

NUORTEN KOKEMUKSIA VOIMAANTUMISESTA
PALVELU OLEN MINÄ! -HANKKEESSA

"On tullu onnistumisii, niin sitä on alkanu jotenkin silleen niin ku ettii niit lisää!"

Opinnäytetyö

syksy 2016

Anne Elojärvi

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Syrjäytymisvaarassa olevien terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen

Sosionomi (ylempi AMK)

TIIVISTELMÄ

Elojärvi, Anne. Nuorten kokemuksia voimaantumisen Palvelu olen minä! -hankkeessa. Helsinki, syksy 2016, 80 s, 4 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Syrjäytymisvaarassa olevien terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen, sosionomi (ylempi AMK).

Opinnäytetyössäni tutkin nuorten kokemuksia voimaantumisen Palvelu olen minä! -hankkeesta. Tavoitteena oli arvioida ja kehittää hankkeen toimintamallia toimintatutkimuksellisin keinoin. Palvelu olen minä! -hanke on Vantaan Nuorisopalveluiden kolmivuotinen ESR-rahoitteinen hanke, jossa on luotu uudenlaista sosiaalisen kuntoutuksen toimintamallia heikossa psykososiaalisessa tilanteessa oleville 16-28-vuotiaille nuorille. Toimintamallissa yhdistyvät vahva yksilötyö yhdessä ryhmätoiminnan sekä verkostotyön kanssa.

Keräsin tämän opinnäytetyön aineiston viiden hankkeen kuntoutusprosessiin osallistuneen nuoren haastatteluista seurantakäynneillä 9.2.-14.4.16 välisenä aikana. Menetelminä käytin dialogia sekä teemahaastattelua. Dialogin avulla kävimme nuoren asiakasprosessin läpi etsien nuoren voimaantumiseen liittyviä kokemuksia. Tämän jälkeen teemahaastattelu toimi nuorten voimaantumisen kokemuksia jäsentävänä ja syventävänä menetelmänä. Haastattelujen analyysimenetelmänä käytin teoriaohjaavaa sisällönanalyysia.

Tulosten perusteella nuorten omat voimavarat aktivoituivat kuntoutusprosessin aikana. Nuorilla heräsi halu kehittyä ja mennä elämässä eteenpäin. Konkreettiset asiat, kuten kodin ulkopuolelle lähteminen ja säännöllinen päivärytmi voimaantuttivat nuoria. Heidän itsetuntemuksensa ja -arvostuksensa paranivat ja he rohkaistuivat toteuttamaan unelmiaan. Heidän rohkeutensa kasvoi myös sosiaalisissa tilanteissa. Nuoret oppivat hyväksymään itsensä paremmin, erityisesti introverttiuteen liittyviä piirteitään. He kiinnostuivat omasta hyvinvoinnistaan. Vaikeisiin tilanteisiin löytyi selviytymiskeino ryhmässä tehdyistä rentoutusharjoituksista. Lisäksi nuoret kokivat Palvelu olen minä! -hankkeen ilmapiirin rennoksi, hyväksyväksi ja osallisuuteen rohkaisevaksi.

Tutkimustulosten perusteella voidaan todeta, että Palvelu olen minä! -toimintamalli tukee nuorten voimaantumista. Tulosten pohjalta hanketiimissä kehitettiin uusi asiakassuunnitelma nuorelle. Nuoren suunnitelma on työväline sosiaalisen kuntoutuksen ja voimaantumisen parissa työskenteleville ammattilaisille.

Asiasanat: sosiaalinen kuntoutus, asiakasprosessi, voimaantuminen

ABSTRACT

Elojärvi, Anne. Young people's experiences of empowerment in the project Service is Me! Helsinki, Autumn 2016, 80 p, 4 appendices. Language: Finnish. Diaconia University of Applied Sciences, Promotion of the health and wellbeing of people in danger of marginalization, Master of Social Services (UAS master's degree).

In this research the young people's experiences of empowerment were studied in the project called Service is Me! The aim was to evaluate and develop the approach of the project by using the action research methods. Service is Me! is a three-year-long project in Vantaa Youth Services, Finland. The project is funded by European Social Funds. A new type of approach of social rehabilitation has been created in the project for young people from 16 to 28 year old who are in a weak psychosocial situation. The approach combines a strong individual work with group activities and social network.

The research material was collected by interviewing five young people who had participated in the project. The interviews were done in follow-up visits between February and April 2016. The dialogue and the theme interview were used as research methods. The dialogue was used to go through the customer process where especially the experiences of empowerment were searched for. After the dialogue the theme interview was used to structure and deepen the experiences of empowerment of the young people. The guiding theory of content analysis was used as a method of analysis.

According to the results the young people's resources of empowerment were activated during the rehabilitation process. The young people experienced that they wanted to make progress and go forward in their lives. Concrete things like leaving the home and regular daily routines made the young people feel empowered. Their self-knowledge and self-esteem got better and they were able put their dreams into action. Their courage was increased also in the social situations. The young people learned to accept themselves better, especially the qualities of the introvert personality. They got interested in their own well-being. For the challenging situations they found a way to cope from the relaxation exercises that had been used in the group. The young people experienced the atmosphere in the project Serve is Me! as relaxed, accepting and encouraging to participation.

According to the results the Service is Me! approach supports the young people's experiences of empowering. By using the results of this research the project team developed a new layout for the young people's customer plan. The new customer plan for the young people is a tool for the professionals who work in the area of the social rehabilitation and empowering.

Keywords: social rehabilitation, customer process, empowering

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 SOSIAALINEN KUNTOUTUS	8
2.1 Nuoren asiakasprosessi	9
2.2 Käytänteitä ja tutkimuksia.....	13
2.3 Palvelu olen minä! -hankkeen toimintamalli.....	15
3 VOIMAANTUMINEN	17
3.1 Yksilöllinen ja yhteisöllinen prosessi.....	18
3.2 Voimaantumisen vaikuttavuus.....	23
3.3 Voimaantumisen edistäminen käytännön työssä.....	26
3.4 Voimaantumisen ja sosiaalisen kuntoutuksen yhteiset työorientaatiot	31
4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA METODISET RATKAISUT.....	32
4.1 Tarkoitus ja tutkimuskysymykset	32
4.2 Aineiston hankinta	32
4.3 Aineiston analyysi.....	37
4.4 Eettisyys ja luotettavuus	38
5 TULOKSET	43
5.1 Omien voimavarojen aktivoituminen.....	43
5.2 Itsetuntemuksen ja -arvostuksen paraneminen.....	45
5.3 Tulevaisuuteen orientoituminen.....	48
5.4 Ilmapiirin merkitys.....	51
6 TOIMINTAMALLIN KEHITTÄMINEN	56
7 POHDINTA	59
LÄHTEET.....	65
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Globalisoitu ja pirstaleinen nyky-yhteiskuntamme haastaa nuoret tasapainoilemaan oman yksilöllisyytensä sekä koulutus- ja työelämän vaatimusten kanssa. Nuorilta vaaditaan monenlaisia valmiuksia ja joustavuutta. Useimmat tähän sopeutuvat, mutta on myös niitä, jotka kokevat voimattomuutta yhä toistuvien valintojen edessä. Haasteena yhteiskunnallemme ovatkin ne nuoret, jotka psykososiaalisista syistä ovat jäämässä tai jääneet työ- ja opiskeluelämän ulkopuolelle kovien kilpailukynnysten vuoksi. (Karjalainen 2008, 12 - 13.)

Voimattomuus on syventynyt yhteiskunnassamme muun muassa rakenteellisten muutosten myötä (Räsänen 2006, 93). Viime vuosikymmenten yhteiskunnalliset muutokset ovat laittaneet eri sosioekonomisia ryhmiä eriarvoiseen asemaan sosiaalisten valmiuksien ja mahdollisuuksien suhteen. Tutkimukset osoittavat, että muun muassa lisääntyvien mielenterveysongelmien taustalta löytyy usein yhdesäolon ongelmia. Vauraus ei tervehdytä, vaan merkityksellisyyden ja osallisuuden kokemukset sekä luottamus tulevaisuuteen ovat asioita, jotka voimaannuttavat ihmistä. (Maunu 2014, 6 - 7.)

Keväällä 2015 voimaan astunut sosiaalihuoltolaki määrittää ensi kerran sosiaalisen kuntoutuksen. Sillä pyritään ehkäisemään syrjäytymistä, tukemaan sosiaalista toimintakykyä, elämänhallintaa ja osallisuutta (Tuusa & Ala-Kauhaluoma 2014, 6). Sosiaaliseen kuntoutukseen liittyy asiakkaan voimaantumista tukevia työmuotoja, joita toteutetaan yksilö-, ryhmä- ja verkostomuotoisina (Hinkka, Koivisto & Haverinen 2006, 24, 37). Kuntoutumisen kokonaistavoitteena voidaankin pitää asiakkaan voimaantumista omassa arjessaan (Savukoski & Kauramäki 2008, 134). Myös sosiaalialan ammatillisen työn yhtenä tärkeänä tavoitteena on asiakkaan voimavarojen lisääminen ja myönteisten ratkaisumallien kehittäminen vaikeuksien keskellä (Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet 2013, 25).

Palvelu olen minä! -hanke on Vantaan Nuorisopalveluiden hallinnoima kolmivuotinen ESR-rahoitteinen hanke, jossa olen ollut yhtenä työntekijänä luomassa uudenlaista sosiaalisen kuntoutuksen toimintamallia heikossa psykososiaalisessa

tilanteessa oleville 16-28 -vuotiaille nuorille. Palvelu olen minä! -toimintamallissa yhdistyvät vahva yksilötyö yhdessä ryhmätoiminnan sekä verkostotyön kanssa. Tässä opinnäytetyössä selvitettiin, miten Palvelu olen minä! -hankkeen sosiaalinen kuntoutus tukee nuorten voimaantumista. Tavoitteena oli arvioida ja kehittää Palvelu olen minä! -hankkeen sosiaalisen kuntoutuksen toimintamallia toimintatutkimuksellisin keinoin. Haastattelujen avulla nostettiin heikossa psykososiaalisessa tilanteessa olevien nuorten äänet kuuluviin erityisesti voimaantumisen näkökulmasta. Tutkimustulosten pohjalta yhteistyössä hanketiimin kanssa kehitettiin uusi asiakassuunnitelma nuorelle. Se on työväline sosiaalisen kuntoutuksen parissa työskenteleville voimaantumisesta kiinnostuneille alan ammattilaisille.

2 SOSIAALINEN KUNTOUTUS

Sosiaalinen kuntoutus on kehittynyt hyvin hitaasti 1970-luvulta lähtien, koska sillä ei ole ollut lakisääteistä asemaa palvelujärjestelmässämme ja toisaalta sosiaalinen kuntoutus käsitteenä on antanut tilaa hyvin monenlaisille ihmisen toimintakykyä edistäville toiminnoille. Sen voidaan kuitenkin katsoa vahvistuneen 1990-luvun alusta muun muassa vaikeasti työllistyvien työtoiminnan kehittämisen myötä. (Tuusa & Ala-Kauhaluoma 2014, 6 - 7.)

Perinteisesti katsottuna kuntoutus jaetaan lääkinälliseen, kasvatukselliseen ja ammatilliseen kuntoutukseen. Kuntoutuslainsäädännössä kuntoutuksen tarve on nähty lääketieteellisestä näkökulmasta, vaikka moderni aikamme edellyttää yksilöltä arjesta selviytymisessä erityisesti sosiaalista toimintakykyä. (Savukoski & Kauramäki 2008, 125 - 126.) Sosiaalinen tieto nähdäänkin usein lääketietoon verrattuna aputietona, vaikka sosiaalinen tieto saattaisi olla ensisijaista ihmisen kuntoutumisen näkökulmasta. Tämä johtuu pitkälti sosiaalivakuutusjärjestelmässämme, missä kuntoutuksen myöntämisen kriteeriksi vaaditaan lääkärinlausunto. (Metteri & Haukka-Wacklin 2008, 59.) Yhteiskunnallinen tilanteemme vaatii lääkinällisen kuntoutuksen rinnalle ja sen täydennykseksi sosiaalisen kuntoutuksen lähestymistapaa. Kuntoutusprosessissa tarvitaan niin fyysisiä, psyykkisiä, sosiaalisia, psykososiaalisia kuin dialogisiakin menetelmiä. Yksilölliset sekä vuorovaikutteiset kuntoutusmenetelmät voivat mahdollistaa yhä monimutkaisemman asiakkaan elämäntilanteen jäsentämisen. (Karjalainen 2008, 21 - 23.)

Keväällä 2015 voimaan astunut uusi sosiaalihuoltolaki on merkittävä, koska sosiaalisesta kuntoutuksesta tuli ensi kertaa lakisääteinen. Uusi sosiaalihuoltolaki selkiyttää ja vahvistaa sosiaalisen kuntoutuksen käsitettä ja käytäntöjä (Tuusa & Ala-Kauhaluoma 2014, 8 - 9). Uuden sosiaalihuoltolain 17§:n mukaan sosiaalisella kuntoutuksella tarkoitetaan sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin annettavaa tehostettua tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi ja osallisuuden edistämiseksi. Sosiaaliseen kuntoutukseen kuuluu: 1) sosiaalisen toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen selvittäminen; 2) kuntoutusneuvonta ja -ohjaus sekä tarvittaessa kuntoutuspalvelujen yhteensovittaminen; 3)

valmennus arkipäivän toiminnoista suoriutumiseen ja elämönhallintaan; 4) ryhmätoiminta ja tuki sosiaaliin vuorovaikutussuhteisiin; 5) muut tarvittavat sosiaalista kuntoutumista edistävät toimenpiteet. Nuorten sosiaalisella kuntoutuksella tuetaan nuorten sijoittumista työ-, työkokeilu-, opiskelu-, työpaja- tai kuntoutuspaikkaan sekä ehkäistään näiden keskeyttämistä. Ala-Kauhaluoma (2015, 8) toteaa määrittelyn olevan melko väljä, koska palvelun sisällöt syntyvät yksilökohtaisissa kuntoutusprosesseissa asiakkaan ja asiantuntijaverkoston yhteistyöllä.

2.1 Nuoren asiakasprosessi

Sosiaalisen kuntoutuksen kohderyhmänä ovat opiskelu- ja työelämän ulkopuolella olevat nuoret, joilla on toimintakyvyn ja elämönhallinnan problematiikkaa sekä haasteita sosiaalisissa suhteissa ja taloudellisissa asioissa. (Hinkka, Koivisto & Haverinen 2006, 17.) Uuden sosiaalihoitolain myötä asiakkaina pidetään nuoria toimeentulotukiasiakkaita, joilla on pitkäkestoisia ja usein useita samanaikaisia elämönhallinnan ongelmia (Ala-Kauhaluoma 2015, 8).

Uuden sosiaalihoitolain mukaisesti nuorten sosiaalisen kuntoutuksen palveluihin tulisi sisältyä yksilöllistä ja ryhmämuotoista tukea. Niiden avulla edistetään nuorten osallisuutta, elämönhallintaa, arjessa selviytymistä, vuorovaikutussuhteita, tulevaisuudensuunnitelmia ja itsenäistä asumista. Käytännössä nuorta autetaan ja ohjataan tarpeen mukaan erilaisissa arjen asioissa ja asiointiin liittyvissä haasteissa ja vahvistetaan nuorta oman toimintaympäristönsä rooleissa. Tuessa ja valmennuksessa voidaan käyttää paitsi nuoren omaehtoista toimintaa myös sekä ammattilaisten osaamista että vertaistukea sekä kolmannen sektorin aktivointi- ja harrastetoimintaa. Nuoria tulisi myös valmentaa työ- ja opintopolulla eteenpäin. (Ala-Kauhaluoma 2015, 10 - 11; Tuusa & Ala-Kauhaluoma 2014, 45.) Yksilöllisistä tilanteistaan johtuen asiakkaan tarvitsema tuki voi olla hyvin monenlaista ja se voi liittyä mihin tahansa sosiaaliseen kontekstiin (Savukoski & Kauramäki 2008, 127).

Uuden sosiaalihuoltolain voimaan tultua tarvitaan valtakunnallisia sosiaalisen kuntoutuksen arviointi-, kokeilu-, ja kehittämishankkeita. Näiden avulla voidaan suunnitella sosiaalisen kuntoutuksen palvelut uutta lainsäädäntöä vastaaviksi. Kehittämistyössä pitää hyödyntää jo olemassa olevat palvelut ja hyvät käytännöt, joissa on otettu huomioon yksilön kokonaisvaltainen tukeminen, ratkaisukeskeisyys ja osallisuus. (Ala-Kauhaluoma 2015, 11.) Sosiaali- ja terveysministeriön raportin mukaan sosiaaliseen kuntoutuksen järjestämiseen pitäisi kytkeä kaikki nuorten kanssa toimijat, kuten oppilaitokset, lastensuojelu, aikuissosiaalityö, etsivä nuorisotyö sekä TE-toimistot (Tuusa & Ala-Kauhaluoma 2014, 7, 23). Sitä voidaan toteuttaa yksilö- tai parityönä tai laajempina yhteistyönä. Työtä toteuttavien ammatillinen koulutus ja työorientaatiot voivat olla hyvin erilaisia. Sosiaalisen kuntoutuksen projekteja ja työmuotoja onkin toteutettu monitoimijaisissa verkostoissa. Tyypillisiä yhteistyötahoja on ollut työhallinto, terveystoimi, nuorisotoimi ja seurakunta. Työntekijöiden koulutuksina on esiintynyt Muun muassa sosiaali- ja terveydenhuollon, kasvatus- ja nuorisoalan tutkinnot. Rajojen ylittäminen on näkynyt muun muassa ammattiroolien ja organisaatioiden ylittämisen muodossa. (Hinkka ym. 2006, 5, 20 - 22.)

