kolme muuta olivat seitsemän sivun mittaisia. Luin aineiston monta kertaa läpi ja tein muistiinpanoja mielenkiintoisista ja olennaisista kohdista sekä kirjasin ylös pohdintojani, joita teksti oli minussa herättänyt. Tämän jälkeen koodasin eli tiivistin tekstin selkeään ja luettavaan muotoon ja redusoin vastauksia eli pelkistin vastauksia lyhyemmiksi (Tuomi & Sarajärvi 2004, 95). Koodasin tekstistä konkreettisia lauseita, sanoja ja merkityksiä, jotka olivat keskeisiä tutkimuksen kannalta. Tekstin koodauksen jälkeen redusoin haastateltavien teksteistä kohtia yksinkertaisiksi ilmaisuiksi, jotka vastasivat enemmistön mielipidettä.

Aineiston klusteroinnissa eli ryhmittelyssä pelkistetyt ilmaisut ryhmitellään ensin alaluokiksi ja sitten sitä yhdistäväksi yläluokaksi ja viimeiseksi pääluokka kuvaa koko kategoriaa. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 110–113; Kananen 2014, 103–107.) Ryhmittelin mielenkiintoiset ja olennaiset vastaukset tutkimuksen kannalta ja sijoitin ne sopivien teemojen ja kysymysten alle. Suuret teemani haastatteluisani olivat ryhmätoiminta, osallisuus ja vertaistuki. Tein saamistani tuloksista kategorisoinnin eli jaottelin samanlaiset vastaukset omiksi ryhmiksi ja annoin niille yhteisen nimittäjän eli alaluokan, joka kuvasi jaotteluani. Sen jälkeen annoin alaluokkia paremmin kuvailevan käsitteen eli yläluokan sekä yläluokkaa vielä tiiviimmin ja yleisemmin kuvaavan käsitteen eli pääluokan.

Käytin tutkimuksessani teoriaohjaavaa analyysimuotoa, jossa aineisto toimii pohjana analyysissä. Teoriaohjaavassa analyysimuodossa tiedostetaan oikeisemman tiedon vaikutus, mutta aineiston analyysissä saattaa ilmetä uusia merkityksiä ja näkökulmia. Tutkittavan ilmiön sisältöä lähdetään analysoimaan aluksi aineistolähtöisesti, mutta loppua kohden nostetaan teoria ohjaamaan analyysia eli prosessissa vaihtelevat aineistolähtöisyys ja valmiit mallit. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 98–99.) Teoriaohjaavassa analyysissä käsitteet tuodaan esiin valmiina jo ilmiöstä tiedettynä. Aineiston analyysin luokittelu perustuu aikaisem-

paan viitekehykseen tai teoriaan ja analyysia ohjaa ennalta määritelty teema. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 114–116.)

Loogisen kokonaisuuden sain kategorisoimalla tulokset taulukko – muotoon (ks. Taulukko 1.) Ratkaisun löytämiseen vaikuttavat analyysin eri vaiheet ja mistä näkökulmasta on aineistoa ja tuloksia katsonut ja etsinyt. (Kananen, 2014 115.) Ala – ja yläluokan käsitteet nousivat aineistoista ja olivat myös osaksi tiettenkin omaa tulkintaani eli lähdin toteuttamaan analyysia aineisto edellä. Taustalla mietin kuitenkin tutkimuskysymyksiäni ja sitä, että haen aineistosta niihin tarkoituksenmukaisia vastauksia. Pääluokan käsitteet pohjautuvat viitekehykseeni eli käsitteisiin, joita olen käsitellyt tutkimuksen ensimmäisissä luvuissa eli lopussa nostin teorian ohjaamaan analyysia ja käsitteet olivat valmiina tiedossa. Analyysissä siis lähdin suuresta massasta eli litteroidusta tekstistä, jonka purin osiin ja pieniin palasiin, mutta päädyin taas suurempiin kokonaisuuksiin sekä laajempiin käsitteisiin (Kananen 2014, 114).

Ryhmittelin siis haastateltavien vastaukset niitä vastaavien teemojen ja esitytetyjen kysymysten alle (ks. Taulukko 1.). Näin sain erilaisia ryhmiä, jossa oli kysymykseen vastaavia vastauksia. Yleistin ja tiivistin enemmistön mukaan sellaisia vastauksista pelkistetyiksi ilmaisuiksi, jotka koin olevan olennaista informaatiota tutkimuksen kannalta. Näin sain tiivistettyä pelkistetyistä ilmaisuista yksinkertaisia käsitteitä, jotka sijoitin alaluokkaan. Yläluokka kuvaa vielä tiiviimmin alaluokkaa ja pääluokka on koko ketjua tiiviisti, monipuolisesti ja yleisesti kuvaava käsite. Esimerkiksi pääluokka, jossa on käsite osallisuus, muodostuu osallistavasta toiminnasta. Osallistava toiminta koostuu taas demokratian ja tasa-arvon kokemuksesta, arkisesta toiminnasta ja valinnan mahdollisuudesta. Nämä edellä mainitut asiat ovat enemmistön kokemuksia, joita olen pelkistänyt lyhyemmiksi ja yksinkertaisemmiksi ilmaisuiksi. Näin toimin myös vertaistuen ja asiakaslähtöisyyden käsitteiden kohdalla.

Teoria nousee viitekehyksestäni, joka tukee aineistosta nousseita asioita. Kuten esimerkiksi Laitila (2010), Juhila ym. (2002) teoksissaan kirjoittavat osallisuus toteutuu, silloin kun asiakkaalla oikea mahdollisuus vaikuttaa päätöksentekoon, tulla kuulluksi sekä kyky vaikuttaa itseään koskeviin asioihin. Särkelä-Kukko

(2014) kirjoittaa taas siitä, että pohjana osallistumisessa ja osallisuuden kokemuksen tunteessa ovat vapaaehtoisuus sekä halu vaikuttaa ja olla mukana toiminnassa. Vertaistuki koostuu ryhmäläisten vertaisuudesta, joka taas muodostuu hyvistä keskinäisistä suhteista, samanlaisen ongelman tai elämäntilanteen jakamisesta sekä muiden ryhmäläisten tuesta. Nämä asiat määrittelee myös Mielenterveyden keskusliitto vertaistuen keskeisiksi periaatteiksi.

Taulukko 1. Tulosten kategorisointia

PELKISTETTY ILMAISU	ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA
Ryhmätoiminta on ollut toimiva ja asiakkaat ovat olleet tyytyväisiä.	Asiakastyytyväisyys		Asiakaslähtöisyys
Liikunta ja tekeminen kiinnostavat.	Toiminnallisuus	Ryhmätoiminta onnistunutta	
Ilmapiiri on hyvä ja rento.	Matala kynnyks		
Lämmin ateria, seura ja tekeminen motivoivat osallistumaan.	Arkinen toiminta		Osallisuus
Asiakkaat kokevat pystyvänsä vaikuttamaan ja heitä kuullaan.	Demokratia ja tasa-arvo	Osallistava toiminta	
Mahdollisuus päihteettömään tekemiseen.	Valinnan mahdollisuus		
Suurin osa asiakkaista kokee saavansa tukea muilta ryhmän jäseniltä.	Muiden tuki		Vertaistuki
Asiakkaat tulevat hyvin toimeen keskenään, muille on helppo jutella.	Hyvät keskinäiset suhteet	Ryhmäläisten vertaisuus	
Yhteenkuuluvuuden tunne syntyy samankaltaisten ihmisten seurasta.	Yhteisen ongelman jakaminen		

5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

5.1 Osallisuus ja ryhmätoiminta

Onnistuneen ryhmätoiminnan edellytykset luovat muun muassa luottamuksellinen ilmapiiri sekä ryhmän jäsenten tasavertaisuuden kokemus. Ryhmätoimintaan ja osallisuuteen liittyvät kysymykset käsittelivät mm. ilmapiiriä, asiakkaiden keskinäisiä suhteita, heidän kehittämisideoitaan ja minkälaisena he ovat kokee- neet ryhmätoiminnan. Olennainen keskustelun aihe oli myös päihteiden käyttö ja selvin päin tuleminen ryhmään. Ryhmätoiminta eli ruokaryhmä koettiin toimiva- vaksi ja asiakkaat ovat olleet tyytyväisiä ruokaryhmään. Ilmapiiri on ollut rento ja hyväksyvä.