Sosiaali- ja terveysministeriön teettämän raportin mukaan sosiaalisen kuntoutuksen kehittämistarpeet puhuvat luukuttamisen lopettamisen puolesta. Asiantuntijahaastatteluiden mukaan nuorten palvelutarpeiden tunnistaminen ja arviointi pitäisi saada luontevaksi osaksi kaikkien toimijoiden työtettä ja sen pitäisi tapahtua siellä missä nuori ensi kertaa kohdataan. Kaikissa palvelupisteissä pitäisi pystyä arvioimaan nuoren tilanne ja kokoamaan tarvittavat verkostot hänen ympärilleen. Olisi huomioitava, että kaikki nuoret eivät kykene ”hakeutumaan” erilaisiin palveluihin. Etsivä nuorisotyö on syrjäytymisvaarassa olevien nuorten kohtaamisessa avainasemassa. (Tuusa & Ala-Kauhaluoma 2014, 19.)

Sosiaalinen kuntoutus koostuu muun muassa suunnitelmallisesta työotteesta, psykososiaalisesta työstä sekä moniammatillisesta verkostotyöstä, joka sisältää myös asiakkaan lähiyhteisön sekä työllistämisen tukitoimia. Työ on tavoitteellista ja pitkäjänteistä asiakaspalvelutyötä sekä palveluohjausta yhteistyössä nuoren

verkostojen kanssa. Palvelutarpeen suunnitelma tehdään aina yksilöllisesti nuoren kanssa. (Hinkka, Koivisto & Haverinen 2006, 37; Ala-Kauhaluoma 2015, 10.) Kun on tutkittu nuorten sosiaalista toimintakykyä vahvistavia kuntoutusmalleja, on todettu, että kuntoutusmuotojen tulee olla muun muassa yksilöllisistä tarpeista lähteviä, tulevaisuusorientoituvia ja osallisuutta vahvistavia. Voimavarakeskeinen tulevaisuuteen painottuva lähestymistapa sekä tukeminen osallisuuteen vahvistaa nuoria luomaan itselleen uudenlaista roolia. (Savukoski & Kauramäki 2008, 133.) Sosiaalisen kuntoutuksen prosessissa ohjataan nuorta dialogisin menetelmin usein monimutkaisissa ja vaativissa elämäntilanteissa (Karjalainen 2008, 22).

Suunnitelmallinen työskentelymalli ohjaa sosiaalisen kuntoutuksen prosessia. Suunnitelman tekeminen lähtee jokaisen nuoren omakohtaisista tavoitteista ja elämäntilanteen kartoittamisesta. Suunnitelmalliseen työskentelymalliin kuuluu suunnitelman kirjaaminen suunnitelma-asiakirjaan, jota tarkistetaan säännöllisin väliajoin. Tavoitteiden muotoutuminen voidaan nähdä prosesseina, jotka muotoutuvat asiakassuhteen ja luottamuksen syentyessä. Suunnitelmaan voidaan aina palata asiakassuhteen luottamuksen syentyessä ja tavoitteita tarkistaa ja uudelleen määrittää. Suunnitelmallinen työskentelymalli vaatii aikaa ja kykyä asiakkaiden toiveiden ja kokemusten kuulemiseen ja sitä kautta tavoitteiden määrittämiseen. (Hinkka, Koivisto & Haverinen 2006, 25.)

Asiakaskeskeisyydessä tärkeää on tutkimuksen mukaan voimavaraorientoituneisuus, myönteinen ilmapiiri, asiakkaan itsetunnon vahvistaminen ja tuen pitkäkestoisuus. Asiakkaan elämäntilanne ohjaa tuen järjestämisen aikataulua ja järjestystä. On tutkittu, että joissakin sosiaalisen kuntoutuksen projekteissa on keskitytty työllistymisen järjestämiseen, vaikka asiakas olisi ensisijaisesti tarvinnut tukea elämänhallintaan ja voimaantumiseen. Arjen ja käytännön läheisyys on nähty merkityksellisenä avun muotona. Asiakkaat ovat kokeneet myös motivointityön tärkeäksi. (Hinkka, Koivisto & Haverinen 2006, 27.)

Sosiaaliseen kuntoutukseen liittyy asiakkaan voimaantumista tukevia työmuotoja, joita toteutetaan yksilö-, ryhmä- ja verkostomuotoisina (Hinkka ym. 2006, 24,

37). Yksilöllisesti asetetut tavoitteet voidaan saavuttaa sosiaaliseen vuorovaikutukseen tukevan ryhmätoiminnan avulla sekä yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa yksilötukea unohtamatta. Myös toiminnallisia menetelmiä käytetään. Uusi sosiaalihuoltolaki jättää tilaa räätälöidä asiakkaan, ohjaajan ja yhteistyötahojen kesken asiakkaalle yksilökohtainen palvelukokonaisuus. (Tuusa & Ala-Kauhaluoma 2014, 6.)

Sosiaalisen kuntoutuksen yksilötyön katsotaan olevan suunnitelmallista keskustelu- ja motivointitukea, jossa keskiössä ovat asiakkaan elämäntilanne ja arjenhallinta sekä tulevaisuusorientaatio opiskelu- ja työnäkökulmasta (Hinkka, Koivisto & Haverinen 2006, 24). Asiakkaan elämäntilanteeseen perehtyminen ja aito tukeminen kuntoutusprosessissa ovat sosiaalisen kuntoutuksen asiakasprosessin onnistumisen kannalta keskeisiä asioita (Hinkka, Koivisto & Haverinen 2006, 28). Tuusa & Ala-Kauhaluoma (2014, 7) mainitsevat raportissaan WHO:n yhteisökuntoutuksen sosiaalisen kuntoutuksen yhtenä menetelmänä. Sen lähtökohdiana on toteuttaa palvelu kuntoutujan kotona tai omassa toimintaympäristössä. Myös sosiaalinen media ja internet ovat hyviä nuorten tapaamispaikkoja, joita pitäisi sosiaalisessa kuntoutuksessa hyödyntää (Ala-Kauhaluoma 2015, 10).

Ryhmämuotoisella toiminnalla pyritään antamaan asiakkaille mahdollisuus saada yhteisöllistä tukea ja vertaistukea muista ryhmäläisistä. Sekä vapaa-aikaorientoutunut että asiasisältöinen ryhmämuotoinen työ esiintyvät sosiaalisen kuntoutuksen malleissa rinnakkain. Vapaa-aikaorientoutuneena toimintana pidetään vapaa-ajan yhteistoiminnan järjestämistä ryhmäläisille. (Hinkka, Koivisto & Haverinen 2006, 25.) Ryhmässä on helppo tunnistaa ja tukea nuoren yhteisöllistä toimijuutta. Toimijuus puolestaan tukee osallisuuden kokemuksia, mikä tukee yhteisöllisyyden kasvua. Tällainen myönteisen tunnistaminen tulisi näkyä nuorten arjessa esimerkiksi kuuntelemalla aktiivisesti jokaista nuorta ja tunnistamalla hyviä asioita nuorten vuorovaikutussuhteissa. Sen avulla voidaan arjessa taistella syrjäytymistä vastaan. (Kallio, Stenvall, Bäcklund & Häkli 2013, 81 - 82.)

2.2 Käytänteitä ja tutkimuksia

Erilaisista sosiaalisen kuntoutuksen projekteista on saatu rohkaisevia tuloksia. Stakesin kartoittavan kirjallisuuskatsauksen (2006) mukaan sosiaalisen kuntoutuksen työmuotojen vaikutusten laadullisessa analyysissä huomioitiin muun muassa asiakkaiden elämässä tapahtuneita muutoksia. Analysoidun 20 tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että erilaisina projekteina toteutetut, monia toimenpiteitä ja työmenetelmiä sisältäneet sekä monialaisena yhteistyönä toteutetut sosiaalisen kuntoutuksen työmuodot tuottivat pääasiallisesti positiivisia vaikutuksia kohderyhmissä. Muun muassa asiakkaiden sosiaaliset taidot karttuivat, itsetunto ja elämänhallinta kohenivat, mikä näkyi työllistämistoimenpiteinä, työllistymisenä sekä koulutukseen osallistumisena. (Hinkka, Koivisto & Haverinen 2006, 29, 37.)

Helsingin kaupungin sosiaaliviraston sosiaalisen kuntoutuksen Pyörre-projekti vuosina 2002-2004 toteutettiin ryhmämuotoisena toimintana aikuissosiaalityössä niille ihmisille, joilla ei ollut voimavaroja osallistua kuntouttavaan työtoimintaan. Iältään asiakkaat olivat 20-vuodesta eteenpäin. Tavoitteena oli kunkin ryhmäläisen aktivoitumisen ja toimintakyvyn vahvistaminen kannustavassa ja rohkaisevassa ilmapiirissä vertaistuen ja suunnitelmallisen ja tavoitteellisen toiminnan keinoin. Tavoitteena oli myös tuoda sosiaalityöhön toiminnallisuutta sekä vertaisryhmätyöskentelyä yksilötyön rinnalle. Tulosten mukaan asiakkaiden sisäisen voimaantumisen arvioitiin kasvaneen, päivärytmin parantuneen ja aktiivisuuden lisääntyneen. (Kuusela & Kvick 2004, 1 - 3, 48.)

Sosiaali- ja terveysministeriön rahoittaman Kaste- ohjelman avulla on toteutettu monenlaisia onnistuneita sosiaalisen kuntoutuksen hankkeita ja kehitetty erilaisia toimintamalleja valtakunnallisesti. Muun muassa Sipoossa kehitettiin ennaltaehkäisevän työn malli Sieppari sekä koulupoissaoloihin ja muihin hälytysmerkkeihin puuttumisen malli Tuuppauskokoukset. Kotkassa kehitettiin ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen Elämisen taito -kurssi sekä pienryhmätoimintaa ulkomaalaistaustaisille nuorille ja heidän vanhemmilleen. Espoossa Nuorten Kipinä -kehittämisryhmässä aloitettiin muun mu-

assa matalan kynnyksen ryhmätoimintaa ja Espoon Vamoksessa kehitettiin syrjäytymisuhan alla olevien ja jo syrjäytyneiden nuorten sosiaali- ja terveys-, opiskelu- ja työllisyyspalvelut saman katon alle yhteistyössä kolmannen sektorin kanssa. (Tuusa ja Ala-Kauhaluoma 2014, 36.)

Tuusulan sosiaalisen kuntoutuksen yksikössä on tutkittu muun muassa nuorten muutostoiveja. Tutkimusten mukaan sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaat halusivat tukea toimeentuloon, koulutukseen, asumiseen, työllisyyteen, terveyteen, arkielämän sujuvuuteen, sosiaalisiin suhteisiin ja päihteiden käyttöön. Oman edistymisensä kannalta nuoret arvioivat hyödylliseksi neuvonnan ja ohjauksen, henkisen tuen ja motivoinnin sekä taloudellisen harkinnanvaraisen tuen. Tehtyjen tutkimusten mukaan 75 % nuorista arvioivat sosiaalisen kuntoutuksen vaikuttaneen positiivisesti heidän elämänhallintaansa. Tuusulassa tehtyjen tutkimusten mukaan nuoret, joiden sosiaaliset suhteet olivat kunnossa, saavuttivat sosiaalisessa kuntoutuksessa asetettuja tavoitteitaan paremmin kuin nuoret, joilla oli vaikeuksia sosiaalisissa kontakteissaan. Tuusulassa sosiaalisista vaikeuksista kärsivät nuoret eivät saavuttaneet tavoitteitaan päihde- ja mielenterveyskuntoutukseen ohjaamisessa tai kuntouttavaan työtoimintaan osallistumisessa. Näille nuorille toimivat verkostoyhteistyö, kotikäynnit ja tilannearvion ja palvelusuunnitelman tekeminen. Nuoret, joilla oli vaikeuksia ystävyys- ja perhesuhteissaan, mutta elämänhallinta oli kunnossa, saavuttivat tavoitteitaan heikommin. Mielenkiintoista oli, että tässä ryhmässä oli kuitenkin myös enemmän niitä, jotka saavuttivat tuloksia odotettua paremmin. Tämän ryhmän kanssa yhteistyökumppaneita olivat selvästi muita useammin etsivä nuorisotyö sekä mielenterveystyö. (Kivipelto 2013, 62 - 65, 70 - 74.)

2.3 Palvelu olen minä! -hankkeen toimintamalli

Palvelu olen minä! -hanke on 3-vuotinen nuorten syrjäytymistä ehkäisevä ESR-rahoitteinen hanke Vantaan nuorisopalveluissa. Hanketiimissä työskentelee sairaanhoitaja-sosiaaliohjaaja -työpari, projektipäällikkö, esimies ja tutkija. Toiminta on alkanut vuoden 2015 alussa. Hankehakemus sai alkunsa, kun etsivässä nuorisotyössä todettiin Vantaalta puuttuvan auttamistaho nuorille, jotka eivät pysty sitoutumaan ja toimimaan tarjolla olevissa ryhmätoiminnoissa. Hankkeen tavoitteeksi onkin asetettu uudenlaisen toimintamallin luominen psykososiaalisesti huonossa asemassa oleville 16-28-vuotiaille nuorille. Tavoitteena on juurruttaa ”palvelu olen minä” -periaatteeseen perustuvaa toimintamallia, jossa ”pois lähettämisen kulttuurista” päästäisiin irti ja jossa nuorelle räätälöitäisiin apu yhdestä paikasta. (Hankehakemus 2014)

Nuoret ohjautuvat hankkeeseen pääosin Vantaan etsivän nuorisotyön kautta. Myös sosiaalitoimi, mielialahäiriöpoliklinikka ja jälkihuolto voi sovitusti ohjata nuoria palvelun piiriin. Työskentely aloitetaan nuoren omista lähtökohdista käsin. Häntä voidaan aluksi tavata hänen valitsemassaan paikassa osallistumisen haasteellisuuden pienentämiseksi. Kaikessa hankkeen toiminnassa sovelletaan nuorisotyöllistä ja liikkuvaa työmallia, jossa keskeistä on ohjauksen ja tuen ohella nuorten osallistaminen ja aktiivinen tekeminen. Toiminnan tavoitteena on nuoren oman toimijuuden ja osallisuuden vahvistaminen sekä kiinnittyminen olemassa oleviin palveluihin kuntoutusprosessin päätyttyä. Nuoria on hankkeessa kerrallaan korkeintaan kymmenen. He ovat hankkeessa noin 6 kk tai niin kauan kuin jatkopaikka löytyy. (Hankehakemus 2014; Seurantareportti 1-6/2015)

Sosiaalisen kuntoutuksen toimintamallissa nuoren toimintakykyä nostetaan tavoitteellisesti vahvan yksilötyön, viikoittaisen ryhmätoiminnan ja monialaisen verkostotyön keinoin. Toimintamalliin kuuluu myös toistuva liikuntailtapäivä sekä tarvittaessa yhteistyö nuoren lähiverkostojen kanssa. Toimintaa ohjaa nuorten yksilölliset tavoitteet ja asiakaskohtainen suunnitelma. Ryhmä tarjoaa nuorelle vertaistukea. Toimintaa kuvaa prosessinomaisuus, dialogisuus, toiminnallisuus, ta-

voitteellisuus, liikkuva työote ja vierellä kulkeminen. Ohjaustyössä korostuvat voimaantuminen, motivointityö, arjenhallinnassa tukeminen, vuorovaikutustaitojen harjaannuttaminen, itsetuntemuksen lisääminen ja tulevaisuustyöskentely. Nuori pyritään kohtaamaan ilman diagnoosia. Tavoitteena on paitsi tuottaa nuorille hyvinvointia, myös juurruttaa yksilölähtöistä, pitkäjänteistä ja liikkuvaa työtettä työyhteisöissä, joissa työskennellään nuorten kanssa. (Hankehakemus 2014; Seurantaraportti 1-6/2015; Seurantaraportti 7-12/2016.)

3 VOIMAANTUMINEN

Empowerment -käsite on yleinen englannin kielisessä sosiaalialan kirjallisuudessa, mutta sillä ei ole vakiintunutta suomennosta. Se on käännetty voimaantumiseksi, valtaistumiseksi, valtaistamiseksi, voimavaraistumiseksi ja toimintavoiman lisäämiseksi riippuen erilaisista teoreettisista ja ideologisista lähtökohdista ja tavoitteista. Käsitettä pidetään hyvin moninaisena. (Kuronen 2004, 277 - 278.) Yhdysvaltalaisessa keskustelussa voimaantumisen juuret saatetaan sijoittaa jopa 1900-luvun taitteeseen, jolloin sosiaalityö alkoi professionalistumaan. Britit taas sijoittavat voimaantumisen käsitteen 1970-luvulle, jolloin sosiaalityö nähtiin vahvasti yhteiskunnan alistaviin rakenteisiin puuttuvana poliittisena toimintana. Kuronen esittää, että suomalaisen sosiaalityöhön voimaantumisen käsite olisi rantautunut 2000-luvun taitteessa voimavaralähtöisen ajattelun vahvistumisen myötä voimavarakeskeisestä sosiaalityöstä. (Kuronen 2004, 292, 280 - 282.)

Hokkanen (2014, 21, 43, 331) on väitöskirjassaan Autetuksi tuleminen – Valtaistavan sosiaalisen asianajon edellyttämät toimijuudet määritellyt empowermentin sekä voimaantumisenä että valtaistumisena. Nämä suomennokset pyrkivät tekemään eron kansainvälisen tutkimuksen tapaan ”individual tai personal” empowerment ja ”social tai collective” empowerment välille. Voimaantuminen viittaa hänen mukaansa yksilön sisäiseen voimaantumisen prosessiin ja valtaistuminen yksilön ja ympäristön väliseen prosessiin. Voimaannuttavassa lähestymistavassa keskeistä on ihmisen tai ihmisryhmän subjektiivinen kokemus muutosta vaativasta olotilasta ja siinä etsitään uutta tapaa määritellä itseä, omaa tilannetta ja suhdetta ympäristöön. Valtaistavassa lähestymistavassa keskeistä Hokkasen mukaan on yhteiskunnallinen ja yksilön elämään liittyvä eriarvoisuus, osattomuus ja vääryys, joihin haetaan muutosta ja päämääränä pidetään vääryyden poistamista.

Hokkasen (2014, 124) mielestä voimaantumisella ja valtaistumisella on roolinsa empowermentin kentällä. Sosiaalityössä ei hänen mukaansa tarvita näiden yhteensulautumista, vaan dialogia. Yksinomaan voimaannuttamiseen perustuva auttamispolitiikka ei riitä, sillä valtaistavien toimenpiteiden puuttuminen vain lisää

voimaannuttamista tarvitsevien ihmisten määrää. Myöskään pelkästään valtaistumiseen perustuva auttamispolitiikka ei ole toimiva ratkaisu, sillä se jättää yksinäiset ihmiset yksin. Hokkanen arvioi, että sosiaalityössä on tilaa niin valtaistumista kuin voimaantumista painottaville teoreettisille suuntauksille sekä tarvetta niin voimaannuttaville kuin valtaistavillekin käytännöille.

Suomessa voimaantuminen liitetään useimmiten enemmän yksilön voimavarojen ja vastuun lisäämiseen kuin kriittiseen tiedostamiseen sortoa ja epäoikeudenmukaisuutta aiheuttavista rakenteista ja sitä kautta kasvavaan valtaan toimia näiden epäoikeudenmukaisuuksien poistamiseksi. (Kivipelto 2008, 34.) Kuronen on suhtautunut kriittisesti siihen, ettei Suomessa voimavaraistumisesta keskusteltaessa olla otettu huomioon käsitteen poliittista näkökulmaa, joka useimmiten kansainvälisessä keskustelussa huomioidaan. (Kuronen 2004, 292, 280.)

Koska voimaantuminen on laaja ja moniulotteinen käsite, keskityn tässä opinnäytetyössä käsittelemään sitä sosiaalialan käytännön työorientaatioista käsin yksilön näkökulmaa painottaen. Yhteiskunnallinen näkökulma kuitenkin kulkee yksilön voimaantumisen rinnalla kaiken aikaa. Tässä opinnäytetyössä pyrin käyttämään voimaantumisen käsitettä, mutta myös valtaistumisen käsite esiintyy muun muassa tutkimusten yhteydessä.

3.1 Yksilöllinen ja yhteisöllinen prosessi

Sosiaalityössä on useita tapoja ymmärtää voimaantumisen käsite. Voimaantumisen prosessiluonteisuus nähdään kuitenkin yksimielisesti. Prosessissa tavoitellaan asiakkaan elämänhallinnan parantamista ja omaa kontrollia eri elämän alueilla. (Kuronen 2004, 279.) Voimaantuminen on myös elämään merkitystä, sisältöä ja laatua tuottava prosessi, jolla on positiivinen vaikutus ihmisen itsetuntoon ja ehkä myös toimijuuteen. (Savukoski & Kauramäki 2008, 134). Hokkanen (2014, 21) näkee voimaantumisen sekä päämääränä ja lopputuloksena. Prosessi korostuu sosiaalisessa kuntoutuksessa, joten keskityn tässä opinnäytetyössä voimaantumisen prosessiluonteisuuteen.

Voimaantuminen määritellään yksilölliseksi ja yhteisölliseksi prosessiksi, jossa tunnistetaan ja vahvistetaan ihmisen omia kykyjä ongelmien ratkaisemisessa. Ihmistä tuetaan yksilöllisin ja yhteisöllisin keinoin löytämään ja saamaan käyttöönsä tarvittavia voimavaroja. Tavoitteena on, että oman elämänhallinnan tunne kasvaisi. Voimaantumisen keskeisessä roolissa ratkaisuihin keskittyminen ongelmien sijaan. (Miettinen & Pelkonen 2000, 39 - 40.) Voimavara- ja sosiaalityön kehittäjiin kuuluva Saleebey määrittelee voimaantumisen prosessiksi, jossa yksilöitä ja ryhmiä autetaan löytämään ja käyttämään resursseja ja välineitä, joita löytyy heistä itsestään ja heidän ympäristöstään. (Kuronen 2004, 281 - 282.) Kuntoutumisessa olisikin hyvä tavoitella voimaantumisen kokemuksia asiakkaan omassa arjessa (Savukoski & Kauramäki 2008, 134). Räsänen (2006, 79) mukaan voimaantumisen prosessissa sekä yksilön että ryhmän mahdollisuudet vaikuttaa henkilökohtaisiin, sosiaalisiin, taloudellisiin ja poliittisiin voimiin vahvistuvat. Yksilön kokemus omista mahdollisuuksistaan vaikuttaa olosuhteisiin, saavuttaa päämääriään ja saada enemmän valtaa elämäänsä ovat voimaantumisen keskeisiä tekijöitä. Voimaantuminen lähestyy näin elämänhallinnan käsitettä.

Siitonen (1999) on tutkinut väitöskirjassaan Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua opettajaksi opiskelevien ammatillista kasvua. Myös Siitonen kirjoittaa, että voimaantuminen on henkilökohtainen, ihmisestä itsestään lähtevä prosessi, ja samalla myös sosiaalinen prosessi. Voimaantumista ei tuota kukaan toinen ihminen, mutta voimaantumisen prosessin kannalta toimintaympäristön olosuhteet voivat olla merkityksellisiä ja siihen voidaan yrittää vaikuttaa monilla mahdollisilla hienovaraisilla ratkaisuilla. Siitonen jaottelee sisäisen voimantunteen seitsemään kategoriaan. Ne ovat vapaus, vastuu, arvostus, luottamus, konteksti, ilmapiiri ja myönteisyys. Koettu vapaus tukee vastuun ottamista. Arvostus ja luottamus auttavat ihmistä luovien ratkaisujen tekemisessä. Kontekstilla eli toimintaympäristöllä on tärkeä merkitys voimaantumisen alkua ja ylläpitovaiheessa. Kun ilmapiiri koetaan arvostavana, heijastuu voimaantuneista ihmisistä myönteisyys. Puute yhdessäkin kategoriassa voi heikentää tai jopa estää sisäisen voimantunteen rakentumista ja ylläpitämistä. (Siitonen 1999, 14, 61, 118.)

Siitosen voimaantumisteoria koostuu viidestä premissistä, jotka muodostavat teorian ihmisen voimaantumisen. 1. premississä todetaan, että voimaantuminen on henkilökohtainen ja sosiaalinen prosessi, eikä voimaa voi antaa toiselle. 2. premississä voimaantuminen nähdään ihmisestä itsestään lähtevänä prosessina, jota jäsentävät voimaantumisen niin sanotut osaprosessit. Voimaantuminen on siis yhteydessä ihmisen omaan haluun, omien päämääriensä asettamiseen ja luottamukseen omiin mahdollisuuksiinsa. 3. premississä todetaan, että vahva voimaantuminen johtaa vahvaan sitoutumiseen ja heikko sitoutuminen johtaa heikkoon ja pintapuoliseen sitoutumiseen. Jos ihminen ei koe itse voivansa asettaa päämääriä ja jos hänen kyky- ja kontekstiuskomuksensa ovat heikot, vaikuttaa se hänen sitoutumiseensa ja samalla voimaantumiseensa. 4. premississä ajatellaan, että ihmisen hyvinvointi ja voimaantuminen ovat yhteydessä toisiinsa. Voimaantumisen ajatellaan olevan sekä yksilön että ryhmän hyvinvointia. 5. premississä todetaan, ettei voimaantuneisuus ole pysyvä tila. Jos konteksti- ja kykyuskomuksissa, päämäärien asettamisessa tai emotionaalisessa kokemuksessa tapahtuu muutoksia, vaikuttaa se voimaantumisen kokemukseen. (Siitonen 1999, 117, 161 - 165.)

Ihminen tarvitsee tunteen siitä, että kykenee aidosti vaikuttamaan omaan elämäänsä. Voimaantunut ihminen on rohkea, tulevaisuuteen orientoitunut ja hänellä on sosiaalisia taitoja. (Räsänen 2006, 79 - 80.) Voimaantunut ihminen on löytänyt omat voimavaransa ja hän on ulkoisesta pakosta vapaa. Voimaantunut ihminen määrää itse itseään. Voimaantumisen katsotaan usein merkitsevän henkilökohtaisen hallinnantunteen vahvistumista (Siitonen 1999, 79, 93.) Voimaantuneisuus on jatkuvan varuillaanolon vastakohta. Voimattomuus kumpuaa sosiaalisesta ympäristöstä sekä ihmisestä itsestään. Voimattomuutta kokenut henkilö on joutunut kokemaan, että hänen tahtoaan, itsemääräämisoikeuttaan ja toiveitaan vastaan on rikottu. Oireina näistä ovat usein pelokkuus ja ahdistuneisuus. Voimattomuus voi näkyä paitsi masentuneisuutena myös kontrollointina. Ryhmien ja sosiaaliluokkien voimattomuus on seurausta syrjimis- ja syrjäyttämismekanismien mahdollistamista säännöistä ja käytännöistä. (Räsänen 2006, 92 - 93.) Voimaantumisen onkin todettu olevan tärkeää mielenterveyden edistämisen ja masennuksen ehkäisemisen kannalta (Miettinen & Pelkonen 2000, 39 - 40).

Voimaantuminen näkyy erilaisissa sosiaalisissa konteksteissa osallistujien vallan lisääntymisenä - osallisuutena. Osallisuus on siis yksi voimaantumisen ilmene-
mismuoto. (Räsänen 2006, 79 - 80.) Voidaan myös katsoa, että voimaantumisen
kokemus kasvaa osallisuuden kokemusten myötä. Voimaantumisen myötä taas
omat voimavarat ja elämönhallintavalmiudet sekä identiteetti, minuuden perusta,
vahvistuvat, mikä puolestaan mahdollistaa osallisuuden kokemukset muun mu-
assa vertaisuudessa. (Rouvinen-Wilenius, Aalto-Kallio, Koskinen-Ollonqvist & Ni-
kula 2011, 59.)

Valta liittyy vahvasti voimaantumisen käsitteen ymmärtämiseen. Hokkasen mu-
kaan valtaistuminen eli yhteiskunnallinen osallisuus luo osallisilleen voimaannut-
tavia kokemuksia. Vallan tuntu ja vallan käytön kokemus lisäävät yksilön kompe-
tenssia. Myös voimaantuminen saattaa toimia katalysaattorina yhteiskunnalli-
selle valtaistumiselle. Vaikuttaa siltä, että voimaantumista vaaditaan valtaistumis-
prosessin käynnistämiseen ryhmässä ainakin yhdellä jäsenellä. Valtaistuminen
voi näin esiasteenaan edellyttää voimaantumista. (Hokkanen 2014, 21, 334.)

Adamsin (2003) käsitys voimaantumisesta on yhtä aikaa puolueellinen, henkilö-
kohtainen ja yhteiskunnallinen prosessi. Prosessi saattaa olla pitkä ja monivai-
heinen niille, jotka eivät saa ääntään kuuluviin. Hän vetoaa yhteiskunnalliseen
järjestelmään ja rakenteisiin, ei niinkään yksilöllisistä tai ryhmistä johtuviin syihin
tai puutteisiin. Adamsin voimaantumisen arvioinnin mallissa pyritään nimen-
omaan lisäämään heikompiensa tai vähemmän kuultujen ihmisten äänen
esiin saamista. Tavoitteena on, että yksilöt, ryhmät ja yhteisöt pääsevät vaikutta-
maan omiin asioihinsa ja olosuhteisiinsa. Ihannetila on, että ihmiset tulevat kyke-
neviksi auttamaan itseään ja muita sekä pystyvät maksimoimaan elämänlaatu-
aan riippumatta sosiaalisesta ryhmästään. (Kivipelto 2008, 29, 32.)

Freire tuo voimaantumisen poliittisuuden voimakkaasti esille (Kivipelto 2008, 29).
Freire ajattelee, että yhteiskunnallisessa tilanteessa vallitseva eriarvoisuus, köy-
hyys ja valtarakenteet estävät ihmisiä tavoittelemasta ihmisyyttä. Hänen mu-
kaansa perustava muutos edellyttäisi kuitenkin alistettujen ryhmien kykyä tiedos-

taa oma tilanteensa, jolloin yksilöiden oma vastuu korostuu. Niin sanottujen sorrettujen on välttämätöntä oivaltaa, että kun he ottavat asiakseen taistelun inhimillistymisen puolesta, he ottavat samalla vastaan täyden vastuun taistelusta. Freiren mukaan sorretut kuitenkin pelkäävät vapautta, koska vapaus vaatisi heitä luopumaan tästä varjosta ja korvaamaan sen itsenäisyydellä ja vastuulla. Vapauden voi saavuttaa vain valloittamalla, ei lahjana ja sitä on tavoiteltava jatkuvasti ja vastuullisesti. (Freire 2005, 48, 72.)

Suomalaisessa sosiaalityössä ei aina olla yhtä mieltä siitä, kuinka paljon asiakkaalle kuuluu vastuuta vallan ottamisesta ja kuinka paljon nähdään, että valtaa voi ammatillisesti antaa toiselle. (Kuronen 2004, 281.) Hokkanen (2014, 76, 117) näkee voimaantumisen riskinä tilanteen, jossa voimaantumisen prosessi tulkitaan apua hakevan omaksi prosessiksi niin pitkälle, ettei hän tule autetuksi vedoten hänen passiivisuuteensa. Hokkanen nostaa yhdeksi tärkeimmäksi vallan ympärillä käydyistä keskusteluista sosiaalityön näkökulmasta sen, jossa sosiaalityön ammatillista käytäntöä on lähtökohtaisesti pidetty vallan epäämisenä asiakkailta. Ongelmaksi tämä muodostuu, jos työn halutaan edistävän asiakkaan voimaantumista. Jos ammatilliset käytännöt ei tunnista vallan elementtiä toiminnassaan, ne ylläpitävät vallan epätasapainoa. Muun muassa dialogiset menetelmät ovat tähän vastauksena. Jo Freire (2005, 85) uskoi dialogisen prosessin mahdollistamaan molemminpuoliseen kasvuun.

Voimaantuminen on käsite, jonka voi nostaa Suomessa yhdeksi lapsi- ja nuorisososiaalityön ehkäisevän pienryhmä- ja vertaistoiminnan teoreettiseksi ja eettiseksi ohjenuoraksi. Kun nuoret leimataan koulumaailmassa lintsaajiksi, ohjaa se usein myös valittuja työmenetelmiä. Saamme helposti katseen pois siitä kasvuympäristöstä, jonka olemme itse luoneet ja tämä vaikuttaa myös siihen, kuinka nuorta kuullaan ja kuinka hänen tarpeitaan tulkitaan. Diagnostiikan syrjäyttämisloukku on siinä, että nuoren on muututtava, eikä ympäristöltä odoteta muuttamista. Voimaantumisen nuoret voivat tuoda omat tarpeensa paremmin esille ja osallistua itseään koskevaan päätöksentekoon sekä toiminnan sisällön suunnitteluun omassa kasvuympäristössään. (Heikkinen 2002, 43 - 46.) Voimaantuminen kun voi tavoittaa jokaisen ihmisen täysin uniikkina tapauksena, jolloin ketään

ei tarvitse jättää voimaantumisen prosessin ulkopuolelle sopivan vertaisryhmän puuttumisen vuoksi (Hokkanen 2014, 124).

3.2 Voimaantumisen vaikuttavuus

Erilaisissa uudistuksissa sosiaalityö joutuu tuomaan esiin paikkansa ja tarkoituksensa. Tämän vuoksi tietoa vaikuttavuudesta tarvitaan. Ei ole kuitenkaan yksimielisyyttä siitä, miten voimaantumisen vaikuttavuutta tulisi arvioida tai millainen mittari olisi siinä paras. (Kivipelto & Kotiranta 2011, 122.) Esittelen tässä kappaleessa joitakin tutkimuksia, joissa on mitattu voimaantumista erilaisin tutkimusmenetelmin.

Seuraavan tutkimuksen esittelyssä käytetään valtaistumisen käsitettä kuvaamaan voimaantumista. Kivipelto & Kotiranta (2011, 124 - 127) tekivät 25 kansainvälisen tutkimusartikkelin pohjalta tutkimuksen, jossa he tutkivat muun muassa miten valtaistuminen määritellään artikkeleissa kuvattujen valtaistumisen vaikuttavuuden arviointiin kehitettyjen tai sovellettujen mittareiden taustateorioissa. Muun muassa ”empowerment” termiä käytettiin hakusanana. Aineisto sisälsi tutkimusmetodeja aina syvähaastattelusta erilaisten mittareiden käyttöön. Artikkeleiden perusteella valtaistuminen määriteltiin yleisimmin hyvänä itsetuntona ja itsearvostuksena sekä hallinnan tunteena. Myös mahdollisuus vaikuttaa omaa elämää koskeviin asioihin ja tavoitteisiin nousi esille 12 artikkelissa. Sosiaalialalla korostettiin sosiaalisten suhteiden merkitystä kun taas terveysalalla tavoite kytkettiin erityisesti potilaan osallistumismahdollisuuksien lisäämiseen. 10 artikkelissa olivat esillä tasa-arvoinen osallistuminen ja toiminta muiden ihmisten kanssa. Sosiaalialan artikkeleiden perusteella ihminen valtaistuu, kun hän tulee osaksi sosiaalisia verkostoja ja yhteisöjä. Lähes puolessa artikkeleista resurssit, niiden käyttö ja hallinta tulivat esille valtaistumisen keskeisenä osa-alueena. Resurssit olivat sosiaalisia tai taloudellisia resursseja, erilaisia tukijärjestelmiä ja niiden hyödyntämistä. Myös yksilön toimivalta ja kyvyt käsitellä omassa elämässä tapahtuvia muutoksia nähtiin valtaistumisessa tärkeänä ja myös arkiaskareista selviytyminen nähtiin osana valtaistumista.

Kivipellon & Kotirannan (2011, 127) mukaan artikkeleissa oli viitteitä kriittisten yhteiskunta- ja kasvatustieteiden valtaistumiskäsitteistä. Tämän mukaan valtaistumisen tulisi johtaa oikeudenmukaiseen ja tasa-arvoiseen yhteiskuntaan. Kriittisten näkemysten mukaan valtaistumista tarvitaan yksilötasolla tietoisuuden lisäämisessä, yhteisötasolla toiminnallisuuden ja osallisuuden lisäämisellä sekä yhteiskunnallisella tasolla päätöksenteossa. Valtaistumista tuetaan, kun kehitetään jonkin marginaaliryhmän taitoja, lisätään heidän tietoa ja valmiuksia sekä kollektiivisia mahdollisuuksia. Kriittisen tietoisuuden avulla ihmiset saavuttivat artikkeleiden mukaan paremman tietoisuuden valta-suhteista ja kulttuuris-sosiaalisesta todellisuudesta, joka vaikutti heidän elämäänsä. Kriittinen tietoisuus auttoi ihmisiä muuttamaan omaan elämään vaikuttavia negatiivisia asioita.