Kaikki haastateltavat pitivät ilmapiiriä hyvänä ja he tulivat mielellään ryhmätoi- mintaan. Haastateltavat kokivat myös, että ryhmätoiminta vastasi heidän aja- tuksiaan ja toiveitaan.

Et siel on iha hyvä ilmapiiri ja rento. Et siel jutellaa kaikist asioist aika vapaasti.

H1

Täältä saa soppaa ja sympatiaa. Ja olen mä saanut sitä. Soppaa ja sympatiaa ja joskus jopa jonku hyvän neuvonki. H2

Ja sit siin on semmonen, että jos joku tulee oikeen myöhässä ja ilmestyy vaan syömään, ni sitte ilmapiiri huononee kyllä. Mut et kyl siel kaikki osallistuu, et ei ois yhtään kertaa tai päivää, et olis huono ilmapiiri ollu. H4

Syyt miksi haastateltavat käyvät ryhmätoiminnassa ovat moninaiset. Suurimpia syitä osallistua ryhmätoimintaan ovat tekemisen ja seuran puute, ilmainen ruo- ka, jota saa vielä kotiin mukaan sekä ryhmässä voi samalla hoitaa asioita sosi- aalityöntekijän tai asumisohjaajan kanssa. Ryhmätoiminta on siis tavoittanut oikean asiakaskunnan ja tarjonnut heille kaivattua toimintaa. Yksi haastatelta- vista jännittää ihmisten kohtaamista ja kokee sosiaaliset tilanteet ahdistavaksi. Silti hän tulee, vaikka pelkää sosiaalisia tilanteita. Puolet haastateltavista kertoi, että välillä he ovat kahden vaiheilla, tulevatko vai eivätkö tule ryhmään, mutta

loppujen lopuksi se on kuitenkin kannattanut. Ryhmätoiminta on täysin vapaaehtoista toimintaa, paitsi yhdelle se oli pakollista. Tämä asiakas suoritti koevapautta ja hän kertoi haastattelussa, että ruokaryhmä oli osa hänen viikko-ohjelmaansa. Toisaalta tämä haastateltava kertoi, että hänen tulisi käytyä ryhmätoiminnassa, vaikka ei olisi pakko.

Silloin ihan alkuun mä tulin pelkästään sen takii, et oli jotain toimintaa, ku mul ei ollu silloin mitään työtoimintaa tai muuta. Ja et ihan tän porukan takii. Ja ittel ainaki on välil semmosii asioi, et sen voi vast muistaaki keskiviikkon, et sit tietää, et voi tulla tänne juttelee. H2

Ei mul oo silloin muutakaan tekemist. Et mul loppuu 12 työt, et sit jos mä en tuu tänne, ni sit mä jään himaan. Ku sit ku siin kestää 2-3 tuntii, ni menee hyvin ilta päivä. H3

No yks on että, saa päivän aterian. Ja mä tykkään tehdä niinku ruokaa. Ja mä tykkään nähä ihmisiä, vaikkakin jännitän. H4

Ryhmätoiminnasta löydettiin myös kehitettävää. Haastateltavilla oli kehitysideoitu ryhmätoiminnan suhteen tai ajatuksia siitä, millaiseen ryhmätoimintaan he itse haluaisivat osallistua. Samantyyppinen toiminta kiinnosti haastateltavia; rentoa yhdessä oloa ja toiminnallista tekemistä. Vastaavanlaisia ryhmiä voisi olla myös enemmän, samaan tapaan järjestettynä, mutta sisältö voisi olla eri. Pääosin kehitysideat siis liittyivät toiminnalliseen tekemiseen, esimerkiksi liikuntaan ja että ruokaryhmää voisi toteuttaa jossain muualla. Yksi haastateltavista toi esiin ryhmäläisten esittelyn, jos joukossa on uusia. Haastateltavat eivät olleet kuitenkaan itse valmiita tai kiinnostuneita osallistumaan mahdollisiin kustannuksiin.

Kannattais alottaa se ryhmä, et tunteeks kaikki toisensa. Et pari kertaa ollu, et mä en tunne sielt ketään. H4

Voi hitsi, ku sehä olisi iha törkeen hyvä, jos rahaa vaa riittäis kaupungil ja muuta, et olis enemmän vastaavii ryhmäjuttui. Et vaik niinku käytäis uimas pari kertaa viikos tai sulkapalloo pelaamas. Mikä olis vähä vastaaval tyylil järjestetty. H2

Ei mitään virallista! Et tehää eka piknikevää ja lähetään frisbiigolfaamaan, sen jälkee sit syödään ne eväät. H3

Suhteet ohjaajiin koettiin hyväksi ja heitä oli helppo lähestyä. Heidän kanssaan pystyi juttelemaan rennosti, mutta myös hoitamaan virallisia asioita. Vain yksi haastateltavista koki, että ohjaajien rooli sekä työntekijänä esim. etuusasioissa että ryhmätoiminnan ohjaajana tuntui aluksi ristiriitaiselta. Ohjaajat saivat hyvää palautetta ja kehuja puolelta haastateltavista. Haastateltavat kokivat, että ohjaajat ottivat kaikki tasapuolisesti huomioon, he tiesivät mitä tekivät, eivätkä he olleet liian tiukkoja.

Siis se (asumisohjaaja) on kyl siis iha oikeel alalla oleva henkilö, niinku iha oikeesti. Et ne on vähä niinku toistensa hyvii vastakohtii. Et sosiaalityöntekijä on vähä sem mone rauhallisempi ja asumisohjaaja on kauhee räväkkä. H2

Et sama ihminen on monessa eri roolissa ja tuntee sut läpikotasin...mut et aika sujuvasti se on menny. H4

Ja se mikä on onnistunu, ni on se, et on huomioitu, et yks ei määrää niitä ruokia. Et ku ihmiset on erilaisia, jotkut on voimakkaampia persoonia ja jotkut hiljaseempia, et siin on kuultu vähän kaikkia. Ja sit mun mielest siin on just tärkeet, et jos joku on hiljaa, ni sit ohjaaja huomioi sen ja kysyy, et mitä mieltä sä oot. H3

Osallisuuden kokemukseen vaikuttavat esimerkiksi, yksilön mahdollisuudet vaikuttaa omaan elämäänsä päätöksenteon kautta. Myös tunne siitä, että kuuluu johonkin ryhmään ja on osa sitä, ovat keskeisiä osallisuuden elementtejä ja yksilön tarpeita. Osallisuudesta ja sen eri ulottuvuuksista ja ilmenemismuodoista keskusteltaessa, kysymykset liittyivät siihen kokiko haastateltava olevansa osa ryhmää ja toiko toiminta sisältöä arkeen sekä kokiko haastateltava, että hän pystyy vaikuttamaan ryhmätoiminnan sisältöön. Kaikki haastateltavat kokivat olevansa osa ryhmää ja he kokivat kuuluvansa siihen.

Kaikki haastateltavat kokivat myös, että he kykenevät vaikuttamaan toiminnan sisältöön ja että ryhmässä vallitsee demokratia ja tasa-arvo kaikkien välillä, niin ohjaajien kuin asiakkaiden. Haastateltavat kokivat, että heitä kuunnellaan ja he kykenivät vaikuttamaan riittävästi. Ryhmätoiminnassa työtehtävät jaettiin tasaisesti ja mielenkiinnon mukaan, niin että kaikilla oli jotain tekemistä. Myös asiakkaan taidot ja kyvyt otettiin huomioon. Esimerkiksi, jos joku halusi oppia tai harjoitella jonkin ruuan valmistusta, hänelle annettiin mahdollisuus siihen. Ja työ-

tehtävät kiersivät niin, että sama ihminen ei joka kerta joutuisi tekemään salaattia. Jos ei osallistu ruuanlaittoon, ei voi myöskään syödä. Ja tämä oli haastateltavien mielestä hyvä sääntö. Ohjaajat antoivat neuvoja ja valvoivat toimintaa, mutta he antoivat myös vapauksia ruuanlaiton suhteen, esimerkiksi reseptejä saatettiin muokata ja ruokia maustettiin eri tavalla.

Kyllähän me yhdes päätetään. Et tää on ollu iha hyvä systeemi. H1

Kuunnellaan meitä. Et mun mielest ollaan aina melkeen tehty miten enemmistö on päättäny. Ja sit ollaan heitetty joku toine ruoka, ni sitä tehää sit seuraaval kerral ja näi pois päi. H2

Koen. Sillai lähinnä sen ruuan kautta. Ja sanotaan, et siin ryhmäs tulee hyvin ta savertasuus esille. Et ei siel ohjaajat nouse niinku ylemmäs. H3

Kaikki haastateltavat kokivat, että ryhmätoiminta on tuonut sisältöä heidän päiviänsä tai viikkoonsa. Mielekäs tekeminen päihdeettömässä ja turvallisessa ympäristössä tuo sisältöä arkeen. Ryhmätoiminta myös rytmitti viikkoa tai päivää ja piti tylsyyden ja päihdet hetken aikaa loitolla. Ryhmätoiminta toi siis hetkeksi muuta ajateltavaa ja tekemistä, kuin päihdeiden hankkiminen ja käyttäminen ja siihen liittyvä maailma. Yhdelle haastateltavista ryhmätoiminta toimi viikon tai tasaisen päihdearjen katkaisijana ja päivänä, jonka hän muisti paremmin kuin muut päivät.

No kyllähän se siihen päivään tuo. Eli jos mä mietin näitä päiviä, mä muista ne päivät paremmin (kun on ollut ruokaryhmä). Muuten voi olla niinku pelkkää sa meeta koko päivä. H3

No menee täs aina pari tuntii. Tai tarviihan sun kuitenkin ajatella sillai, et Vintin asi akkaaks ei ihan turhaan joudu kumminkaan. Niin se on joka päivä taisteluu niit himoi ja niit päihtei ja niit tarjoojii kohtaan. Et tää on niinku pari tuntii semmost aikaa, et on aika varma et ei tapahdu mitään. Elikkä positiivista. H2

Tää on ihan kiva tulla tänne, kyllä. Muuten se on vähän niinku tosa kotoon olemist, ku mä en oikeen kuuden jälkeen saa liikkuu pal missää (viittaus koevapauksen). H1

Kaikki haastateltavista osaavat ja tykkäävät laittaa ruokaa ja kaikki myös kertoivat, että tekevät kotona ruokaa. Osa haastateltavista on konkreettisesti oppinut

jotain uutta ryhmässä. He ovat oppineet tekemään uusia ruokia sekä oppineet muilta ruuan laittoon liittyviä taitoja, laittamaan uusia ruokia ja erilaisia reseptejä sekä muiden huomioimista ryhmässä. Haastateltavilla oli ennakkoluuloton asenne ruuan laittamista ja muiden reseptejä kohtaan ja osa haastateltavista oli positiivisesti yllättynyt uusista ruuista ja mauista.

No, et lihamureke tehtii vähä eri taval, ku mä teen sen. No ehkä silt Ollilt (nimi muutettu) oon oppinu. Se teki noit artisokkasoppii sun muita. Mitä mä vähän luulin, et olis ollu tosi pahaa, mut ei sit ollukaa. H4

No, ehkä sillai, et pyrkii niinku tasasesti vähä kattomaan ja osallistumaan, et sä oot niinku ansainnu sen, et sä saat syödä sen annoksen. H2

No, oon mä ainaki oppinu, et miten tehään jauhelihakastike, koska sitä mä en osannu tehdä. Mut et kyl mä oon aina tykänny ruuan laitosta. H3

Ryhmätoiminnasta saatu hyöty on ollut pääasiassa positiivista ja vastaukset vaihtelivat haastateltavien välillä itsetunnon noususta sosiaaliseen seuraan ja mahdolliseen päihteistä kieltäytymiseen. Koettu hyöty on vaikuttanut haastateltavien elämään sillä hetkellä positiivisesti sekä vastannut heidän tarpeitaan. Yhdelle haastateltavista aitojen kehujen saaminen hyvästä työstä ja onnistumisen kokemukset olivat suurin hyöty ja se, että asiakas yritti tehdä parhaansa ruokaryhmässä. Tämän haastateltavan kohdalla tuli taas ilmi epäitsekkyys ja muiden huomioiminen ryhmän aikana.

On. No se on tuonu pikkusen itsetuntoa. Ja tuntuu, et on saanu ihan aidosti kehuja, et ihan hyvin oot onnistunu, et toi on ihan hyvää. Et mun on vähä vaikee ottaa kehuja vastaan. Ja sit siin yrittää tehdä parhaansa. Mul on monia päiviä, et mä en edes yritä mitään. Et siin tietää, ku tekee porukalle ruokaa, et on muitakin syömässä ku mä ni siin on mukava pieni paine, mä tykkään vähän siitä. Mut siis on siitä ollu ehottomasti hyötyä. H3

On se semmotti, et siel pääsee juttelemaa ja vaihtamaa kuulumisii ja eikä oo semmotti, et täytyy koko päivä olla hiljaa. H4

5.2 Vertaistuki

Melkein kaikki ryhmässä käyneet asiakkaat olivat aktiivisia päihteiden käyttäjiä ja suurimmalla osalla haastateltavista ei ollut aikomusta pyrkiä päihteettömyyteen. Päihteetön elämä ei ollut kolmelle neljästä haastateltavista sen hetkinen tavoite eivätkä he kokeneet sitä mahdollisena. Vaikka ryhmätoiminta ei ole ensisijaisesti tarkoitettu vertaistukiryhmäksi, jossa paneudutaan päihdeongelmaan, vertaistukea ja vertaisuutta koki kolme neljästä haastateltavasta. Yhteinen tai samankaltainen menneisyys helpotti puhumista ja yhteisten keskusteluaiheiden löytämistä. Myös toiminnan kautta tai toiminnan lomassa oli helpompaa keskustella. Haastateltavat tuntevat myös suurimman osan ryhmässä käyvistä ihmisistä, joten muut asiakkaat ovat tuttuja vuosien takaa tai osa jopa hyviä ystäviä, joiden kanssa pystyi keskustelemaan henkilökohtaisista asioista tai muuten syvällisemmin. Keskustelut tai muiden kanssa oleminen oli lähinnä toisen kannustamista pysymään selvin päin tai samoista kokemuksista puhumista. Haastateltavat kokivat, että vertaiset ymmärsivät paremmin heitä ja heidän elämäntilannettaan.

Tukiryhmä mun mielestä tää silti vähä on. Vaik ihmiset on erilaisissa tilanteissa, ni aika paljo on kokenu samaa ja samanlaista menneisyyttä. Ni siitä vähä niinku automaattisesti tulee semmonen, et se keskustelu aukee eteenpäi ja eteenpäi, et toisil voi puhuu kumminki, ku niil on kokemust. H2

No tietyiltä henkilöiltä joo. Kenen kanssa on paremmin semmottis väleis. No Pekka (nimi muutettu) on vähä semmone tsemppari ja kannustaja. Vaik hänel itelläkää ei mee hyvi, mut kyl se semmotti yrittää mun päähä takoo, mut mun päähä on välil vähä vaikeet takoo. H4

Joo. Mut siis ku ainha siel on tekemistä, et se on se tekeminen itsessään, joka tekee siitä niinku, ku se ei oo mikää, et otettais joku kahvikupponen ja oltais niinku jossai pöydän äärellä ja alettais niinku väkisin jutteleen. Vaan et aletaan tekee ja se on aika hyvä, et aletaan tekee aika nopeesti. H3

Kaikki haastateltavat kokivat kuuluvansa ryhmään, vaikka läsnä saattoi usein olla aivan eri ihmisiä kuin aiemmilla kerroilla. Ryhmän heterogeenisyys ei häntannut suurinta osaa haastateltavista. Haastateltavat kokivat, että juuri yhteinen

ongelma yhdistää heitä. Päihdeongelma ja Vintin asiakkuus yhdisti haastateltavia sekä samojen asioiden kanssa kamppailevia kavereita ja ystäviä kävi ryhmässä. Osa haastateltavista kuvasivat itseään esimerkiksi nimellä ”vinttiläinen”, ”sopparyhmäläinen” tai ”narkkari”.