Yhdysvalloissa tehdyn tutkimuksen tarkoituksena oli muun muassa selvittää, miten sekä sosiaalityöntekijät että asiakkaat käsittävät voimaantumisen. Se perustui 20 ryhmähaastatteluun, jossa asiakasryhminä olivat nuoret, vanhukset, yksinhuoltajat ja yhteisössä aktiiviset sekä sosiaalityöntekijät. Tulosten perusteella asiakkaat eivät yleensä maininneet sosiaalityöntekijää prosesseissaan, ainoastaan omat voimaantumisen kokemuksensa. Sosiaalityöntekijät sen sijaan näkivät itsensä suuresti vastuussa asiakkaiden voimaantumisprosesseissa. Yksi merkittävimmistä tutkimuslöydöistä oli, että asiakkaat arvioivat konkreettisen tuloksen muunlaista tukea arvokkaammaksi, vaikka kuvailivat voimaantumisen sisältävän sekä prosessin että konkreettiset tulokset. Poikkeuksena olivat nuoret, jotka arvostivat työntekijän ammatillisuutta muun muassa kommentoimalla, että työntekijältä sai apua itsetuntemuksen lisäämisessä tai että työntekijällä oli laaja näkemys asioista ja hän kohteli tasapuolisesti nuoria. Sosiaalityöntekijät sen sijaan painottivat prosessia tuloksia tärkeämmäksi ja kuvasivat voimaantumisen olevan ammattilaisten interventiokäytäntö. Tutkijat esittävät, että voimaantumisteoriaa kehitettäessä asiakkaiden näkemyksiä pitäisi kuulla ja heidät pitäisi ottaa osaksi prosessia. Heidän näkemystensä mukaan olisi myös hyödyllistä kehittää eri asiakasryhmille suunnattuja voimaantumisteorioita, koska tutkimuksen mukaan esimerkiksi vanhukset käsittävät voimaantumisen eri lailla kuin nuoret ja tarvitsevat erilaista tukea. (Boehm & Staples 2002.)

Valtaistumisen alkuperäisissä ideoissa on vahva yhteistoiminnallisuuden ajatus (Hokkanen 2014, 76). Vertaisryhmien osuus voimaannuttavana tekijänä nousee-kin joissakin keskusteluissa erityiseen asemaan (Kuronen 2004, 280). Robert Adams on kehittänyt oma-apuryhmien voimaannuttavaa arviointia, jossa haetaan esiin tekijöitä, jotka muun muassa edistävät ryhmään osallistuvien ihmisten tietoisuuden kehittymistä. 7.vaiheisessa kehämallissa tietoisuuden kasvaminen, oivallukset ja toiminta asioiden uudistamiseksi saattaa johtaa siihen, että tavoitteita muutetaan ja lopulta koko ryhmä saattaa tulla jopa tarpeettomaksi. (Kivipelto 2008, 32 - 34.)

Jantunen (2008, 30 - 32, 63) on tutkinut vertaistuen merkitystä aikuisilla masentuneilla ihmisillä grounded teoria menetelmällä. Tutkimusmenetelminä oli kirjalliset kuvaukset, haastattelut ja ryhmähaastattelut. Tutkimukseen osallistui 31 ihmistä. Voimaantumista nousi kuvaamaan käsitteet ”tilan löytyminen omille kokemuksille”, ”usko omaan mahdollisuuksiin” ja ”kanssaeläjänä oleminen”. Tilan löytyminen kokemuksille ilmeni tutkimuksessa olemisen helpottumisena, asioiden sanoittamisena, itsensä ilmaisuun rohkaistumisena, kokemuksen vahvistumisena ja itsensä puolelle asettumisena. Kun oppii tunnistamaan ja ilmaisemaan omia ajatuksiaan, tunteitaan ja kokemuksiaan, oleminen helpottuu. Helpotusta tuo myös se, kun huomaa, että muillakin on samanlaisia kokemuksia, tunteita ja ajatuksia. (Jantunen 2008, 63.)

Usko omaan mahdollisuuksiin on Jantusen tutkimusten mukaan monenlaista itseensä ja elämäänsä tutustumista. Itsensä ymmärtämisen avain on itsetunteuksen lisääntyminen. Itseen luottaminen alkaa vähittäisestä rohkaistumisesta ja jännityksen vähenemisestä. Onnistumisen kokemukset ryhmässä voivat olla hyvin merkityksellisiä itsetunnon kehittymisen kannalta. ”Käpertymisestä avautuminen” toteutuu, kun konkreettisesti lähtee kodin ulkopuolelle vertaistensa pariin ja saa ryhmästä voimaannuttavia kokemuksia. Toipumisen merkkien tunnistaminen perustuu sekä omaan havaintoihin että toisten huomioihin. Tulevaisuuteen suuntautuvan ajattelun painottuminen on usein merkki voimavarojen lisääntymisestä. Oman toipumisen tunnistaminen, muutoksen tunnistaminen ja muutoksista

puhuminen vahvistavat luottamusta muutokseen. Muutokseen luottaminen puolestaan vahvistuu samankaltaisessa tilanteessa olevien kanssa mahdollistavassa vuorovaikutuksessa. Vertaistoiminnassa kanssaeläjänä oleminen olikin tutkimuksen mukaan muun muassa sitä, että toisen kokemukseen pystyi eläytymään ja hetkittäin olla poissa omista ajatuksista. Tärkeä havainto oli se, että samankaltaisuudesta saattoi myös väsyä, koska toisten vastoinkäymiset saattoivat aiheuttaa uupumusta. Toisaalta parhaimmassa tapauksessa vertaisista voi löytyä myös uusia ystäviä. (Jantunen 2008, 65 - 70.)

3.3 Voimaantumisen edistäminen käytännön työssä

Rostila (2001, 39 - 41) puhuu voimavarakeskeisestä sosiaalityöstä, jossa syntyy mahdollisuuksia asiakkaan toimintavoiman kasvulle eli voimaantumiselle. Keskeistä on asiakkaan kuuleminen ja dialogisuus sekä asiakkaan tavoitteista lähteminen. Asiakkaan tulisi määritellä omin sanoin vaikeutensa, vahvuutensa ja tavoitteensa. Saleebeyn (1996) mukaan voimavaralähtöisessä sosiaalityössä asiakkaan ongelmia, traumoja tai sairauksia ei kielletä, mutta uhrilähtöisyydestä pyritään eroon. Usein juuri ongelmista lähdetään liikkeelle, koska ne vievät asiakkaan voimavaroja aloitushetkellä eniten. Työntekijän tehtävä on kiinnittää huomio siihen, miten asiakas on selvinnyt traumaattisesta tilanteesta.

Työntekijän tavoitteena voidaan pitää asiakkaan prosessin mahdollistamista, jossa asiakas voimaantuu omista lähtökohdistaan käsin. Tarkoitus on mahdollistaa se, että hän tunnistaa, luo ja kanavoi omat voimavaransa. (Juujärvi, Myyry & Pessa 2011, 194.) Voimavaralähtöisyydessä kunnioitetaan ihmisen omia vahvuuksia ja ympäristön vaikutusta voimaantumiseen sekä uskoa ja toivoa erilaiseen tulevaisuuteen. Asiakkaita ja ryhmiä tulisi auttaa luomalla kannustava dialogi, joka johtaa toivoon ja vie asiakkaan tilannetta eteenpäin. (Saleebey 1996.) Voimaantumista pyritään tukemaan luomalla sellaiset olosuhteet ja puitteet, että asiakkaat voivat löytää ongelmiansa ratkaisemisessa tarvittavat omat voimansa ja vahvuutensa. Tämän ajatuksen takana on yksilön ja ympäristön vuorovaikutus;

usein asiakkaiden kohdalla on kyse siitä, että heidän ympäristönsä on omien voimien löytämisen ja käyttöönoton kannalta epäsuotuisa. Voimaantuminen voidaan määritellä yksilön valintojen ja sosiaalisen ympäristön väliseksi ihannetilaksi. (Rostila 2001, 41.)

Sisäisen voimantunteen rakentumisessa ilmapiirillä on erittäin keskeinen merkitys. Kannustamisessa keskeistä on hyväksyminen, toimintavapauden käyttämiseen rohkaiseminen, itselle sopiviin ratkaisuihin kannustaminen sekä keskusteluun rohkaiseminen. Lisäksi ilmapiirin avoimuus yhdessä ennakkoluulottomuuden ja turvallisuuden kokemisen kanssa ovat erittäin merkittäviä sisäisen voimantunteen rakentumisessa. Fordin (1992, 131) mukaan ympäristön on tarjottava tunneilmapiiri, joka tukee ja helpottaa toimintaa. Inhimillinen lämpö, sosiaalinen tukeminen ja luottamus keskittyvät tällaisen ympäristön vastaanottavaan puoleen. (Siitonen 1999, 74 – 75, 147). Lisäksi voimaantuminen edellyttää kokemusta kuulluksi tulemisesta (Juujärvi ym. 2011, 209).

Yhdysvaltalaisen tutkimuksen mukaan käyttäytymisen diagnosoiminen ja lääkkeiden määrääminen ovat huomattavan yleisiä tapoja toimia haastavissa tilanteissa. Voimavaralähtöisyydessä yritetään katsoa asioita eri näkökulmasta muun muassa tuomalla tilanteeseen mahdollisuuksia, visioita, toivoa ja voimavaroja, joita jokaisesta yksilöstä ja yhteisöstä löytyy, toisin sanoen nähdään yksilön voimavarat diagnoosin alla. Käytetyllä kielellä ja ilmauksilla on tässä tärkeä osuus. Asiakasta olisi autettava kehittämään asenne ja kieli, joka sisältää mahdollisuuksia ja vaihtoehtoja. (Saleebey 1996.)

Voimaannuttavassa työssä voidaan vahvistaa asiakkaan siteitä muihin ihmisiin ja luoda asiakkaalle mahdollisuuksia kokea yhteenkuuluvuuden ja onnistumisen tunteita. Asiakkaan ja ammattilaisen dialogissa syntyy enemmän kuin osapuolten voimien summa. Asiakas kertoo omin sanoin oman tarinansa ja tavoitteensa ja työntekijä kantaa vastuun työskentelyä koskevien tavoitteiden täsmentämisestä ja auttaa asiakasta jäsentämään ratkaisuja. Työntekijän asiantuntijuutta tarvitaan myös vuorovaikutuksen ohjaamisessa. Prosessissa luotetaan asiakkaan omiin

kykyihin onnistua ja kunnioitetaan asiakkaan ainutlaatuisuutta. Työntekijän empaattisuus ja aitous edistää turvallisen ja myönteisen suhteen syntymistä. Aito ja autenttinen työntekijä ei piiloudu minkään ammatillisuuden naamion taakse, vaan toimii itse inhimillisesti ja avoimesti, kuitenkin ottaen vastuun omista tunteistaan. (Rostila 2001, 41, 63.) Hyvät ihmissuhteet sekä ennustettava ja pysyvä ohjaajan tuki voivat parantaa terveyttä ja elämänlaatua sekä yksilöillä että yhteisöillä. Yksilön terveys ja sinnikkyys ovat lopulta aina yhteisöllisten ja sosiaalisten suhteiden aikaan saamaa. (Saleebey 1996.)

Saleebey (1996) mukaan ylpeys omasta selviytymisestä ja vastoinkäymisten voittamisesta lisää asiakkaan voimaantumisen kokemuksia omassa elämässään. Se saattaa olla piiloutuneena esimerkiksi häpeän ja syyllisyyden alle. Muiden selviytymistarinat sekä jatkuva vuoropuhelu asiakkaan resursseista ja voimavaroista voimaannuttavat, unohtamatta asiakkaan oman tarinan kuuntelua. Hokkasen (2014, 117 - 118) mukaan voimaantumisprosessin läpikäynyt työntekijä voi harjoittaa toimia esimerkkinä ja käyttää asemaansa asiakkaiden asioiden eteenpäin viemiseen. Hän tosin esittää, että vain voimaantumisprosessin läpikäynyt henkilö voisi toimia apuna toisten voimaantumisprosessissa. Juujärvi ja kumppanit kirjoittavat, että työntekijän voidaan ajatella olevan voimaantumisen prosessissa kanssakulkija, joka tarjoaa tietoa, tukea ja apua ja mahdollisuuksien mukaan myös sosiaalisia ja taloudellisia resursseja. Tavoitteena on heidän mukaansa lisätä yksilön ja ryhmän mahdollisuuksia vaikuttaa omaan elinympäristöönsä ja olosuhteisiinsa. Ajattelun ja toiminnan yhteys eli praxis painottuu voimaannuttavassa työotteessa. (Juujärvi ym. 2011, 195.)

Toisen ihmisen kokemusten, havaintojen, intentioiden ja tulkintojen tunteminen edellyttää monipuolista kommunikointia hänen kanssaan, hänen ajatustensa kuuntelua, hänen toimintansa seuraamista ja hänen kanssaan toimimista. Tämän toteutuminen puolestaan edellyttää mahdollistavaa kontekstia, jonka ihminen koee turvalliseksi, luottamukselliseksi, arvostavaksi ja avoimeksi paljastaakseen todelliset kokemuksensa, intentionsa tai tulkintansa. Pyrittäessä edistämään mahdollisuuksia ihmisestä itsestään lähtevään voimaantumiseen, voimme vain yrittää tukea hänen itsensä lähtökohdista hänen intentioidensa saavuttamista.

Voimaantumisen mahdollistavan kontekstin rakentaminen vaatii perusteellista asiaan vihkiytymistä, nöyrää mieltä ja herkkyyttä toisen äänen kuulemiselle. Vilpittömästä yrityksestä huolimatta lopputulos jää aina arvoitukseksi. Ihmistä voidaan ymmärtää, hänen intentioitaan ja kokemuksiaan voidaan oppia jossain määrin tuntemaan, ja tätä kautta hänen voimaantumisensa mahdollisuuksia voidaan yrittää edistää, mutta voimantunnetta hänelle ei voida varsinaisesti antaa; ihminen voimaantuu viime kädessä aina itse. (Siitonen 1999, 131.)

Työntekijällä voi siis olla monta roolia voimaantumisen mahdollistajana. Juujärvi ja kumppanit (2011, 209 - 210) jakavat roolit kumppanin, kuuntelijan, haastajan ja taistelijan rooleihin. Asiakkaalle tulisi korostaa, että hän on oman elämänsä asiantuntija ja työntekijä toimii kysymysten herättelijänä, katalysaattorina ja asiakkaan asianajajana. Tasa-arvoisuus työntekijän ja asiakkaan välillä voi toteutua ainoastaan ideaalina, koska työntekijällä on asiantuntijana enemmän valtaa suhteessa asiakkaaseen kuin toisin päin. Tasavertaiseen kumppanuuteen voi kuitenkin pyrkiä refleктоimalla asiakassuhteessa esiintyvää valtaa yhdessä asiakkaan kanssa. Samalla hän antaa mallin asiakkaalle itsereflektiosta, kun hän tunnistaa omia tunteitaan ja asenteitaan ja puhuu niitä auki.

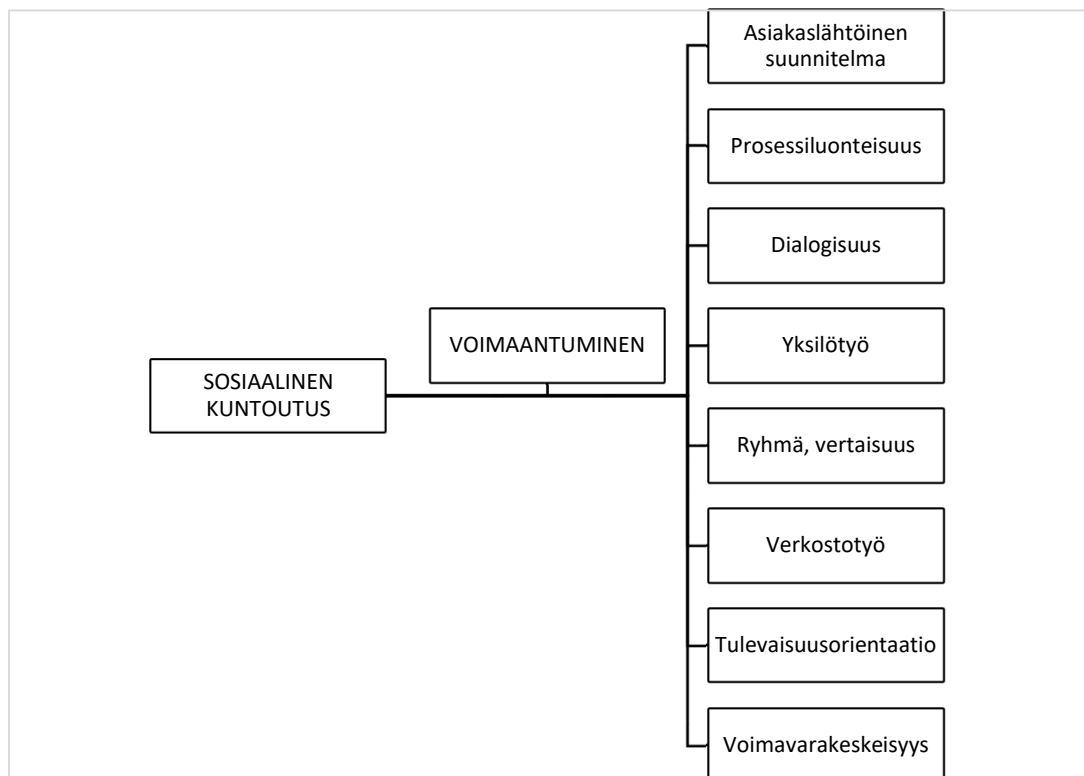
Asiakassuhteen luottamuksellisuus näkyy niin, että asiakas saa oman äänensä kuuluviin ja työntekijän tehtäväksi jää kuulemansa vahvistaminen. Voimaantuminen edellyttää siis kokemusta kuulluksi tulemisesta. Toisaalta työntekijän tulee myös haastaa asiakas pohtimaan aika ajoin sitä, mistä asiakkaan vaikeuksissa on kysymys, jotta asiakas tiedostaisi myös yhteiskunnalliset ja kulttuuriset yhteydet. Asiakas tulisi haastaa pohtimaan ristiriitaisuuksia ja vääristyneitä uskomuksia, joita ajattelussa esiintyy. Tiedostamisprosessin tuloksena asiakkaassa viriää toiveikkuus siitä, että hän voi vaikuttaa omaan elämäänsä ja lähiympäristöönsä. Työntekijän tehtävä on osoittaa asiakkaan todellisia vahvuuksia, jotta asiakas motivoituu hankkimaan muuttuneessa tilanteessa tarvittavia uusia taitoja. On myös mahdollista, että asiakkaan voimaantumisen tiellä on sellaisia esteitä, jotka vaativat työntekijältä toimenpiteitä yhteistyössä asiakkaan kanssa. On ehkä pyrittävä vaikuttamaan käytäntöihin ja poliittiseen päätöksentekoon. Pienikin teko,

kuten viranomaissoitto, voi ratkaista tilanteen tai sitten työntekijä voi perustaa asiakkaiden oikeuksia ajavan kansalaisliikkeen. (Juujärvi ym. 2011, 209 - 210.)

On tärkeää, että voimaannuttava työtapa erotetaan tuloksettomasta asiakkaan kehumisesta. Tavoitteena on rakentaa asiakkaan kanssa pysyvää suunnitelmaa, jossa huomioidaan asiakkaan omat resurssit ja voimavarat kuten lahjakkuudet, tieto ja motivaatio sekä ympäristö. Kaikki asiakkaat ovat Saleebeyn (1996) mukaan autettavissa. Myös voimaantumisen etiikan näkökulmasta yhdenvertaisuus edellyttää asiakkaiden erilaisuuden huomioimista (Juujärvi ym. 2011, 200).

3.4 Voimaantumisen ja sosiaalisen kuntoutuksen yhteiset työorientaatiot

Tämän opinnäytetyön teoreettisesta viitekehyksestä löytyy voimaantumiselle ja sosiaaliselle kuntoutukselle yhteisiä työorientaatioita. Ne ovat asiakaslähtöinen suunnitelma, työn prosessiluonteisuus, tulevaisuusorientaatio, dialogisuus, yksilötyö yhdessä ryhmätoiminnan kanssa, verkostotyö sekä voimavarakeskeisyys. Tämän johdosta on luontevaa pitää voimaantumista sosiaalisen kuntoutuksen päämääränä. Kuviossa 1 on esitetty löytämäni yhteiset työorientaatiot.



Kuvio 1. Voimaantumisen ja sosiaalisen kuntoutuksen yhteiset työorientaatiot.

4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA METODISET RATKAISUT

4.1 Tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on arvioida ja kehittää Palvelu olen minä! -hankkeen sosiaalisen kuntoutuksen toimintamallia. Tässä opinnäytetyössä on tutkittu Palvelu olen minä! -hankkeen nuorten kokemuksia voimaantumisesta.

Opinnäytetyössä pyritään vastaamaan seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

1. Millaisia voimaantumisen kokemuksia nuorilla on Palvelu olen minä! -hankkeen sosiaalisen kuntoutuksen asiakasprosesseista?
2. Miten Palvelu olen minä! -hankkeen sosiaalisen kuntoutuksen toimintamallia voidaan kehittää?

Toiseen kysymykseen haettiin vastausta yhdessä tiimityöntekijöiden kanssa. Hanketiimissä päätettiin kehittää uusi nuoren asiakassuunnitelma tutkimustuloksiin nojautuen. Uusi asiakassuunnitelma testattiin hankkeen nuorilla.

4.2 Aineiston hankinta

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli arvioida ja kehittää Palvelu olen minä! -hankkeen sosiaalisen kuntoutuksen toimintamallia toimintatutkimuksellisin keinoin. Toimintatutkimuksellisessa lähestymistavan mukaan tutkimus toteutettiin aidossa käytännön työympäristössä, sen tarve lähti toimijoista itsestään ja sen avulla pystyttiin kehittämään toimintamallia. Käytäntö itsessään antoi mahdollisuuden tuottaa uudenlaista tietoa. Tutkijan roolini oli olla aktiivinen toimija sen sijaan, että olisin ollut ulkopuolinen osallistuja. (Kananen 2014, 11, 24; Toikko & Rantanen 2009, 42 - 42.) Toimintatutkimuksellinen lähestymistapa oli tässä opin-

näytetyössä luonteva, koska olen itse Palvelu olen minä! -hankkeen yksi toimintamallin kehittämisestä kiinnostunut työntekijä ja näin tutkimukseen osallistuneet nuoret olivat minulle tuttuja nuoria.

Tässä opinnäytetyössä tutkittiin nuorten kokemuksia voimaantumisen laadullisin tutkimusmenetelmin. Tarkoituksena oli nostaa esille nuoren voimaantumisen kokemuksia sosiaalisen kuntoutuksen prosessista haastattelujen keinoin. Laadullisella tutkimusmenetelmällä oli mahdollista tavoittaa nuoren omaan elämään liittyviä merkityksellisiä kokemuksia (Vilkkä 2015, 118). Tutkimusaineistoni koostui viiden Palvelu olen minä! -hankkeessa olleen nuoren haastatteluista. Ne toteutettiin seurantakäynneillä 2-6 kuukautta kuntoutusprosessin loppumisesta. Opinnäytetyön aikataulun puitteissa kaikki 2-6 kuukauden aikana lopettaneet nuoret valikoituivat haastateltaviksi. Kukaan nuorista ei kieltäytynyt. Yhtä heistä oli tavoiteltava useaan kertaan, vaikka hän oli jo aiemmin suullisesti suostunut haastateltavaksi. Kaksi haastatteluista toteutui helmikuussa (9.2., 23.2.) ja kolme huhtikuussa (1.4., 12.4., 14.4.). Neljä nuorta halusi tavata hankkeen tutussa toimipisteessä, yksi nuori tavattiin kotona yhdessä sairaanhoitaja-työparini kanssa. Nuorista neljä oli naisia ja yksi oli mies. Iältään he olivat keskimäärin 20-vuotiaita.

Hyvien tutkimuskäytänteiden mukaan nuorille kerrottiin jo ennen tutkimukseen lupautumista, millaista uutta tietoa tutkimuksella tavoiteltiin ja miten saavutettavia tutkimustuloksia voitaisiin kenties tulevaisuudessa hyödyntää. Tutkimuksen pääaiheet kerrottiin, jotta tutkittavat pystyivät tekemään päätöksensä osallistumisestaan tutkimukseen riittävin perustein, varsinkin kun kyseessä oli henkilökohtaisten kokemusten tutkiminen. (Kuula 2006, 105.) Nämä kerrattiin jokaisen haastattelukerran alussa ja myös tiedote opinnäytetyöstä (katso liite) käytiin tällöin läpi. Nuoret suhtautuivat tiedotteeseen neutraalisti, eikä se aiheuttanut lisäkysymyksiä. Voidaan tietenkin kysyä, miten aiemmin luotu luottamussuhde välillämme tässä kohtaa vaikutti siihen, että nuoret suostuivat haastatteluihin ja kertoivat kokemuksistaan luottamuksellisesti. Oma oletukseni on, etteivät nämä nuoret välttämättä olisi suostuneet puhumaan ajatuksistaan yhtä avoimesti vieraille työntekijälle. Tämä perustuu siihen kokemukseen, että luottamuksen rakentaminen hei-

dän kanssaan vei kuntoutusprosessin alussa paljon aikaa. Toisaalta on huomioitava myös, että vieraalle ihmiselle nuoret olisivat ehkä kertoneet asioita, joita he eivät tutulle työntekijälle kertoneet.

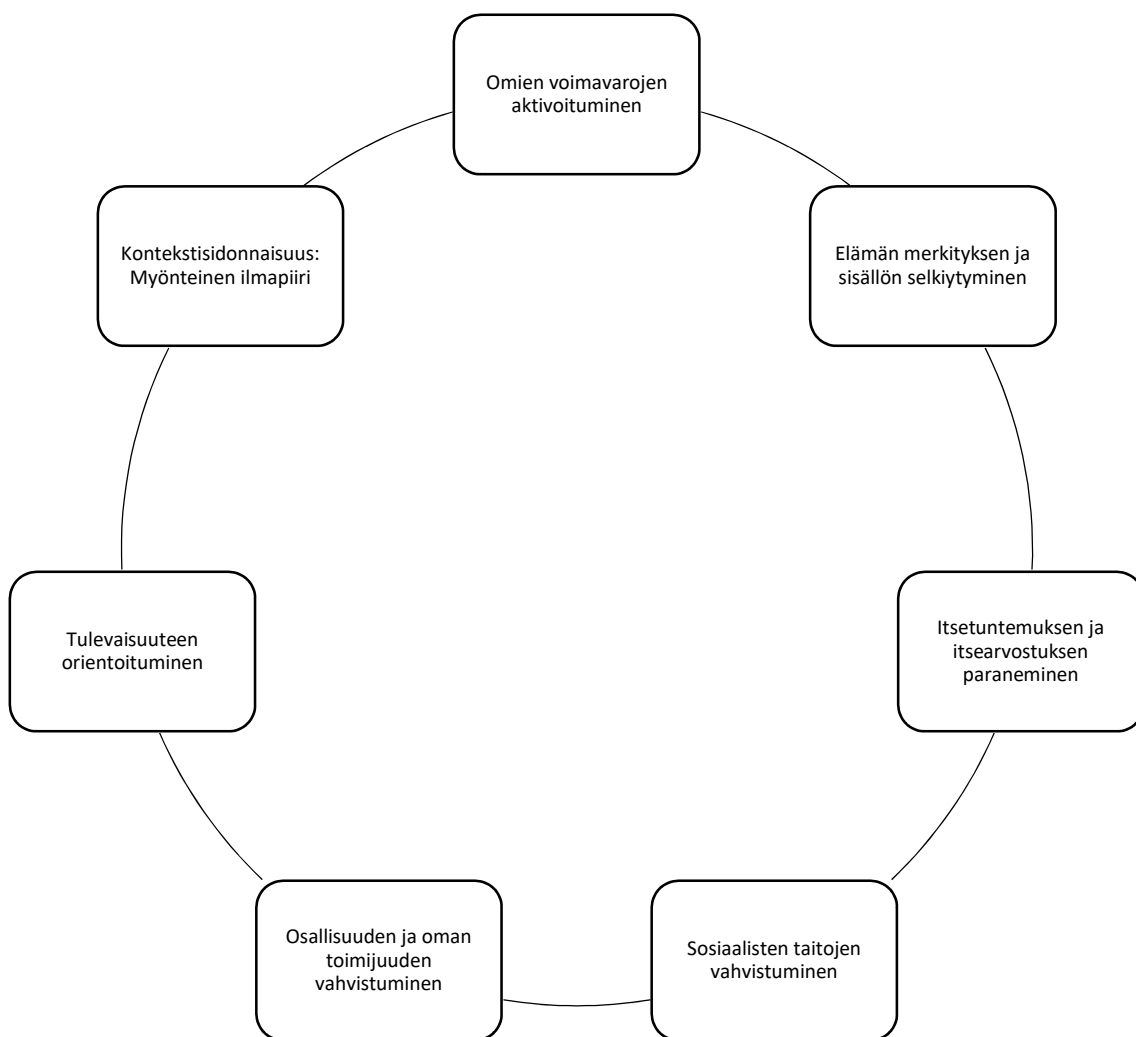
Haastattelut aloitettiin käymällä nuoren asiakasprosessi läpi nuoren oman yksilöllisen suunnitelman pohjalta. Aikaa haastatteluihin oli varattu tunti, koska kokemuksesta tiesin, että nuoret jaksoivat juuri sen verran intensiivisesti keskittyä keskustelemaan asioistaan. Kahden nuoren kanssa aikaa kului lähes tunti ja kahden muun nuoren kanssa noin 45 minuuttia. Kotona tehty haastattelu kesti puolisen tuntia. Sairaanhoidaja ei sovitusti osallistunut kotona tehtyyn haastatteluun, mutta oli tilanteessa mukana lähinnä kuuntelijan roolissa. Mielestäni työparini läsnäolo ei vaikuttanut nuoren vastauksiin, eikä omaan tapaan olla kyseisen nuoren kanssa. Olemmehan tottuneet tekemään toistemme kanssa työtä jo pidemmän aikaa. Toki eroavaisuutena muihin haastatteluihin oli se, että otin työparini huomioon lähinnä katsekontaktein ja näin teki myös nuori. Tämäkään ei tosin ollut mitenkään poikkeavaa normaalista käytännöstä, sillä toisinaan toimimme työparini kanssa sovitusti niin, että toinen on vetovastuussa.

Olin valinnut haastattelumetodiksi dialogin, koska nuoret olivat tottuneet dialogiseen työotteeseen hankkeen aikana. Dialogisessa tutkimuskäytännössä tutkija ei ole vain haastattelijan roolissa vaan aktiivinen keskusteluun osallistuja. Dialogi sisältää sekä tutkittavan että tutkijan kokemukset ja fokus on näiden kokemusten molemminpuolisuudessa. Dialogissa tutkija ”elää tutkittavan kokemuksen” niin paljon kuin tutkittava ottaa häntä mukaansa. Koska dialogisessa tutkimuskäytännössä tutkijalla on suora yhteys tutkittavaan ilmiöön, tutkimustilanteessa tutkijan ennakko-oletukset toimivat usein eräänlaisena sisäänmenoväylänä dialogiin. Eri-tyyseen tärkeää on kuitenkin tutkijan kyky kuunnella. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 78 - 80.)

Dialogisen tutkimuskäytännön sopivuuden lisäksi olin kiinnostunut kehittämään dialogisuuteen liittyviä taitojani, koska sekä sosiaalisen kuntoutuksen että voimaantumisen teorioissa dialogisuus on tavoiteltava työmenetelmä. Haastatelussa kuitenkin ilmeni, että dialogin käyttö asiakassuunnitelmaa läpikäydessä oli

haasteellista. Nuoret eivät useinkaan muistaneet omia tavoitteitaan ja muita suunnitelmaan kirjattuja asioita, koska aikaa sen tekemisestä oli jo useampi kuukausi ja koska suunnitelmapohja ei ollut paras mahdollinen. Omaksi rooliksi jäi muistutella nuoria asiakasprosessin eri vaiheista ja dialogisuuteen päästiin vain hetkittäin. Toisaalta asiakassuunnitelman läpikäyminen toimi hyvänä orientaationa ja lämmittelynä itse haastattelulle, sillä edellisestä tapaamisesta oli vähintään kaksi kuukautta nuoren kanssa, yhdessä tapauksessa jopa kuusi kuukautta. Pysin käymään jokaisen kohdalla suunnitelman läpi niin, että nuori saisi kokemuksen prosessin alkamisesta ja loppumisesta ja että pienetkin onnistumiset nousisivat esille. Kokemuksesta tiesin toki jo ennalta, että joidenkin hankkeen nuorten kanssa on vaikeaa päästä aitoon dialogiin heitä koskevissa asioissa, joten katsoin järkeväksi turvautua myös teemahaastattelurunkoon. Otin sen esille, kun asiakassuunnitelma oli nuoren kanssa käyty läpi.

Erityisesti voimaantumisen (vaikuttavuuden) arvioinnissa on tärkeää määritellä käsite hyvin, sillä käsitteellä voi olla erilaisia merkityksiä paitsi eri kulttuureissa myös jopa samoille ihmisille eri konteksteissa (Kivipelto & Kotiranta 2011, 125). Lisäksi Hirsjärvi & Hurme (2008, 187) toteavat, että toisten ymmärtäminen on sitä paremmin mahdollista, mitä tarkemmin selitämme käyttämiämme käsitteitä. Voimaantumisen käsitettä avattiin nuorille haastattelun yhteydessä ja siitä käytiin tarvittaessa keskustelua myös haastattelujen aikana, jotta nuori ymmärsi, mitä voimaantumisella tässä opinnäytetyössä tarkoitettiin. Nämä keskustelut käytiin teema-alueiden pohjalta (katso kuvio 2). Teema-alueiksi valikoitui voimaantumisen tavoitteita, jotka nousivat opinnäytetyön viitekehyksestä. Teemahaastattelun aihepiirit eli teema-alueet tuleekin johtaa teoriasta (Eskola & Vastamäki 2010, 35). Teema-alueet on esitelty seuraavassa kuviossa.



Kuvio 2. Haastattelujen teema-alueet.

Haastattelut nauhoitettiin ja litteroitiin. Lupa haastatteluiden nauhoittamiseen pyydettiin nuorilta ja heille kerrottiin, että haastattelumateriaali hävitetään välittömästi nauhurilta, kun se on saatu litteroitua. Lisäksi heille kerrottiin, että litteroitu haastattelumateriaali hävitetään tietokoneelta, kun opinnäytetyö on arvosteltu ja että siihen asti sitä säilytetään huolellisesti opinnäytetyöntekijän henkilökohtaisella tietokoneella salasanan takana. (Mäkinen 2006, 114 - 115.) Jokainen haastattelu litteroitiin saman päivän aikana. Haastattelun laatua parantaakin, jos se litteroidaan niin nopeasti kuin mahdollista haastattelutilanteen jälkeen (Hirsjärvi & Hurme 2008, 185).