Koen. Se johtuu siitä, et ku mä tiän, et nää kaikki on Vintin asiakkaita, ni meitä yhdistää ongelma tai ongelmat. H3

Totta kai, miks en kuuluis. Kaikki mun kaverit ja kohtalontoverit on siel. H4

Nii, et tuol se niinku eniten näkyy (ryhmätoiminnassa), että kukaan ei kysy, ei kys eenalaista, et miks sä oot siellä. Mut jokainen tietää silti sen, et sä oot Vintin asiakas. H1

Vertaisten tuki tai heidän kanssaan keskustelu voi vaikuttaa omaan toimintaan kahdella tavalla. Joko yhdessä kieltäytyään päihteistä tai sitten yhdessä hankitaan päihteitä. Yhden haastateltavan vastauksessa ilmenee ryhmän voima ja se, että olisi helpompi kieltäytyä päihteistä, jos olisi keskustellut siitä ensin muiden kanssa ja he olisivat yhdessä tehneet sen päätöksen, että he eivät hankkisi päihteitä. Muiden vertaisten tuki koetaan siis mahdolliseksi hyödyksi, joka edesauttaisi päihteistä kieltäytymistä. Haastateltava kertoi esimerkin, miten asiat voisivat sujua parhain päin, mutta hän myös totesi, että todellisuudessa himo on suurempi kuin halu olla ilman. Hän kertoi myös, että hänen elämässään pitäisi tapahtua paljon hyviä asioita samaan aikaan, jotta näin kävisi. Hän ilmaisi asian ”lottovoittona” eli ulkopuolisena onnen tuojana omaan tilanteeseensa. Toinen haastateltavista taas kertoi, että ryhmätoiminnan jälkeen puheet kääntyvät nopeasti päihteisiin ja ryhmäläisten kanssa he päätyivätkin puheiden kautta yhdessä hankkimaan päihteitä.

Jokasel on se huono päivä joskus, nii periaattees iha parhaas tapaukses se vois kumminki mennä niin, et siit keskustelust tääl parin muun tyypin kaa, nii ei tekis-kää sitä, eikä toteuttaiskaa sitä himoas, esimerkiks näi. H2

Et kerranki, ku me lähettii parin kaverin kanssa kävelemään sieltä, ni mä en kek siny mitää muuta puhenaihetta, ku päihteet koska sen mä nyt tiesin, et se nyt ainaki yhistää. Ja ku me kaikki oltii oltu katkolla, ni me tiedettii, et mitkä meijä päih-teet niinku oli. Ja mitä enemmän me puhuttii niistä ni me päätettii sit hankkia niitä. H3

Haastateltavilta kysyttäessä, mistä he keskusteleivat keskenään tai mihin aiheisiin keskustelut liittyivät tauoilla tai jos ohjaajat eivät olleet läsnä ja kuuloetäisyydellä, esimerkiksi tupakkatauoilla. Liittyivät puheenaiheet lähinnä arkisiin asioihin, kuten kuulumisten vaihtoon sekä suurimmaksi osaksi päihteisiin. Haastateltaville arkisia tai jokapäiväisiä asioita, joista he keskustelivat, olivat siis päihteet ja siihen liittyvä elämä. Eli toisin sanoen puheet koskivat koko sitä prosessia, mikä liittyy huumeiden käyttöön, niiden hankkimisesta ja ostamisesta käyttöön ja niihin liittyviin kokemuksiin ja vaikutuksiin. Myös vankilatuomiot sekä jo suoritettavat vankeustuomiot että odotettavissa olevat olivat aiheita, joista haastateltavat puhuivat. Päihdeongelmaan ja sen syihin ei paneuduttu keskusteluisissa, jonka yksi haastateltavista toi esille ja koki sen hyvänä. Yleisesti haastateltavat kokivat, että oli hyvä, että puheenaiheet pysyivät kuitenkin kepeinä ja kevyinä.

- No joo tota, aika paljon ruuan valmistuksesta vaan ja sit tota mausteista ja tota. -
 - Onhan se semmosta rennompaaki...et ei siel mitää syvällisii keskustelui käydä
 (käyt kyllä todellakaa. Ettei siel niinku aleta pohtimaan, vaikka niinku jonkun, miks
 tää huumeita) - - no niinku ei kukaan tuolla käy, ellei jonkin tason ongelmaa oo
 jollain elämän osa-alueella. Ja niist ei puhuta, et ongelmist ei sinänsä puhuta. H3

et Et tääl on nii pal käyttäji, et ei oo pal puhenaiheit. Nii, enemmän se on heil sitä,
 he puhuu, et mitä on laitettu milloinki. Ei mua kiinnosta. Yleensä ne puheet liittyy
 kyl käyttöön. Aika harvoin tulee mittää järkevää kenenkää suust. H1

ja Me jutellaa toiste ongelmist tai muutenki, et mitä on touhunnu. Ja siel näkee sem
 mosii vanhoi tuttui, et mitä ei oo vähän aikaan nähny ni, sit vaihdetaa kuulumisii
 sillai. Et mite on menny, et onks tullu vedetty viinaa tai kamaa tai jottai tommost
 noi ja sit tota, et jos toine on ollu linnas ja tommotti. Ni et onk mittää tuomoi edes
 tai tommosii kaikennäkösii mitä me normaalisti jutellaa. H2

5.3 Päihteet ja ryhmätoiminta

Kolme neljästä haastateltavasta oli ollut ainakin kerran päihtyneenä ryhmätoiminnassa, vaikka he tiesivät, että se ei ole hyväksyttyä. Haastatteluissa kysyin, onko ryhmätoimintaan helppo tulla selvin päin ja vastaus oli ensin kaikilta myöntävä, mutta silti ristiriidassa, mitä he kertoivat.

No on. Kyl toi aika matala kynnyks on. Et ei oikeen ton matalampaan pysty. H1

ken No helppo tulla selvin päin ja helppo tulla sekasi. Koska se tehti sillo alkuun sel väks, et tosiaanki tullaan kunnossa ja selvin päin. Mut se kerta just mist mä äskertosin, et se yks kaveri sit meilt muilta jälkeinpäin, et mahtoks kukaan nähdä ja muuta, ni et se vaikutti munki päätöksentekoon. Ajattelin, miks mä en vois itte käydä sitä yhtä lonkeroo juomas. H2

Totta kai on. No, mä olen kerran... mä olin ottanu vähä enemmän rauhottavii sil loin. Mut ei kettää huomannu sitä. Eikä kettää tullu sanomaa ainakaa mul. Mut se oli se kerta. H3

mä Tiedän, et ryhmään ei sais missään nimessä mennä päihtyneenä, mut kerranki join vähän ennen sinne menoo, koska mua jännitti niin paljon ja sit mä olin, et vitsit, enks mä voi edes tonne mennä. Et sit mua vielä enemmän ärsytti, et miks mä en pysty näkemään ihmisiä. Koska se on sen verran harvinaista olla selvin päin ihmisten kanssa. H4

Vaikka ryhmään pitäisi tulla selvin päin, ovat haastateltavat tulleet päihtyneenä toimintaan, koska siitä ei ollut sanottu tai ohjaajat eivät ole aina huomauttaneet heille asiasta. Ohjaajat ovat kyllä joskus käännittäneet ovelta jonkun pois, jos asiakas on ollut todella päihtyneen oloinen. Yksi haastateltava toi esille sen, että jos asian suhteen alettaisiin olla todella tiukkoja, olisivat ohjaajat pian keskenään ryhmässä. Asiakas kertoi, että vaikka asiakkaat ovat olleet päihtyneinä, on toiminta kuitenkin ollut onnistunutta eikä siitä ole aiheutunut mitään vahinkoa kenellekään. Hänen mielestään olisi suurempi paha, jos toiminta lopetettaisiin sen takia.