4.3 Aineiston analyysi

Tässä tutkimuksessa käytettiin teoriaohjaavaa sisällönanalyysia. Voimaantumiseen liittyvät teoriat olivat keskiössä. Teoriaohjaavassa sisällönanalyysissa teoria toimii analyysin tekemisen apuna. Aikaisempi tieto ohjaa analyysia, mutta aineiston hankinta ja tutkittavan ilmiön käsitteen määrittely on vapaata. Tutkijan ajatteluprosessissa vaihtelevat siis aineistolähtöisyys ja valmiit mallit. Teoriaohjaavassa analyysissa pyritään muovaamaan syntyneitä luokkia tai ryhmiä valitun teorian mukaisiksi eli analyysissa on tunnistettavissa aikaisemman tiedon vaikutus, mutta aikaisemman tiedon merkitys ei ole vain teoriaa testaavaa, vaan tuloksena saattaa syntyä aivan uuttakin. Puhuessamme teoriaohjaavan analyysin päättelyn logiikasta on usein kyse abduktiivisesta päättelystä. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 96 - 98, 119.) Tässä tutkimuksessa teoriaohjaava sisällönanalyysi toimi hyvin, koska voimaantuminen on aiheena ja käsitteenä moniulotteinen. Aikaisempi tutkimustieto auttoi paitsi jäsentämään omaa haastattelumateriaalia, se myös tarjosi tutkimusaineiston analyysiin tukea.

Aineiston analyysi aloitettiin järjestämällä aineisto teemoittain käyttäen apuna haastatteluteemoja (katso kuvio 2). Teemoitteluvaiheessa nuorten sitaatteja valittiin tulkittaviksi. Toisinaan käytettiin lumipallotekniikkaa, jossa ensin antoisimmasta vastauksesta rakennettiin ydin, jonka ympärille muista haastatteluista kerättiin lisää materiaalia. Tämän jälkeen aineistoa tiivistettiin, järjestettiin ja jaettiin samalla tuoden mukaan kytkennät teorioihin ja aikaisempiin tutkimuksiin. (Eskola 2010, 189 - 197). Tulokset tiivistettiin lopulta viiden teeman alle: omien voimavarojen aktivoituminen, itsetuntemuksen ja -arvostuksen paraneminen, tulevaisuuteen orientoituminen, ilmapiirin merkitys ja toimintamallin kehittäminen. Tässä jaottelussa joitakin haastatteluteemoja yhdistettiin, sillä nuorten vastaukset osoittivat, että alkuperäisissä teemoissa oli päällekkäisyyttä. Teorialähtöisyys sai siis antaa tässä tilaa aineistolähtöisyydelle.

Toimintatutkimuksen avulla voidaan yrittää ymmärtää ja selittää ilmiöitä, joskaan tulosten yleistämistä ei tavoitella (Kananen 2014, 137). Tämän opinnäytetyön tar-

koitus oli tuottaa tietoa nimenomaan Palvelu olen minä! -toimintamallista yksittäisten nuorten voimaantumisen kokemusten näkökulmasta. Tulosten yleistämisen sijaan saatiin siis arvokasta tietoa Palvelu olen minä! -hankkeen nuorten kokemuksista, joiden pohjalta toimintamallia on voitu kehittää. Toimintatutkimuksellinen näkökulma korostaakin työn kehittämistä. Se voidaan nähdä spiraalimaisena etenemisenä, jolloin tietoa käytetään kehittämistoiminnan arvioinnissa ja uudelleen suuntaamisessa. Näin toiminnan tavoitteet ja muodot täsmentyvät. (Toikko & Rantanen 2009, 115.) Opinnäytetyön prosessin aikana minulle heräsi kiinnostus nuoren asiakassuunnitelman kehittämiseen. Hanketiimissä kehitettiin uusi nuoren suunnitelma opinnäytetyön tuloksiin pohjautuen. Tätä prosessia käsitellään Toimintamallin kehittäminen -osiossa.

4.4 Eettisyys ja luotettavuus

Tutkimusetiikan mukaan tutkimus ei saisi vahingoittaa heikoissa elämäntilanteissa olevia ihmisiä (Mäkinen 2006, 85). Tähän opinnäytetyöhön osallistuneet nuoret ovat lähtöisin vaikeista elämäntilanteista ja usein heidän on itse vaikea nähdä ja uskoa omiin voimavaroihinsa. Pyrin ottamaan huomioon tutkimukseen osallistuvien nuorten erityiset haasteet muun muassa luomalla haastattelutilanteista nuorille mahdollisimman voimaannuttavia. Niissä keskityttiin nimenomaan nuorille voimaantumista tuottaneisiin kokemuksiin. Myös se, että nuoren asiakasprosessi käsiteltiin alusta loppuun nostoen erityisesti voimaantumisen kokemukset esille, antoi heille mahdollisuuden vielä kerran nähdä oma etenemisensä kuntoutusprosessin aikana ja kokea onnistumisia.

Tutkimuksessa yksityisyyden kunnioittaminen tarkoittaa sitä, että ihmisillä itsellään tulee olla oikeus määrittää se, mitä tietoja he tutkimuskäyttöön antavat. Itsemääräämisoikeuden mukaan ihmisillä on vapaus tehdä omaa elämäänsä koskevia päätöksiä ja oikeus määrätä suhteistaan toisiin ihmisiin. Tähän kuuluu myös tutkimussuhde ja oikeus saada tutkijan osalta kunnioitusta ja suojaa. (Kuula 2006, 64, 86.) Muistutin nuoria haastatteluiden alussa, että he kertovat kokemuk-

sistaan vain sen mitä haluavat. Yhtä nuorta lukuun ottamatta kaikki nuoret vastasivat kaikkiin kysymyksiin. Tämä nuori jätti vastaamatta kahteen kysymykseen, koska koki, etteivät hänen vastauksensa olisi olleet tilanteeseen sopivia.

Tietosuojalain huolellisuusvelvoite tarkoittaa, ettei tutkittavien yksityisyyden suoja saa loukata. Nuorten anonymiteetti ei saa vaarantua missään tutkimuksen vaiheessa. (Kuula 2006, 64.) Koska tunnen nuoret pitkältä ajalta, koen vahvaa tarvetta suojella heidän yksityisyyttään tämän opinnäytetyön puitteissa. Haastattelusitaatit on pyritty valitsemaan niin, etteivät nuoret olisi niissä tunnistettavissa. Vähäisestä nuorten määrästä johtuen en ole käyttänyt nimiä ja päivämääriä haastattelusitaattien lopussa. Nuorille myös kerrottiin haastatteluita aloitettaessa, että tarkoituksenani on suojata heidän anonymiteettiaan.

Tutkimukseen osallistumisen pitää aina olla vapaaehtoista (Mäkelä 2006, 365). Vapaaehtoisuus on ehdotonta ja tutkittavilla tulee olla aito mahdollisuus valita osallistumisen ja osallistumattomuuden välillä. Tutkittavalla pitää olla myös mahdollisuus perua osallistumisensa tutkimukseen missä tutkimuksen vaiheessa tahansa. Yhteiskunnallisten tarpeiden ja yksilöllisyyden tarpeiden vaakakupissa painaa aina enemmän yksittäisen ihmisen oikeudet. (Kuula 2006, 87, 107.) Nuorille kerrottiin paitsi tutkimuksen vapaaehtoisuudesta myös siitä, että tutkimuksesta voi kieltäytyä missä vaiheessa tahansa. Kirjallinen lupa pyydettiin kaikilta tutkimukseen osallistujilta (katso liite 2).

Positionaalisuuden, tiedon situationaalisuuden sekä refleksiivisen tutkimustavan omaksuminen ovat hyviä lähtökohtia nuorisotutkimuksen tekemiseen. Positionaalisuudessa tutkijan tulisi tarkastella kriittisesti sekä omaa että tutkittavien asemaa niissä valtasuhteissa, joita tutkimuskohteeseen liittyy. Refleksiivisyys on taas hyvä väline positionaalisuuden käsittelyssä. Situationaalisuus olisi huomioitava, sillä tutkittavien itse tuottamat tiedot ovat aina rakentuneet muun muassa suhteessa elinaikaan, asuinpaikkaan ja sukupuoleen. (Kallion 2010, 168 - 169.) Tässä opinnäytetyössä erityisesti positionaalisuus nousee tarkastelun kohteeksi. Hankkeen nuorethan ovat minulle tuttuja ja luottamus on tutkimusta edeltävän

asiakasprosessin aikana useimmiten rakentunut lujaksi. Uskon, että juuri luottamuksen ansiosta kyseessä olevat, heikossa psykososiaalisessa asemassa olevat nuoret, uskaltautuivat puhumaan haastattelutilanteissa asioistaan. Arvioni on, että täysin ulkopuoliselle tutkijalle hankkeen nuoret tuskin olisivat puhuneet asioistaan kovin syvällisellä tasolla. Toisaalta juuri tuo tuttuus ja luottamuksellisuus haastoi minut haastattelutilanteissa olemaan mahdollisimman neutraali ja olemaan ottamatta kantaa erityisesti asiakasprosessia läpikäytäessä liikaa nuoren edistymiseen ja prosessiin, joka minulla siis oli entuudestaan tiedossa. Yritin kaiken aikaa pitää mielessä, että nuorella itsellään säilyy haastattelutilanteessa valta puhua juuri niistä asioista kuin hän haluaa. Nuorten repliikkejä on nostettu tulososiossa esille melko paljon, koska katson, että heidän äänellään on todellista arvoa paitsi hankkeen kehittämiseksi, myös koko sosiaalisen kuntoutumisen kentälle.

Kysymysten asetteluun ja erityisesti niiden johdattelevuuteen on syytä luotettavuuden nimissä kiinnittää huomiota (Mäkinen 2006, 93). Koin, että tähän oli erityisen tärkeää kiinnittää huomiota, kun kyseessä olivat hankkeen tutut nuoret. Haastattelutilanteissa muistutin nuoria myös rehellisten, omakohtaisten vastausten arvokkuudesta ja siitä, ettei heidän kuulu vastata miellyttäkseen minua. Nuorille korostettiin, että haastattelu tehdään, jotta sosiaalisen kuntoutuksen toimintamallia voitaisiin kehittää. Hirvosen (2006, 44) mukaan tutkijan nöyryydellä tarkoitetaan, että asian tai ilmiön on sallittava tulla esiin sellaisenaan, mikä edellyttää, että tutkijan mieli on avoin ja hän hylkää omat ennakkoluulonsa, selityksensä ja analyysinsä. Tämän yritin pitää sekä haastattelu- että analyysivaiheessa kaiken aikaa mielessäni. Pyrin katsomaan tuloksia mahdollisimman neutraalisti, vaikka taustalla olikin aiemmat kokemukseni nuorista.

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa validius ja reliabilisuus ovat saaneet erilaisia tulkintoja (Hirsjärvi ym. 2009, 231 - 232). Validiteetilla eli tutkimuksen pätevyydellä ja luotettavuudella tarkoitetaan perinteisesti tutkimusmenetelmän kykyä selvittää sitä, mitä sillä on tarkoitus selvittää ja kuinka hyvin tutkimusote ja siinä käytetyt menetelmät vastaavat sitä ilmiötä, jota halutaan tutkia. Tutkimusmenetelmä on

valittava sen mukaan, millaista tietoa halutaan. (Ylemmän AMK-tutkinnon metodifoorumi 2016.) Validius siis tarkoittaa tutkimusmenetelmän kykyä mitata juuri sitä, mitä on tarkoituskin mitata (Hirsjärvi ym. 2009, 232). Luotettavuuden kannalta tässä opinnäytetyössä on ollut haasteellista se, että haastateltavat nuoret ovat minulle tuttuja. Luotettavuutta on pyritty parantamaan sillä, että haastattelut on suoritettu seurantakäynneillä, kun hankkeessa lopettamisesta on kulunut 2-6 kuukautta. Seurantahaastattelun etu luotettavuuden kannalta on ollut, ettei nuori ole enää riippuvainen hankkeen työntekijöistä, vaan hän on jo kiinnittynyt muihin palveluihin. Tutkittavien ja tutkijan välillä ei saisikaan vallita sellaista riippuvuussuhdetta, että se vaikuttaisi olennaisesti tietojen antamisen vapaaehtoisuuteen (Eskola & Suoranta 2008, 55). Validiuden kannalta tärkeää on myös se, että tutkimus paljastaa tutkittavien käsityksiä ja heidän maailmaansa niin hyvin kuin mahdollista. Tässä pitää kuitenkin olla tietoinen siitä, että tutkija vaikuttaa saatavaan tietoon jo tietojen keruuvaiheessa ja että kyse on tutkijan tulkinnoista ja hänen käsitteistään, johon tutkittavien käsityksiä aletaan sovittaa. Luotettavassa laadullisessa tutkimuksessa lukijalle kerrotaan analyysin ja luokittelun vaiheet ja perusteet. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 189; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 232.) Aineiston tuottamisen olosuhteita on kuvattu Aineiston hankinta ja analyysi-osioissa.

Reliaabelius tarkoittaa useampaa asiaa, mutta aineistoa kvalitatiivisesti analysoitaessa lähimmäksi perinteistä reliaabiliuden käsitettä tullaan niillä alueilla, jotka koskevat aineiston laatua. Reliaabilius koskee tällöin pikemminkin tutkijan toimintaa kuin haastateltavien vastauksia, toisin sanoen sitä, kuinka luotettavaa tutkijan analyysi materiaalista on, onko kaikki käytettävissä oleva aineisto otettu huomioon, onko tiedot litteroitu oikein ja niin edelleen. Samoin on tärkeää, että tulokset niin pitkälle kuin mahdollista heijastavat tutkittavien ajatusmaailmaa. Samalla täytyy kuitenkin muistaa, että haastattelujen tulos on aina seurausta haastattelijan ja haastateltavan yhteistoiminnasta. Perinteisessä mielessä tutkimuksen reliaabelius tarkoittaa tutkimustulosten toistettavuutta. (Hirsjärvi ja Hurme 2008, 186, 189; Hirsjärvi ym. 2009, 231 - 232.) Tässä opinnäytetyössä ei ole ollut tarkoituksena keskittyä tutkimustulosten toistettavuuteen, vaan keskeisin tavoite on ollut tuottaa arvokkaita näkökulmia työn kehittämiseen nuorten haastattelujen avulla.

Analyysissä on pyritty ottamaan kaikki aineisto huomioon ja se on pyritty analysoimaan niin, että se heijastaa mahdollisimman pitkälle nuorten ajatusmaailmaa. Nuorten sitaatteja on melko paljon tulososiossa vahvistamassa omaa tulkintaani nuorten kommentteista.

5 TULOKSET

5.1 Omien voimavarojen aktivoituminen

Nuoret kertoivat ottaneensa ison askeleen omien voimavarojensa aktivoimisessa lähtiessään kodin ulkopuolelle hankkeen toimintaan mukaan. Kaikille niille neljälle nuorelle, jotka osallistuivat ryhmään ja tulivat tapaamisiin oman kodin ulkopuolelle, oli merkityksellistä se, että he pääsivät liikkeelle kotoa, jossa oltiin saatettu viettää vuosiakin. Nuorista oli mukavaa lähteä kodin ulkopuolelle, eikä se erään nuoren mukaan jännittänyt liikaa. Elämä alkoi näyttämään valoisammalta, kun ei tarvinnut ajatella samoja asioita yksin samoja asioita päivästä toiseen omassa kodissa. Yksi nuori kuvasi, kuinka asiat lähtivät kulkemaan vauhdikkaasti eteenpäin, kun hän pääsi hankkeen toiminnan pariin:

*Hirveesti silleen lähti asiat kulkee eteenpäin, ku pääs niin ku semmo-
sest omasta pesästä niin ku liikkeelle. Olin aatellu, et siellä ei aina-
kaan mitään pahaa tapahdu, mutta eipä siellä mitään hyvääkään ta-
pahtunu, et pakko sielt oli lähtee eteenpäin.*

Säännöllinen päivärytmi nousi tärkeäksi asiaksi nuorten arjessa. Kaikki neljä nuorta, jotka kävivät ryhmässä, kokivat rytmin ja sen, että pääsi lähtemään kotoa säännöllisesti, tärkeäksi ja hyvältä tuntuvaksi asiaksi. Myös muiden ihmisten näkeminen oli nuorille tärkeää ja sillä oli positiivinen vaikutus mielialaan. Eräs nuori sanoi, kuinka hyvältä tuntui, kun aamulla herätessä oli ”selvät sävelet” päiväohjelman suhteen. Yksi heistä mainitsi rytmin olleen kaikkein tärkein asia koko kuntoutusjakson aikana. Päivärytmistä kiinnisaaminen kannusti erästäkin nuorta uskaltamaan suunnitella tulevaisuuttaan entistä vahvemmin ja hän koki pystyvänsä myöhemmin aloittamaan opiskelun.

*Mul oli joku aikataulu, et mitä mä teen ja siin oli joku suunta silleen,
et se auttais mua tervehtymään silleen, et mä pystyn sit opiskele-
maan tai niin ku hakee jonneki.*

Nuoret pohtivat, kuinka he olivat oivaltaneet omien voimavarojensa aktivoituneen kuntoutusjakson aikana. Ennen jaksoa oli ollut ”huonoa aikaa” ja toisaalta nuoret pohtivat myös sitä, kuinka heille oli tullut tärkeäksi se, että he tekevät sellaisia asioita, joista itselle tulee hyvä olo ja parempi mieli ja tunnistavat asioita, joista ei tule hyvä mieli. Eräs nuori sanoi, että koki kuntoutusprosessin olleen uusi alku elämässään. Yksi nuori sanoi löytäneensä itsekkyyttä ja valitsevansa nyt asioita, joista tulee hyvä mieli. Hän sanoi välittävänsä enemmän terveydestään.

Mä tajuun, et vaan sä ite voit tietää, et vähä niin ku tuntee itteensä paremmin. Tekee niit asioit mist tulee hyvä mieli ja jotenkin ymmärtää myös, jos jostain ei tuu hyvä mieli.

Ryhmään tulo jännitti kaikkia nuoria ja he kokivat tärkeäksi sen, että saivat tavata työntekijöitä tarvittavan aikaa ennen ryhmään osallistumista. Kolme nuorta kuvaili, kuinka tärkeää oli, että työntekijät jakoivat tietoa yksilökäynneillä ryhmän kulusta ja mitä heiltä odotettiin ryhmässä sitten kun sen aloittamisen aika oli. Palvelu olen minä! -malliin kuuluvat yksilökäynnit tukivat siis nuorten sitoutumista ryhmätoimintaan. Yksilökäynnit auttoivat haastattelujen mukaan nuoria pääsemään liiallisesta jännityksestä liittyen ryhmän aloittamiseen. Kolme neljästä ryhmänuoresta oli tätä mieltä. Kun kokemukseen perustuvaa tietoa ja neuvoja jaetaan sillä orientaatiolla, että jokainen tietää parhaiten, mikä itselle sopii ja miten tietoa voi hyödyntää, ei sitä yleensä koeta ylhäältä päin tulevaksi (Jantunen 2008, 58). Voimaantunut yksilö hahmottaa oman elämäntilanteensa syy-seuraussuhteita ja kykenee arvioimaan vaihtoehtoisia toimintatapoja. Tämä edellyttää, että yksilöllä on tarpeeksi tietoa. Tieto ei sinänsä voimauta, mutta sen perusteella kyetään tuottamaan ratkaisumalleja tai vaihtoehtoisia toimintatapoja. (Järvinen 2009, 10.)

Tulosten perusteella nuorten omat voimavarat siis aktivoituivat kuntoutumisprosessin aikana. Konkreettiset asiat, kuten kodin ulkopuolelle lähteminen ja säännöllinen päivärytmi veivät nuorten tilanteita eteenpäin ja voimaannuttivat heitä. Nuoret kiinnostuivat terveydestään ja alkoivat tekemään asioita, jotka tuottivat itselle hyvää oloa. Työntekijöiden jakama tieto yksilökäynneillä ryhmään liittyen

koettiin tärkeäksi ja jännitystä lievittäväksi tekijäksi ja se tuki nuorten ryhmään osallistumista.

5.2 Itsetuntemuksen ja -arvostuksen paraneminen

Minäkäsityksen voidaan katsoa olevan merkityksellinen voimaantumisprosessissa, koska ihmisen käsitys itsestään on yhteydessä siihen, millaisia odotuksia hänellä on tulevaisuutta kohtaan ja miten hän arvioi omat voimavaransa verrattuna näihin odotuksiin. Itsensä tunteminen antaa perusteita itsearvostukselle. (Siitonen 1999, 130, 138.) Golemanin (2006) mukaan itsetuntemus tarkoittaa tietoa omista tunnetiloista, mieltymyksistä, voimavaroista ja vaistosta (Ihme 2009, 146). Eräs nuori kertoi ajatelleensa kuntoutusprosessin alussa, että on ”suoriutujatyyppi”, joka suorittaa muun muassa koulutuksen siinä tahdissa kuin yhteiskunta vaatii, mutta ymmärtää nyt, että voimaantuminen on yksilöllinen ja sisäinen prosessi. Hän sanoi:

Mä ehk aattelin eka, et jotenkin on kauheen semmonen suoriutujatyyppi sillee, et pitää suorittaa kaikkee, ni mä aattelin heti ekan, et se on niin ku kyse vaan siit et mitä tekee käytännös, et saada tyyliin koulutus ja plaaplaaplaa, mut sit jotenki nyt ymmärtää, et se on just paljon enemmän semmonen sisäisempi juttu.

Nuoret kuvasivat minäkuvan rakentumista muun muassa niin, että olivat alkaneet kuntoutusprosessin aikana enemmän miettimään omaa itseään ja toiveitaan. Yksi nuori sanoi, että ymmärrys omaa itseään ja omia odotuksiaan kohtaan oli parantunut kuntoutusprosessin päätyttyä ja eräs nuori sanoi alkaneensa luomaan uutta minäkuvaa kuntoutusprosessin aikana ”itseltään salassa”. Jantusen (2008, 65) mukaan kielteiset käsitykset itsestä alkavat voimaantumisprosessissa vaihtua oman itsensä ymmärtämiseen ja on vihdoin uskallus olla olemassa.

Et tietää et mitä niin ku halua ja odottaa itseltä tulevaisuudessa, ku tavallaa ehkä ymmärtää enemmän et millanen on.

Itsearvostus on voimaantumisen rakentumisessa tärkeää. Turunen (1997) toteaa itsearvostuksen perustuvan pelkistetysti siihen, että on saavuttanut jotain, jota itse arvostaa. (Siitonen 1999, 138.) Kaikki haastatellut nuoret kuvasivat oman itsearvostuksensa parantuneen. Myös itsetunnon kohentuminen mainittiin. Yksi nuori kertoi hänelle tulleen tyytyväisyyttä itseensä sen kautta, että oli saanut men-tyä omissa asioissaan eteenpäin. Eräs nuori sanoi, että oli alkanut ymmärtää, että kaikki hyvä elämässä lähtee itsetunnosta ja itsensä arvostamisesta:

Kyl on tullu arvoa itelleni. Oon alkanu ymmärtää ja arvostaa itseäni ja siitähän tää koko juttu on kiinni, itsetunnosta ja minäarvostuksesta.

Oma persoonallisuus ja etenkin introverttius oli mietityttänyt nuoria kuntoutumisprosessin aikana. Tämä on mielestäni täysin ymmärrettävää, koska elämme yhteiskunnassa, jossa ekstroverttiutta pidetään arvossaan. Omalle luonteenpiirteelle oli löytynyt hyväksyntää. Peräti neljä nuorta kertoi hyväksyvänsä nyt paremmin itsensä ja oman introverttiutensa. Yksi nuori oli oppinut näkemään, että oli ryhmätilanteissa hiljaisempi, eikä vaatinut itselleen sen suurempaa huomiota, ja hän arvosti nyt myös tätä puolta itsessään. Eräs nuori oli oppinut tunnistamaan itsessään halun viettää aikaa ihmisten kanssa, kun oli aikaisemmin kuvitellut, ettei halua olla ihmisten kanssa ollenkaan tekemisissä. Sen sijaan nyt hän pohti uusia tapoja viettää ihmisten kanssa aikaa. Hän sanoi:

Et ku mä ennen ajattelin, et mä oon vaan niin ku introvertti, et mä en haluu olla ihmisten kaa, mut nyt on tullu enemmän silleen, et kyl mä oikeestaan haluun olla ihmisten kaa, mut kyl mä oon silti introvertti, et pitää jotenki sit oikeella tavalla tehdä vaa.

Jantusen (2010, 65 - 66, 95) mukaan muilta saatu vahvistava palaute tekee kokemuksista, tunteista ja reaktioista oikeutettuja. Lisäksi onnistumisen kokemukset ja positiivisen energian saaminen ryhmässä voivat olla hyvinkin merkityksellisiä itseluottamuksen vahvistamiseksi. Eräs nuori sanoi kokeneensa myös muiden ryhmäläisten arvostaneen sitä, että hän oli ryhmätilanteissa hiljainen ja tykkäsi enemmän kuunnella kuin osallistua keskusteluun. Hän sanoi:

Et pystyy hyväksyy itsensä sellasena ku on niin ku siin tilantees, et jotenki et vaik oli ehk enemmän hiljasempi ja enemmän niin ku tykkäs kuunnella, mut et arvosti sitä niin ku itessään enemmän ja pysty huomaa sen, et muutki voi arvostaa sitä.

Rohkeuden lisääntyminen kuului kaikkien nuorten haastatteluissa. Rohkaistuminen on jännittämisen vähenemistä ja vapautumista olemaan aidommin omana itsenään (Jantunen 2008, 66 - 67). Yksi nuori uskaltaa nyt lähteä sosiaalisiin tilanteisiin helpommin mukaan. Toista nuorta ei jännitä enää niin paljon tilanteet, joissa ei tunne ihmisiä. Hän sanoi tämän helpottaneen hänen elämänsä paljon ja mahdollistaneen sen, että voi lähteä ”jonnekin muuallekin”. Kolmas totesi, että ryhmäkokemuksen jälkeen on ollut helpompi luoda ihmissuhteita ja olla avoin. Neljäs oli löytänyt rohkeutta hoitaa omia asioitaan enemmän. Viides koki, että puhuminen on helpottunut. Hän vertasi sen opettelua bussilla kulkemiseen; joskus sekin oli ollut vaikeaa, mutta siedättämällä itseään oli onnistunut siinä, samoin kuin nyt oli puhuminen muiden kanssa helpottunut ryhmässä käynnin ansiosta. Lisäksi hän koki, että oli kasvanut enemmän aikuiseksi. Eräs nuori sanoi:

Joo kyl se vei eteenpäin, koska se oli tavallaan iso este se, et mua jännitti liikaa semmoset sosiaaliset tilanteet, missä mä en niin ku tunne etukäteen ketään. Ja sitten kun sen huomasi, että se sujuu ihan hyvin se niin ku helpotti elämää tosi paljon.

Voimaantumista ajatellen on tärkeää pyrkiä tulkitsemaan tunneviestejä positiivisen, vaikkakin kriittisen, näkökulman kautta, sillä emootioiden tuoman informaation perusteella on mahdollisia tutkia erilaisia vaihtoehtoja selviytyä (Siitonen 1999, 155). Voimaantumisprosessissa on siis tärkeää löytää itselleen sopivia selviytymiskeinoja haastaviin tilanteisiin. Kaksi nuorta kertoi löytäneensä ryhmässä tehdyistä rentoutusharjoituksista keinon selviytyä hankalissa tilanteissa. Toinen nuorista kertoi rauhoittavansa itsensä rentoutumalla iltaisin ennen nukkumaanmenoa ja toinen kertoi löytäneensä menetelmän itsensä rauhoittamiseen stressaavissa tilanteissa.

Mul on alkanu tulee sellasii keinoi mitä mä niin ku teen, et mä stressaisin vähemmän ja se tuntuu, et se on auttanu, et mä oon niin ku pystyny tekemään asioita. Mä huomaan paremmin millon mun pitää ottaa rennosti ja sillee. Nyt mä oon tehny niit rentoutusharjoituksiiki.

Tulosten perusteella nuorten itsetuntemus ja -arvostus paranivat. He rakensivat minäkuvaansa kuntoutumisprosessin aikana ja oppivat hyväksymään itsensä paremmin, erityisesti introverttiuteen liittyviä piirteitään. Myös sosiaalista hyväksymistä koettiin ryhmässä. Heidän rohkeutensa kasvoi sosiaalisissa tilanteissa ja jännitys väheni. Vaikeisiin tilanteisiin löytyi selviytymiskeino ryhmässä tehdyistä rentoutusharjoituksista.

5.3 Tulevaisuuteen orientoituminen

Nuorten voimaantuminen näkyi siinä, että heidän ajattelunsa alkoi suuntautumaan tulevaisuuteen. Kaikissa haastatteluissa kävi ilmi, että nuorissa heräsi kuntoutusprosessin aikana halu mennä elämässä eteenpäin. He sanoittivat eteenpäin pyrkimystä eri tavoin. Tyytyväisyys omaan itseen ja siihen, että oli saanut mentyä eteenpäin, kuului kahdessa haastattelussa. Yhdellä nuorella tapaamiset herättivät toivoa ja halua vastaanottaa apua, toisella syntyi halu kehittyä ihmisenä. Yksi nuori löysi itsestään sinnikkyyttä, joka oli ollut kateissa. Nyt hän ei enää suostu luopumaan siitä "mistään hinnasta", vaikka elämässä olisi vaikeaa.

Se, kun te kävitte täällä, ni se herätti toivoa. Halusin auttaa itseäni. Halusin vastaanottaa apua, ku tiesin et se on niin ku hyväks mulle.

Onnistumisen kokemukset nousivat nuorten puheissa esille. Pienet onnistumiset johtivat suurempien haasteiden pariin. Kaksi nuorta kuvasi, kuinka onnistumisen kokemukset ajoivat siihen, että he halusivat onnistumisia lisää. Yksi nuori sanoi, että hänen mielialansa oli lähtenyt nousuun kaikkien onnistumisten jälkeen ja toinen sanoi, että asenne itseään kohtaan on muuttunut onnistumisten johdosta. Kaksi nuorta totesi, että he haluavat nyt kehittää itseään muillakin alueilla, koska

onnistumiset tuntuivat niin hyviltä. Siitosen (1999,154) mukaan voimaantumisen kannalta onnistumiset ovat erittäin arvokkaita. Onnistuminen liittyy läheisesti arvostuksen, hyväksymisen, luottamuksen ja ilmapiirin rakentumiseen. Nämä ovat yhteydessä minäkuvan muodostumiseen, itsearvostuksen ja itsetunnon rakentamiseen, rohkeuteen kokeilla itselle uusia, haastavia ratkaisuja sekä luovuuden ja voimavarojen vapautumiseen.

On niin kun onnistunu asioitten tekemisessä ja sitten se on myös lisänny sitä hyvää fiilistä itsestään, et hei mähän pystyn tekemään asioita, mähän osaan tehdä asioita.

Jos ihminen saa voimaantua omista lähtökohdistaan, voimaantumisen koke-
musta seuraa todennäköisesti myös hyvinvoinnin kokemus. Voimaantumisen osaprosesseista muun muassa toivottuihin tulevaisuuden tiloihin pyrkiminen, positiiviset tunnekokemukset ja toiveikkuus ovat merkityksellisiä hyvinvoinnin koke-
misessa. (Siitonen 1999, 164.) Voimaantumisen myötä nuoret saivat hyvinvoin-
nin kokemuksia. Nuoret kuvasivat hyvinvoinnin kokemuksia muuttuneena asen-
teena itseään kohtaan, itsetuntemuksen lisääntymisenä ja epämukavuusalueella
tapahtuneina onnistumisen kokemuksina. Eräs nuori kertoi, kuinka kuntoutusjak-
son aikana omalla epämukavuusalueella tehdyt itsetuntemusharjoitukset olivat
ajaneet häntä pohtimaan omaa elämää ja itseään, mistä oli seurannut mielihyvän
kokemuksia:

*Varmaan just ne niin ku tehtävät mitä tehtiin, ne unelmakartat ja oma-
kuvat, nii ihan se et siel niin kun pistettiin ajattelemaan, ni se jo itses-
sään oli niin ku tosi merkityksellistä itelle, et alko niin ku silleen teh-
tävien myötä miettimään elämää ja nimenomaan itseään. Sit on niit
ehkä epämuka vuusalueella tapahtuneet jutut, jotka on sit silleen niin
ku tökkiny liikkeelle. Sit niin ku alko ottaa niit askeleit eteenpäin niin
pakottavistakin syistä, niin sit se niin ku jotenkin alko tulla niit mieli-
hyvän kokemuksii.*

Ihmisen voimaantumisen kannalta on ratkaisevan tärkeää, että ihminen voi vapaasti asettaa itselleen tulevaisuuden unelmia (Siitonen 1999, 119). Tulosten mukaan unelmointi oli kuitenkin haastavaa kaikille nuorille. Toive normaalimasta elämästä haastoi erään nuoren pohtimaan tulevaisuutta, vaikka hän joutui mukavuusalueen ulkopuolelle ja ”uskaltamaan unelmoida”. Kyseessä oleva nuori kuitenkin koki unelmoinnin ja tulevaisuuden suunnitelmien ylös kirjoittamisen tärkeäksi. Palkitsevaksi unelmoinnin koki myös eräs toinen nuori. Hän kuvaili, kuinka unelmointi oli lähtenyt liikkeelle pienistä, pelokkaista unelmista. Hän koki isoksi asiaksi sen, kun omassa prosessissa alkoi löytymään sellaisia asioita, joita tavoitella. Hän kuvasi, kuinka palvelusta seuraavaan siirtymisen ajattelu tuli hänen kohdallaan mahdolliseksi ja vei näin hänen prosessiaan eteenpäin:

Muistan, et ne oli semmosii hyvin pieniä pelokkaita unelmia, mutta tota kyl niist varmasti alko lähtee ajatus liikkeelle. Et sai alkaa mieltii, et mitä sitä oikeesti haluu itellensä. Mikä siin silleen puski, et ku aloit kyselee iteltä mitä mä haluan ja haluanko mä just tätä, haluanko mä olla tässä hetkessä aina vai et haluanko mä jotain enemmän, ni niin ku semmosten ajatusten syntyminen ja eteenpäin miettiminen ja niihin omiin kysymyksiin vastaaminen. Ku alko löytyy niit semm osii juttui, mitä tavotella, ni se oli kyl iso juttu. Sit mä muistan, et ku se siirtyminen ei viel ollu ollu kauheen aktiivisesti esillä, ni mä pystyin jo niin ku ajatella sitä, et se on se seuraava askel, et pysty sen verran kattoo tulevaisuuteen.

Voimaantuminen rohkaisee paitsi muutosten ajattelemiseen, toisinaan myös muutosten tekemiseen omassa elämässään (Jantunen 2008, 66 - 67). Voimaantuminen, rohkeuden lisääntyminen ja henkilökohtaisen vastuun ottaminen liittyvät läheisesti toisiinsa (Siitonen 1999, 141). Kaksi nuorta kertoi konkreettisista asioista, joita olivat toteuttaneet kuntoutusprosessin aikana. Heidän haastatteluisiaan paistoi ylpeys omista ratkaisuista kokeilla omia rajojaan. Toinen nuorista kertoi toteuttaneensa hankkeen aikana ulkomaanmatkan ja koki sen liittyvän oman rohkeuden lisääntymiseen ja koko kuntoutusprosessiin. Hän aloitti myös

erään kurssin ja vaikka ei kokenutkaan onnistuneensa kurssin käymisessä loppuun asti, hän sanoi ottaneensa askeleen lähemmäs tavoitettaan. Toinen nuorista kertoi aloittaneensa myös erään kurssin ja olleen sen ensimmäinen askel kohti muita kursseja. Hän sanoi:

Et sai aikaseks sen, et ilmottautu sinne ja meni sinne kans ja sai todeta, et hitsi mähän pärjään tääl tosi hyvin.

Yhteenvetona voidaan ajatella, että nuorilla heräsi halu kehittyä ja mennä elämässä eteenpäin. Nuoret kokivat hankkeen aikana onnistumisia, mikä lisäsi heidän hyvinvointiaan. Rohkaistuminen unelmien toteuttamiseen lisäsi nuorten voimaantumista. Unelmoinnin nuoret kokivat tärkeäksi, joskin vaikeaksi.