Et jos siihen ruvetaan puuttumaan ja alettais vetää helvetin tiukkaa linjaa ni tääl olis koht (ohjaajat) kahestaa tekemäs ruokaa. Ja sit loppuis tääki, mikä on kum minki toiminu ja ihmiset on saanu apuu asoihin. H2

Asiakkaat kertoivat, että jos joku ryhmäläisistä on päihtyneenä, se ei häiritse heitä. Jos päihtynyt asiakas osaa käyttäytyä, eikä ole liian sekaisin, heidän puolestaan sellainen asiakas saa jäädä ryhmään. Mutta haastatteluissa tuli ilmi, että se saattaa vaikuttaa tai on vaikuttanut omaan päätöksentekoon, kun joku on tullut päihtyneenä ryhmään. Lupa on käytännössä annettu, jos asiaan ei puututa ja jos joku muukin on ollut päihtyneenä. Yksi haastateltavista kertoi, että

olisi kuitenkin todella noloa, jos hän tulisi päihtyneenä ja hänelle siitä huomautettaisiin tai hän joutuisi lähtemään pois.

Ryhmädynamiikka ja keskinäiset suhteet ja niihin ajoittain liittyvä problematiikka tulivat haastatteluissa esille. Suhteet osaan asiakkaisiin koettiin välillä ongelmallisiksi tai ristiriitaisiksi, koska melkein kaikki tuntevat toisensa vuosien takaa ja heillä on pitkä yhteinen historia päihteiden käytön suhteen. Ongelmalliset tilanteet liittyivät erilaisiin velkoihin, huumeiden myymiseen tai ostamiseen tai välien selvittelyyn. Kysyttäessä vaikuttiko jonkin asiakkaan läsnä -tai poissaolo omaan toimintaan jollain tavalla, vastaukset olivat moninaisia. Oma henkilökohtainen tilanne oli suhteessa siihen, miten asiaan suhtauduttiin, esimerkiksi masennus, huumeiden käyttö ja taloudellinen tilanne.

Ei kai se vaikuta, et ketä tääl käy. Mä oon aika vähä tekemisis näitte ihmisten kans muutenki, ku mä koitan olla päihteettömänä. H1

Vaikuttaa se aika vahvastikki. Jos nyt esimerkiks sul nyt on vähän niinku napit vastakkai jonku kaa ni, siin on tasan kaks vaihtoehtoo. Joko ne hommat saadaan sovittuu tai sit se on semmost pakkopullaa kummallekki. H2

Se on nii päivästä kii. Joskus se voi olla iha loistojuttu, et on uusii tyypei ja joskus taas on semmone olo, et toivottavasti siel olis se ja se ja semmoset tyypit. Semmoset yleensä rauhalliset kaverit. H4

Ryhmätoiminnan vaikutuksista päihteiden käyttöön sai aikaan keskustelua ja vastaukset olivat haastateltavilta monitahoisia. Pääasiassa ryhmätoiminnan vaikutukset ovat olleet positiivisia silloin, kun asiakas on päättänyt tulla mukaan ryhmään ja ollut osallisena koko toiminnan ajan. Yksi haastateltavista koki, että hänelle ryhmätoiminta ei vaikuttanut millään tavalla päihteiden käyttöön. Hän kertoi, että se on täysin itsestään kiinni ja omasta päästä, että pystyykö olemaan ilman päihteitä vai ei. Yksi haastateltavista säännösti juomistaan, jotta kykeni tulemaan paikalle, mutta palkitsi itsensä jälkeensä osallistumisesta. Yksi haastateltavista taas kertoi, että ryhmätoiminta pelasti sillä hetkellä hänet päihteiden käytöltä. Hänen piti mennä ryhmän jälkeen äitinsä luokse ja bussi tuli juuri sopivasti.

Voi olla et jonku kohal auttais, mut mun kohal ei. Mun kohdal se on iha oma päätös, käyttääks vai eiks käytä. Ni nyt ei oo tehny vuoteen mieli mittään. H1

Kahdenlaisia. Et mä vähän yritän edellisenä iltana välttää dokaamista, et juon vähemmän. Ja usein sen jälkeen mä jään palloilemaan tohon keskustaan, et mä vähän palkitsen itteeni, et mähän olin tossa ryhmässä ja kaikkee, ni voin mä vä hän ottaa. Eli tota, se kokonaismäärä pysyy vähän niinku samana. H4

Tukee se semmotti, mut sit siel on jottai nimeltä mainitsemattomia henkilöitä, jotka yrittää esimerkiks sopparyhmän jälkeenki pyytää mukaan. Ni ehkä ei tuu lähettyy, et kerranki bussi tuli just sopivasti. H3

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

6.1 Osallisuuden toteutuminen ja mahdollisuudet ryhmätoiminnassa

Ensisijainen tutkimustehtäväni oli tutkia, miten ryhmätoiminta tukee osallisuutta. tutkimuksen tulosten mukaan ryhmätoiminta tukee osallisuutta monin eri tavoin. Tutkimuksesta tuli ilmi, että toiminta on ollut asiakaslähtöistä. Toiminta oli vastannut asiakkaiden toiveita, tarpeita ja odotuksia. Tutkimuksen tulosten mukaan asiakkaat ovat olleet tyytyväisiä toimintaan ja se on koettu onnistuneeksi. Erityisesti juuri yhdessä tekeminen ovat tehneet ryhmästä rennon ja helpon tavan tulla mukaan sekä madaltanut kynnystä osallistua toimintaan. Osallisuutta oli tukenut siis tunne siitä, että toiminta on ollut asiakaslähtöistä matalan kynnyksen toimintaa.

Asiakaslähtöisyyden ja osallisuuden tulkitsen myös niin, että asiakkaat pystyivät vaikuttamaan toiminnan sisältöön. Heidän mielipiteitään oli kysytty ja heitä oli kuunneltu, esimerkiksi kun oli keskustelu, mitä ruokaa he haluaisivat tehdä tai mihin osaan ruuanlaitosta he haluaisivat osallistua, kuten leipomiseen. Tuloksista tuli myös ilmi rento ja salliva ilmapiiri ja tasavertaisuus ohjaajien ja ryhmäläisten kesken. Muiden asiakkaiden sekä ohjaajien kanssa oli helppo jutella ja tulla toimeen, eikä kukaan asettunut toisen yläpuolelle. Salliva ilmapiiri tarkoitti sitä, että kukaan ei kyseenalaistanut, miksi joku käy ryhmässä ja se, että kaikki Vintin asiakkaat olivat tervetulleita ryhmään. Osallistumisen ja motivaation syitä tulla ryhmään oli monia. Suurimmat syyt olivat lämmin ja monipuolinen ateria, seura sekä toiminta. Asiakkaat hakivat toiminnasta sosiaalista seuraa ja ihmiskontakteja sekä sisältöä päivään yksinäisyyden ja yksinolemisen ehkäisemiseksi. Ryhmä on siis tavoittanut juuri oikeanlaisia asiakkaita ja palvelut heidän sen hetkisiä tarpeitaan. Aktiivinen toiminta voi lieventää sosiaalista jännitystä, tarjota sosiaalisia kontakteja ja antaa mahdollisuuden hyväksytyksi tulemiselle. Ihmiset hakevat hyötyä myös ryhmästä etuja, kuten etuja ja palveluja. (Laimio & Karnell 2010, 12, 16, 18.)

Tutkimuksen tulosten mukaan ryhmätoiminnasta on ollut hyötyä, esimerkiksi päihteistä on kieltäytytty tai asiakas on pysynyt erossa päihteistä ainakin hetken ja saanut muuta ajateltavaa. Päihteetön ja arkinen tekeminen turvallisessa ympäristössä tukevat osallisuutta. Ryhmätoimintaa kuvattiin turvasatamaksi tai piilopaikaksi, jossa voi hetken olla pois päihteistä ja keskittyä aivan johonkin muuhun. Uusien asioiden opetteleminen, siinä asiakasta tukeminen ja asiakkaan itsenäisen tekemisen vahvistaminen lisäävät onnistumisen ja osaamisen tunteita, jotka edesauttavat voimaantumisen tunnetta ja näin ollen asiakas voi kokea itsensä osalliseksi ja tärkeäksi. Yksi haastateltavista kertoi, että ruokaryhmä pistää ihmisen ponnistelemaan ja yrittämään sekä tekemään asioita, joita ei normaalisti tekisi. Pitää ottaa myös muut ihmiset huomioon ja ruuan laitossa voi vielä onnistua hyvin. Koen, että ryhmätoiminnan tavoite on saavutettu, jos asiakas kokee, että hänen itsetuntonsa on noussut ainakin hetkellisesti ja hän on kokenut osaavansa ja onnistuneensa ja saanut siitä myös hyvää palautetta. Onnistumisen tunteet ja kannustavat sekä aidot kehu ovat melko harvassa tällaisilla asiakkailla ja ne ovat hyvin tärkeitä kokemuksia. Tutkimuksesta nousi myös positiivisena tuloksena se, että haastateltavat ovat todella oppineet jotain ruokaryhmässä ja joitain asioita on jäänyt mieleen. Asiakkaat ovat jakaneet omia tietojaan ja taitojaan sekä oppineet toisiltaan uusia reseptejä sekä tehneet asioita uudella ja erilaisella tavalla.

Asiakkaiden monitahoiset ja hyvin erilaiset elämäntilanteet vaikuttivat ryhmätoimintaan osallistumiseen. Tutkimuksesta tuli ilmi, että sen hetkinen päihtymistila tai päihteiden käyttö, psyykinen tila, esimerkiksi masennus, heikko taloustilanne sekä suhteet muihin ryhmän jäseniin olivat esteitä ryhmään tulemiseen. Jos nämä asiat vaikuttavat pitkäaikaisesti asiakkaan jokapäiväisessä elämässä, ne heikentävät asiakkaan osallisuuden kokemusta ja osallistumisen mahdollisuutta yleisesti. Kuten Raunio (2006, 150–151) kirjoittaa, huono-osaisuus ja kasautuneet ongelmat vaikuttavat kaikilla elämän osa-alueilla on syrjäytyminen kokonaisvaltaista. Ja juuri näillä asiakkailla sisäiset tekijät, kuten päihdeongelma ja rikollisuus vaikuttavat osallisuuden kokemukseen heikentävästi. Tällaisessa tilanteessa asiakkaan omat voimavarat ja motivaatio osallistua toimintaan ovat melko heikot ja koettu hyöty ei välttämättä ole niin suuri. Lämmin ateria ja

seura eivät kiinnosta tai niitä ei koeta sillä hetkellä tärkeäksi ja keskeiseksi asiaksi omassa elämässä, joihin haluaisi panostaa. Myös asiakkaiden sitouttamattomuus toi omat haasteensa. Asiakkaat eivät aina muistaneet toimintaa, vaikka heille soitti ja muistutti ennen ryhmän alkua.

6.2 Vertaisuuden merkitys ryhmässä

Toinen tutkimustehtäväni oli tutkia, mikä oli vertaistuen merkitys ryhmätoiminnassa. Tulosten mukaan puolet haastateltavista kokivat saavansa vertaistukea ja keskusteluapua muilta ryhmän jäseniltä ja he käyttivät sanoja ”vertaistuki” tai ”tukiryhmä”. Osa haastateltavista yhdisti vertaistuen käsitteen erilaisiin keskusteluryhmiin ja päihdeongelmista avautumiseen. Muiden tuki, hyvät keskinäiset suhteet sekä yhteisen ongelman jakaminen yhdistivät osaa haastateltavista. Asiakkaat olivat vertaisia keskenään ja he kokivat hyväksi sen, että ryhmä oli toiminnallinen perinteisen keskusteluryhmän sijaan. Hyvää oli se, että kukaan ei kyseenalaistunut miksi joku kävi ryhmässä, eikä päihdeongelmaan paneuduttu. Tuloksista voi siis päätellä, että vertaisuus ja tasavertaisena ryhmän jäsenenä oleminen yhdisti osaa asiakkaista ja tätä kautta he kokivat saavansa vertaistukea.

Melkein kaikki haastateltavat tunsivat toisensa ja ryhmässä käyvät ihmiset, joten he tiesivät toistensa tilanteet. Haastateltavat kertoivat, että he keskustelivat pääosin päihteistä keskenään, mutta parempien kavereiden tai ystävien kanssa he keskustelivat henkilökohtaisista asioista ja muista arkisista asioista. Vertaistuen ja vertaisuuden merkitys koettiin samankaltaisten ihmisten seurassa olemisesta ja samankaltaisten ongelmien jakamisesta. Asiakkaat olivat keskenään samalaisessa tilanteessa, he olivat Vintin asiakkaita ja heillä oli ongelma liittyen päihteisiin. Nämä asiat tiedettiin ja tiedostettiin, mutta sen suurempia ja syvällisempiä keskusteluja ei tarvittu eikä kaivattu, eikä sitä koettu tarkoituksenmukaiseksi ryhmätoiminnassa. He kävivät ryhmätoiminnassa viettämässä aikaa, laittamassa ruokaa, syömässä ja juttelemassa kavereiden kanssa. Kuten Laimio ja Karnell (2010, 12, 16, 18) kirjoittavat, vertaistoimintaan osallistutaan sen takia,

että tulisi paremmin kuulluksi, nähdä ja ymmärretyksi samankaltaisten ihmisten joukossa.

Sosiaali – ja terveysministeriön julkaisema loppuraportti, jonka tekivät osallistavan sosiaaliturvan työryhmä, tutki osallistavaa sosiaaliturvaa työttömien näkökulmasta. He tulivat siihen lopputulemaan, että omaehtoista osallistumista lisäävä toiminta olisi perusteltua tukea moni eri tavoin. Matalan kynnyksen toiminta toimisi väylänä palvelujen piiriin saattamisessa ja se on edullisin tapa ehkäistä syrjäytymistä (Anttila ym. 2015, 49). Vaikka tämä tutkimus koski työttömiä, koskee samalla tavalla myös mielestäni päihdeongelmaisista asiakkaita ja heillekin olisi tarvetta sekä hyötyä tällaisesta toiminnasta.

7 POHDINTA

7.1 Toiminnallinen sosiaalityö tulevaisuuden työmuotona

Yhteisöllinen ja toiminnallinen sosiaalityö ovat tulevaisuutta. Yhteisösosiaalityön tarkoituksena on osallistaa alueen ihmisiä sekä tunnistaa sen sosiaaliset verkostot. Hyvinvoinnin edistäminen ja erilaisten sosiaalisten ongelmien ennaltaehkäisy, lähipalveluiden kehittäminen sekä osallistumisen tukeminen yhdessä kunnan muiden toimijoiden kanssa, on yhteisösosiaalityön taustalla. (Tanskanen 2015, 110; Siirto & Tuuri 2015, 131.) Laajemmin sosiaalipalveluiden sekä sosiaalityön jalkautuminen ja asiakkaiden sekä asukkaiden osallistaminen yhteistyöhön sekä palvelujen saatavuuden ja asiakaslähtöisyyden lisääminen on tärkeää ja varmasti osa tulevaisuuden työkenttää. Erityisen tärkeää on osallistaa marginaalissa olevia ihmisiä.

Vaikka Vintti on jo edellä kävijä mielenterveys – ja päihdepalveluiden saralla. Palvelut ja apu löytyvät yhden oven takaa ja vastaanotolle saa ajan kohtuujassa, usein jopa heti. Ongelmiin tartutaan ja asiakas ei jää yksin palvelujärjestelmän pyörteisiin. Voisi ruokaryhmää ja yleisesti ryhmätoimintaa vielä kehittää ja muokata eteenpäin. Myös sosiaalihuoltolaki (1301/2014) korostaa osallisuuden vahvistamista, syrjäytymisen ja köyhyden ehkäisemistä ja ihmisarvoisen elämän turvaamista kaikissa vaiheissa. Erilaisiin ryhmätoiminnan muotoihin suurempi panostaminen voisi jalkauttaa ryhmätoiminnan sosiaalityön yhtenä työmuotona sinne, missä asiakkaatkin ovat. Pitkällä aikavälillä, se voisi tuottaa tulosta. Matala kynnys, toiminnan jatkuvuus ja paras mainos, eli puskaradio voisivat tuoda uusia asiakkaita palvelujen piiriin. Asiakkaiden asioihin voisi olla helpompia tarruttua sekä asiakkaan voisi olla helpompia kohdata työntekijä avoimessa ryhmässä. Joillekin kynnyskysymys voi olla ajan varaaminen toimistokäynnille. Särkelä (2009, 50) toteaa pro-gradu tutkimuksessaan, että päihteidenkäyttäjien osallisuutta ja osallistumista on tutkittu suurimmaksi osaksi vain kuntoutumisen näkökulmasta. Mutta laajemmin asiaa ei ole tutkittu. Ja kuten hän toteaa, ongelmana osallisuuteen ja osallistumiseen pidetään päihteiden käyttöä, joka toki

hankaloittaa täysvaltaista osallisuutta ja aktiivista toimijuutta. Mutta päihteidenkäyttäjien tavallista arkea ja elämää ja siihen liittyviä haasteita ja ongelmia osallisuuden toteutumisen suhteen yhteiskunnassa olisi mielenkiintoista sekä arvokasta tutkia enemmän.

7.1 Ryhmätoiminnan haasteet

Idea ryhmän taustalla oli tehdä toiminnasta mahdollisimman asiakaslähtöistä ja asiakkaan tarpeita ja kykyjä tukevaa päihteetöntä ja arkista toimintaa. Tässä asiassa on mielestäni onnistuttu. Toimintaa on ohjattu ja kehitetty koko ajan ensisijaisesti asiakasta ajatellen. Mutta kun työskennellään päihtyneiden ihmisten kanssa, siihen liittyy myös oma problematiikkansa. Ohjaajien sekä ryhmäläisten turvallisuus tulee ottaa huomioon. Ryhmätoiminnassa onkin aina kaksi ohjaajaa, oli asiakkaita sitten yksi tai kuusi eli ryhmää ei vedetä yksin. Päihtynyt asiakas saattaa esimerkiksi käyttäytyä arvaamattomasti, mutta en koe, että asiakkaat olisivat koskaan vaikuttaneet vaarallisilta tai heidän käytöksensä olisi ollut uhkaavaa. Ryhmään ei ole päästetty asiakkaita, jos he ovat olleet todella päihtyneen oloisia. On ollut myös sellaisia tilanteita, että asiakas itse on ovella todennut, että ei kykene nyt osallistumaan toimintaan.

Syy miksi asiakkaat saavat tulla ryhmään päihtyneenä on se, että on parempi, että he tulevat vähän päihtyneinä kuin se, että he eivät tule ollenkaan. Kuten yksi haastateltava sanoi, että ohjaajat saisivat olla keskenään ryhmässä, jos he alkaisivat ehdottomiksi päihteettömyyden suhteen. Tarkoituksena ei kuitenkaan tukea ja yleisesti hyväksyä päihtyneitä asiakkaita mukaan toimintaan, vaan tarkoituksena on se, että tuetaan sitä, että he ovat saapuneet paikalle. Tärkeää ja olennaista on se, että he ovat muistaneet, että ryhmätoimintaa on juuri sinä päivänä ja he ovat uskaltaneet, pystyneet tai kokeneet tärkeäksi tulla paikalle.

Toiminnan järjestämisen kannalta, haasteellista on sen pitkäjänteisyys ja kesto. Yleensä tällaiset ryhmät kuivuvat kasaan aikanaan, koska osallistujia ei ole ja ryhmään on vaikea sitoutua. Silloin herää kysymys, onko järkevää järjestää tällaista toimintaa, jossa resursseja menee hukkaan. Mutta juuri tähän ansaan ei

saisi mielestäni kompastua. Kun toiminta on säännöllistä ja pitkäjänteistä, asiakkaat löytävät kyllä perille. Pitää kuitenkin ottaa huomioon, että tarjottu palvelu kohtaa tarpeessa olevan asiakaskunnan ja se koetaan hyödylliseksi ja tarkoituksenmukaiseksi. Ongelmallista on asiakkaiden elämäntilanteiden ailahtelevaisuus ja erilaiset muuttuvat tilanteet. Aina ei myöskään ole sopivia asiakkaita tarjotulle toiminnalle ja silloin tulisi miettiä, onko toimintaa tarkoituksenmukaista jatkaa sellaisenaan vai voisiko sitä kehittää ja muokata, tulisiko se laittaa tauolle tai kenties jopa lopettaa kokonaan. Tutkimuksessa tuli kuitenkin ilmi, että ruokaryhmä on koettu tarpeelliseksi ja hyödylliseksi ja sen toivotaan jatkuvan.

7.2 Tutkimuksen luotettavuuden arviointia

Laadullisessa tutkimuksessa haasteena on objektiivisuus. Objektiivisuus lähtee tutkijasta ja olennaista on tarkastella tutkittavaa ilmiötä ulkopuolisena ja tarpeeksi kaukana kohteesta, jotta henkilökohtaiset arvot, näkemykset ja mielipiteet eivät sekoitu tutkittavaan kohteeseen. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 13.) Koen, että tutkimuksen tekeminen ja aineiston keruu tämän asiakasryhmän kohdalla oli melko haastavaa, mutta antoisaa. Kuten olen jo aiemmin kertonut, haastattelujen sopiminen ja niiden toteuttaminen oli haasteellista. Haastattelutilanteissa koin erityisen tärkeäksi, että minulla oli syntynyt asiakkaiden kanssa hyvä luottamus – ja vuorovaikutussuhde. Pystyin avoimesti ja suoraan kysymään kysymyksiä sekä pyytämään heitä tarkentamaan vastauksiaan, vaikka aiheet ja keskustelut olivat henkilökohtaisia, vaikeita ja usein vaiettuja asioita, kuten päihheet, rikollisuus, sairaudet ja tulot (Hirsjärvi ym. 2014, 207). En olisi, esimerkiksi pystynyt toteuttamaan haastatteluja ensimmäisen harjoittelujaksoni aikana, koska en olisi tuntenut asiakkaita tarpeeksi hyvin, eivätkä he minua. Koen, että objektiivisuus kuitenkin toteutuu tässä tutkimuksessa, koska minulla itselläni ei ole samaistumispintaa tai samankaltaisia kokemuksia, kuin haastattelemillani asiakkailla.

Oleellista on myös tutkimuksen reliabiliteetti eli luotettavuus sekä validiteetti eli pätevyys. Laadullisessa tutkimuksessa voi olla haasteellista arvioida tutkimuk-

sen pätevyyttä, koska tutkitut ilmiöt, ihmisten kokemukset ja näkemykset ovat aina uniikkeja, eikä toista täysin samanlaista tapausta ole. Tutkimuksen luotettavuutta kuitenkin lisää tarkka kuvaus tutkimuksen eri prosesseista ja selostus, miten niihin on päädytty. Kuten kuvaus haastattelujen paikoista, kestoista ja tilanteisiin vaikuttaneista positiivisista ja negatiivisista tekijöistä sekä haastatellijan oma arviointi haastattelujen kulusta vaikuttavat tutkimuksen luotettavuuteen. (Hirsjärvi ym. 2014, 231–233.) Olen pyrkinyt tutkimuksessani selostamaan tutkimuksen eri prosessit auki avoimesti ja totuudenmukaisesti. Olen huomionut ja kertonut myös haastattelujen kulkuun vaikuttaneet eri tekijät. Olen avoimesti kertonut eettisistä ristiriidoista, joita olen kohdannut tutkimusta tehdessäni, kuten mahdollinen päihtyneisyys haastatteluiden aikana. Tähän tutkimukseen osallistui vain neljä haastateltavaa, joten tutkimustulokset eivät ole laajemmin yleistettävissä, mutta ne saattavat antaa viitteitä muidenkin ryhmässä käyvien mielipiteistä ja kokemuksista.

Opinnäytetyötäni tehdessäni noudatin kaikissa kohdissa hyvää tieteellistä käytäntöä eli yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta. Huomioin muiden tutkijoiden työt asianmukaisesti ja esitin omat tulokseni oikeassa valossa ja avoimesti. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 130.)

LÄHTEET

- Anttila, O. ym. 2015. Osallistava sosiaaliturva. Työryhmän loppuraportti. Sosiaali – ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen julkaisemia raportteja ja muistioita 2015:20. Helsinki.
- Fisher, M. S. 2004. Groups for Substance Abuse Treatment. Handbook of social work with Groups Edited by Garvin, C. D., Gutiérrez, L. M. & Galinsky, M. J. 2004:15:259.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008 & 2011. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007 & 2014. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hokkanen, L. 2009. Empowerment valtaistumisen ja voimaantumisen dialogia. Teoksessa Sosiaalityö ja teoria. Mäntysaari, M., Pohjola, A. & Poso, T. (toim.) 2009. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hyväri, S. & Rissanen, P. 2014. The methodology of user research in social and health services Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti – Journal of Social Medicine 2014:51:289–300.
- Järvinen, T. 2009. Voimaantumisen (empowerment) arvioinnin haasteita. Artikkelijulkaisussa Ammattikasvatuksen aikakauskirja 2009:11:8–17. OKKA-säätiö 2009.
- Kaarinan kaupunki 2015a. Mielenterveys -ja päihdeyksikkö Vintti. Viitattu 15.4.2015
www.kaarina.fi > terveystieteet > mielenterveys – ja päihdeyksikkö Vintti
- Kaarinan kaupunki 2015b. Muita mielenterveys – ja päihdeyksiköitä Kaarinassa. Viitattu 12.10.2015
www.kaarina.fi > terveystieteet > mielenterveys ja päihdeyksikkö Vintti > muita mtp yksiköitä
- Kaarinan kaupunki 2015c. Talo. Viitattu 5.11.2015
www.kaarina.fi > terveystieteet > mielenterveys – ja päihdeyksikkö Vintti > Talo
- Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Keronen, V. 2013. Asiakslähtöisyys – olennainen tekijä sosiaalihuollossa. Tesso – sosiaali – ja terveystieteiden aikakauslehti. Viitattu 19.10.2015
www.tesso.fi > artikkeli > asiakslähtöisyys olennainen tekijä sosiaalihuollossa
- Kopakkala, A. 2011. Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Helsinki: Edita.
- Laitila, M. 2010. Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdeyksikössä. Fenomenografinen tutkimusraportti. Kuopio: Kopiojyvä Oy.
- Laimio, A. & Karnell, S. 2010. Vertaistoiminta – kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA. Viitattu 20.10.2015
www.kansalaisareena.fi > Vertaistoiminta kannattaa
- Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 22.9.2000/812. Viitattu 19.10.2015
www.finlex.fi > laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista
- Mattila-Aalto, M. 2009. Kuntoutusosallisuuden diagnoosi. Tutkimus entisten rappiokäyttäjien kuntoutumisen muodoista, mekanismeista ja mahdollisuuksista. Helsinki: Yliopistopaino.

Mielenterveyden keskusliitto 2015. Vertaistoiminta. Viitattu 19.4.2015.
www.mtkl.fi > palvelut > vertaistoiminta

Niiranen, V. 2002. Asiakkaan osallistuminen tukee kansalaisuutta sosiaalityössäkin. Teoksessa *Marginaalit ja sosiaalityö*. Juhila, K., Forsberg, H. & Roivainen I. (toim.) 2002. Jyväskylä: Kopiojyvä Oy.

Niemistö, R. 2000. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. Tampere: Tammer-Paino.

Nivala, E. & Ryyänen, S. 2013. Kohti sosiaalipedagogista osallisuuden ideaalia. Teoksessa *Sosiaalipedagoginen aikakauskirja* 2013:14:24.

Palojärvi, H. 2009. Vertaistuki voimaantumisen välineenä sosiaalityössä. Miten NOVAT –ryhmä tukee ja auttaa, kun naisella on paha olla? Helsinki: Yliopistopaino

Päihdelinkki 2009. Päihteidenkäyttö ja yhteiskunnallisen osallisuuden ongelmat. Viitattu 3.6.2015
www.paihdelinkki.fi > tietopankki > tietoisut > päihteet-ja-yhteiskunta > päihteidenkäyttö ja yhteiskunnallisen osallisuuden ongelmat

Raunio, K. 2006. Syrjäytyminen. Sosiaalityötä kiinnostavia näkökulmia. Helsinki: Sosiaali –ja terveysturvan keskusliitto.

Rusi-Pyykkönen, M. 2006. Ryhmästä voimaa. Teoksessa *Keinot käyttöön arjen areenoilla. Kuvuas verkostohankkeen toteutuksesta: Käsikirja vertaisryhmän ohjaajalle ja kehittämistoiminnan vastaavalle*. Lehtonen, H. (toim.) 2006. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.

Salonen, K. 2006–2011. Kvalitatiiviset tutkimusmenetelmät – lyhyt oppimäärä. Turun ammatti-korkeakoulu.

Siirto, U. & Tuuri, K. 2015. Yhteisötyön menetelmät sosiaalialalla. Teoksessa *Asiakastyön menetelmiä sosiaalialalla*. Näkki, P. & Sayed, T. (toim.) 2015. Keuruu: Otava.

Siitonen, J. 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulu: Oulun yliopisto.

Soininen, M. 1995. Tieteellisen tutkimuksen perusteet. Turku: Turun yliopisto.

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014. Viitattu 27.10.2015
www.finlex.fi > sosiaalihuoltolaki

Särkelä-Kukko, M. 2014. Osallisuus – teoriaa ja tekoja. Teoksessa *Osallisuuden jäljillä*. Jämsén, T. & Pyykkönen, A. (toim.) 2014. Saarijärvi: Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry.

Särkelä, M. 2009. Miten huono-osainen voi olla osallinen? Tarkastelussa päihteidenkäyttäjien, toimeentulotuen saajien, vankien ja asunnottomien osallisuus ja aktiivinen kansalaisuus. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto

Tanskanen, L. 2015 Toiminnallisuus ryhmämuotoisessa asiakastyössä. Teoksessa *Asiakastyön menetelmiä sosiaalialalla*. Näkki, P. & Sayed, T. (toim.) 2015. Keuruu: Otava.

THL 2014. Päihderiippuvuus. Viitattu 17.10.2015.
www.thl.fi > mielenterveys > mielenterveyshäiriöt > päihderiippuvuus

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2004 & 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Haastattelulupa

Suostun vapaaehtoisesti osallistumaan Julia Mäen suorittamaan haastatteluun, jossa hän tutkii Vintin asiakkaiden kokemuksia osallisuudesta ja vertaistuesta ryhmätoiminnassa. Minulle on selvitetty haastattelun tarkoitus ja että nauhoitettua materiaalia käytetään luottamuksellisesti sekä nauhoitetut haastattelut tuhoetaan asianmukaisesti tutkimuksen päätteeksi.

Annan suostumukseni haastatteluun ja että nauhoitettuja keskusteluja saa käyttää tutkimuksen tekoon. Tarvittaessa annan suostumukseni myös uusintahaastatteluun.

Aika ja paikka

Allekirjoitus

Haastattelurunko

Perustiedot:

- ikä
- ammatti/koulutus
- asiakassuhde Vinttiin

Ryhmätoiminta

- Kerro, mitä ryhmätoiminnassa yleensä tehdään?
- Kuvaile, minkälainen ilmapiiri ruokaryhmässä on?
- Oletko oppinut jotain uusia taitoja ryhmätoiminnassa?
- Miten koet ohjaajat ruokaryhmässä?
- Onko muiden asiakkaiden läsnä/poissaolo vaikutusta ryhmätoimintaan tulemiseen?
- Onko ryhmätoimintaan helppo tulla selvin päin?
- Onko ryhmätoiminnalla vaikutuksia päihteiden käyttöösi?

Osallisuus/voimaantuminen

- Miksi osallistut ryhmätoimintaan?
- Koetko, että olet pystynyt vaikuttamaan ryhmätoiminnan sisältöön?
- Onko ryhmätoiminta vastannut toiveitasi/ajatuksiasi/haluamaasi?
- Minkälaiseen ryhmätoimintaan haluaisit osallistua?
- Miten ryhmätoimintaa voisi mielestäsi kehittää?
- Koetko kuuluvasi tähän ryhmään?
- Kuinka usein käyt ryhmätoiminnassa?
- Onko ryhmätoimintaan helppo tulla?
- Onko muiden asiakkaiden läsnä/poissaololla vaikutusta ryhmätoimintaan tulemiseen?
- Koetko ryhmätoiminnan tuovan sisältöä päivääsi/viikkoosi?
- Oletko saanut uusia kavereita/tutustunut uusiin ihmisiin ryhmässä?

Vertaistuki

- Miten tulet toimeen muiden ryhmäläisten kanssa?
- Onko muille ryhmäläisille helppo jutella?
- Oletko oppinut muilta ryhmän jäseniltä jotain uutta?
- Koetko saavasi tukea muilta ryhmän jäseniltä?