5.4 Ilmapiirin merkitys

Sisäisen voimantunteen rakentumisessa turvallisella ja hyväksyvällä ilmapiirillä on erittäin keskeinen merkitys (Siitonen 1999, 74). Kaikki nuoret kokivat ilmapiirin voimaannuttavaksi. Heillä oli kokemuksia kannustamisesta ja siitä, että he tulivat autetuiksi ja nähdyiksi ja kokivat merkityksellisyyttä. Kaksi nuorta nuorta sanoi kokeneensa työntekijöiden aidosti välittävän ja haluavan auttaa ja siksi he halusivat työskennellä työntekijöiden kanssa. Puhuminen työntekijöille koettiin tärkeäksi. Eräs nuori sanoi, että hän pystyi puhumaan asioistaan paremmin hankkeen työntekijöille kuin kenellekään muulle aikaisemmin. Yksi nuori kertoi työntekijöiden kotikäyntien herättäneen hänessä toivoa ja yhdelle nuorelle jäi tunne, että muihin ihmisiin voi luottaa.

Sit sitä tuntu et niinku et kannattikin puhuu, koska se ei ollu turhaa se puhuminen. Alko niinku tuntumaan, ettei oo täysin merkityksetön ja näkymätön.

Kaikki ryhmään osallistuneet nuoret kokivat ryhmän sosiaalisen ympäristön ja ilmapiirin positiivisena. Ryhmän rentous ja sosiaaliset kontaktit olivat heille tärkeitä. Nuoret kokivat merkitykselliseksi sen, että saivat kohdata toisia nuoria ja puhua toisten nuorten kanssa, jotka olivat samassa elämäntilanteessa. Eräs nuori totesi, että hänelle oli tärkeää, että hän sai olla ihmisten kanssa tekemisissä, koska hänellä ei ollut paljonkaan sosiaalisia kontakteja ryhmän ulkopuolella:

Et tota mulla ei kuitenkaan paljon ole sosiaalisia kontakteja, ni se tuntu tärkeeltä, että saa olla ihmisten kanssa tekemisissä.

Erään nuoren kommentti siitä, että hän kesti ja pystyi olemaan ryhmässä, kertoo kuitenkin ryhmätilanteiden haastavuudesta. Kaikki nuoret, jotka osallistuivat ryhmätoimintaan, ymmärsivät omat haasteensa liittyen sosiaalisiin tilanteisiin ja kertoivat niistä avoimesti. He kokivat ryhmän olleen hyödyllinen sosiaalisten taitojen harjoittelemisessa ja niiden parantamisessa. Yksi nuori korosti, että saman ikäisten ja samassa elämäntilanteessa olevien nuorten kanssa oleminen oli hyödyllistä. Ryhmän rento ja mukava ilmapiiri auttoi yhtä nuorta uskomaan omiin mahdollisuuksiin kestää ryhmässä oloa.

Toi oli kuiteski tarpeeks semmonen rento toi ryhmä tai jotenkin semmonen mukava. Mul tuli siit semmonen et mä pystyn, kyl mä kestän olla jossain ryhmässä, vaik se ei aina oliskaan semmonen ku mä haluisin.

Nuorten kommentteista nousi tärkeäksi etenkin se, että sai olla oma itsensä ja että voi spontaanistikin toteuttaa omia toiveitaan ja myös sanoa, jos ei oma tunnetila jollakin tapaamis- tai ryhmäkerralla ollut hyvä. Tärkeänä pidettiin sitä, että sai tulla sellaisena kuin on. Yksi nuori kommentoi, että pystyi sanomaan ilman että siinä oli ”mitään pahaa”, jos jokin ei ryhmässä tuntunut hyvältä. Kaksi nuorta kertoivat jaksaneensa käydä ryhmässä, koska ilmapiiri ei ollut ahdistava eikä painostava ja siellä pystyi olemaan oma itsensä. Yksi nuori sanoi ilmapiirin olleen rento ja vaikka häntä välillä ahdisti muiden ryhmäläisten puhumattomuus, hän

silti koki, että sai olla melko lailla oma itsensä ja alkaa esimerkiksi yhtäkkiä tanssimaan, jos siltä tuntui. Hänestä rennolla ilmapiirillä oli todella tärkeä asia hänen omassa kuntoutumisprosessissaan.

Ainakin mä muistan ainakin sen, et tavallaan tai ainakin se on jäänyt, et saa tulla sellasena kun on, vaik ei ollu hyvä päivä tai vaik oli sitä ja tätä, niin silti voi tulla ja se oli iha ok. Seki varmaan oli aika tärkeä tai sillee.

Jos ihminen kokee, että häntä kunnioitetaan sellaisena kuin hän on, hän kokee vapaudentunnetta, ennakkoluulotonta suhtautumista ja turvallisuutta. Kun hän lisäksi kokee ilmapiirin demokraattisena ja itsensä hyväksytyksi, hänellä on liikkumatilaa, eikä hän koe kohtuuttomia rajoittavia vaatimuksia tai kontrolloivaa ulkoista painetta muuttua tiettyyn suuntaan. (Siitonen 1999, 71, 132.) Nuoret kokivat vapauttavana sen, ettei ryhmässä ollut pakko puhua, eikä siihen painostettu. Yksi hankkeen nuori totesi, ettei aluksi pystynyt kiinnittämään huomiota muihin ryhmäläisiin, koska kaikki huomio suuntautui omaan itseensä. Myös Jantusen (2008, 56) tutkimuksessa ajoittainen kyvyttömyys ilmaista itseään sanallisesti ja vapaus olla puhumatta olivat ihmisille voimaannuttavia kokemuksia.

Sitä alko kiinnittää huomiota siihen, et sielä on muitakin ryhmäläisiä kuin minä, et tavallaan alko kiinnittää huomiota ja kuunteli.

Kaikkien nuorten kohdalla ryhmässä olemiseen oli mietitty yksilökohtaiset tavoitteet ja omat vahvuudet ja kiinnostuksen kohteet sekä tarpeet oli pyritty huomioimaan. Kaksi nuorta kertoi kokeneensa positiivisena sen, että heidän tarpeilleen ja vahvuuksilleen annettiin ryhmässä tilaa ja tehtiin järjestelyjä niiden eteen. Voimaannuttavan ympäristön on oltava yhdenmukainen yksilön henkilökohtaisten päämäärien kanssa eli sen täytyy tarjota mahdollisuus saavuttaa henkilökohtaisesti arvokkaita tuloksia (Siitonen 1999, 114).

Se kyl tuntu mahtavalta, et niinku se ruoanlaitto. Et tuntu kummiski, et mä oon niinku hyvä siinä ja sain kehuja siitä ja että niinku se tuntu ihan mahtavalta.

Kahdessa haastattelussa nousi esille nuorten ikävähkötä kokemuksia verkostotyöstä. Kyseessä olevat nuoret kokivat saaneensa tukea ja voimaa verkostotilanteissa hankkeen työntekijöiltä ja jääneensä muun verkoston kuulemattomiin. Eräs nuori kuvasi, kuinka hankkeen työntekijät näkivät hänet sellaisena kuin hän on muun verkoston nähdessä hänet vain "sairaalamielessä". Toinen nuori kuvasi erästä verkostokokoustilannetta, jossa hän koki olevansa täysin lukossa ennen kuin hankkeen työntekijä rohkaisi häntä puhumaan omista asioistaan. Puhumisen kokemus auttoi nuorta ja hän koki helpotusta ja voimaantumista. Oman kontrollin tunteen ohella yksilön äänen kuuleminen on keskeistä voimaantumisprosessissa (Siitonen 1999, 86).

Mä olin aivan niinku silleen jännittynyt siellä ja niin kun aika paljon just alkuun kuuntelin ja en oikeen saanu sanottua mitään, mut muistan kyl niin kun sen, että sä sit jotenkin kannustit mua silleen ja otit mut siihen mukaan siihen keskusteluun ja sä olit ainoo, joka katso mua ja puhu mulle, kun muut puhu silleen niinku yleisesti kaikille. Sä niin ku haitt mut mukaan siihen juttuun ja sit se jotenkin helpottu se oma fiilis, et siin pääs jotenkin ulos sieltä kuoresta.

Osallisuus on yhteisöllisessä vuorovaikutuksessa syntyvä yksilön kokemus, joka ilmenee sisäisen voimantunteen lisääntymisenä (Jantunen 2008, 74). Valinnanvapaus ja vapaaehtoisuus ovat merkityksellisiä sisäisen voimantunteen rakentamisessa (Siitonen 1999, 63). Kaikki nuoret kokivat voineensa vaikuttaa hankkeessa sekä yksilökäynteihin että ryhmätoimintaan. Kaksi nuorta sanoitti osallisuutta "valtana vaikuttaa" tai "vaikuttamismahdollisuutena". He kokivat, että heille tarjottiin mahdollisuuksia vaikuttaa mm. siihen, milloin tapaamisia oli tai mitä ryhmässä tehtiin. Yksi nuori kommentoi, kuinka hänen tuli vaikutettua ihan huomattavasti asioihin.

Valtava vaikutusmahdollisuus ja sitä kyl tarjottii iha päivittäin ja sitä tuli vaikutettua iha huomaamattakin.

Tulosten perusteella nuoret tulivat hankkeessa kuulluiksi ja nähdyiksi. Sosiaaliset kontaktit muiden ryhmänuorten kanssa olivat tärkeitä, joskin nuoret olivat hyvin tietoisia vaikeuksistaan sosiaalisissa tilanteissa. Ryhmän rentous koettiin hyvänä ja omaa ryhmässä oloa helpottavana asiana. Nuoret kokivat, että he saivat olla oma itsensä ja se, ettei ryhmässä ollut pakko puhua, koettiin hyvänä asiana. Nuorten yksilöllisten tavoitteiden huomioiminen ryhmätoiminnassa koettiin positiivisena asiana ja onnistumiset ryhmässä koettiin arvokkaina. Verkstopalaverissa nuoren puhumaan rohkaiseminen ja hänen näkemisensä omana itsenään koettiin voimaannuttavaksi. Lisäksi nuoret kokivat, että vaikuttamismahdollisuudet hankkeen toimintaan olivat erinomaiset.

6 TOIMINTAMALLIN KEHITTÄMINEN

Tulosten mukaan nuoret kokivat oman elämäntilanteensa pohtimisen yhdessä työntekijöiden kanssa hyödylliseksi ja voimaannuttavaksi, joskaan se ei aina ollut helppoa. Eräs nuori kertoi, kuinka oman itsensä ja oman tilanteensa pohtiminen ei aina huvittanut, mutta koki sen olleen lopulta palkitsevaa. Hän löysi keskustelujen tuloksena elämäänsä selkeämmän päämäärän ja pystyi myös pitämään paremmin mielessään omia toiveitaan. Jantusen (2008, 63) mukaan oleminen helppottuu ja voimaantuminen voi alkaa, kun oppii tunnistamaan omia ajatuksiaan, tunteitaan ja kokemuksiaan sekä ilmaisemaan niitä. Jantusen mukaan asioiden sanoittaminen poistaa niihin liittyvää pelkoa.

Nuorten haastattelut vahvistivat sen, että hankkeen käytössä ollut asiakassuunnitelma oli epäkäytännöllinen ja sekava. Sen pohjalta nuoren oli vaikea muistaa hänen voimaantumistaan edesauttaneita tekijöitä ja hänen ottamiaan askeleita kohti voimaantumista, koska niitä ei oltu selkeästi kirjattu ylös. Haastatteluissa lisäksi ilmeni, ettei nuori kokenut suunnitelmaa omakohtaiseksi. Se ei virittänyt nuoria dialogiin omasta kuntoutusprosessistaan. Näiden kokemusten pohjalta sekä tuloksiin nojautuen päätin ehdottaa uuden asiakassuunnitelman laatimista hanketiimissä. Asiakassuunnitelma nousi kehittämiskohteeksi senkin vuoksi, ettei nuorilta noussut haastatteluissa mitään toimintamalliin liittyviä kehittämisehdotuksia.

Sosiaalista kuntoutusta ohjaa suunnitelmallisuus. Rostilan (2001, 35, 76, 79) mukaan hyvän sosiaalityön tulisi perustua selkeälle suunnittelulle, määritellyille tavoitteille ja kokonaisvaltaiselle asiakkaan elämäntilanteen kartoitukselle. Tärkeää on työn ankkuroiminen yhdessä asiakkaan kanssa sovittuun työn tavoitteeseen. Tavoitesopimukseen perustuva muutostyön malli jäsentää työtä. Tavoitteiden valitseminen on usein kuitenkin vaikeaa nuorille. Alustavat tavoitteet voivat toimia omien tavoitteiden ja päämäärien herättelijöinä. Ne tulee aina määritellä positiivisessa, kasvua korostavassa muodossa. Myös Siitosen (1999, 199) mukaan suurten tavoitteiden saavuttaminen yleensä edellyttää lukuisten välipäämäärien saa-

vuttamista. Itse asetettuun tulevaisuuden tilaan pyrkiminen toimii energialähteenä välipäämääriin pyrkimisessä, ja välipäämäärien saavuttaminen on yhteydessä voimavarojen vapautumiseen pyrittäessä kohti uusia haasteita. Näin päämäärillä ja voimaantumisella on keskinäinen suhde.

Toukokuussa -16 esittelin opinnäytetyön tulokset hanketiimille. Tiimissä keskusteltiin aktiivisesti nuoren suunnitelmaan ehdottamistani aihealueista ja päädyttiin seitsemään aiheeseen, jotka nimettiin nuorten kielelle ”liikkuminen kodin ulkopuolella, hyvä päivärytmi, minä ryhmässä, minä verkostoissa, unelmointi ja tulevaisuuden miettiminen, itsetuntemus- ja arvostus sekä oman selviytymiskeinon löytäminen (esim. jännittäminen)”. Aiheiden lisäksi suunnitelmaan lisättiin kohdat nuoren omille tavoitteille sekä useampi kohta välipäämäärille. Myös tyhjiä sarakkeita jätettiin, jotta nuoren omille aiheille on tilaa. Nuoren suunnitelma löytyy opinnäytetyön liitteenä.

Nuoren suunnitelma on tarkoituksella jätetty melko avoimeksi, jotta se antaa mahdollisimman yksilöllisille nuorten tavoitekeskusteluille tilaa. Suunnitelmaan valmiiksi kirjattujen aiheiden on tarkoitus saada nuori pohtimaan yhdessä työntekijän kanssa omia tavoitteitaan liittyen aihealueisiin liikkuminen kodin ulkopuolella, hyvä päivärytmi, minä ryhmässä, minä verkostoissa, unelmointi ja tulevaisuuden miettiminen, itsetuntemus ja -arvostus, oman selviytymiskeinon löytäminen. Yhdessä on tarkoitus pohtia ja kirjata ylös, mitä konkreettista on tehtävä, jotta tavoitteisiin päästään. Suunnitelmaa on tarkoitus tarkastella useampana tapaamiskertana, sillä luottamuksen syventyessä tavoitteiden laatu ja luonne usein muuttuvat. Nuorelle tärkeitä aihealueita voidaankin käydä läpi koko kuntoutusprosessin ajan, jos nuoren tilanne sitä vaatii. Tavoitteet ja välipäämäärät kirjataan suunnitelmaan aina positiivisessa, voimaantumista tukevassa muodossa. Suunnitelman on tarkoitus tukea nuoren voimaantumisprosessia muun muassa tekemällä näkyväksi nuoren onnistumisen kokemukset. Suunnitelmaa voi käyttää myös verkostotyössä; nuoren on helppo sen avulla esitellä oma tilanteesta ja tavoitteensa ja viedä näin arvokasta sosiaalista tietoa lääkinnällisen tiedon rinnalle.

Suunnitelma testattiin nuorilla. Yhteensä viisi hankkeessa aktiivisesti toimivaa nuorta aloitti suunnitelman tekemistä eräällä ryhmäkerralla toukokuussa -16. Nuorilta virisi paljon kysymyksiä liittyen suunnitelman eri aihealueisiin. Totesimme yhdessä nuorten kanssa, että koska kaikilla nuorilla on yksilöllisiä haasteita omissa tilanteissaan, on tärkeää, että suunnitelmaa käydään läpi yksilökäynneillä yhdessä työntekijöiden kanssa. Totesimme myös, että suunnitelman aihealueet ovat todella laajoja, joten sen tekemistä ja täyttämistä on hyvä toteuttaa asteittain useammalla käynnillä. Nuorten kanssa käytiin keskusteluihin perustuen suunnitelmaan tehtiin tiimipalaverissa muutama korjaus. Yleisesti ottaen nuoret suhtautuivat positiivisesti ja mielenkiinnolla suunnitelman täyttämiseen.

Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan politiikkasuosituksissa ”Parempia ratkaisuja koulutuksen ja työn ulkopuolella olevien nuorten tukemiseen” todetaan, että nuorella tulisi jatkossa olla yksi suunnitelma, johon kaikki toimijat sitoutuvat (Määttä & Määttä 2015, 9). Ehkä asiakassuunnitelmamme voi olla yhtenä esimerkkinä tai pohjana kyseessä olevalle kehitystyölle. Se on tarkoitus esitellä paitsi työyhteisölle marraskuussa 2016, myös hankeseminaarissa syksyllä 2016. Nuoren suunnitelma löytyy liitteenä (liite 3) ja se on myös tulossa internettiin kaikkien saataville.

7 POHDINTA

Sosiaalisen kuntoutuksen päämääränä voidaan pitää nuoren voimaantumista. Tämän opinnäytetyön tulokset vahvistavat Palvelu olen minä! -toimintamallin tarjoavan nuorille voimaantumisen kokemuksia. Voidaankin kysyä, miksi voimaantumisesta ei Suomessa ole tehty enempää tutkimusta, eikä yhtenäistä teoriaa aiheesta löydy. Myös voimaantumista ja valtaistumista tutkinut Kuronen (2004, 290) esittää kysymyksen, onko mahdollista löytää sellainen voimaantumisen ja valtaistumisen käsite ja käytäntö, joka huomioi valtasuhteet työntekijän ja asiakkaan välillä ja on sensitiivinen eriarvoisuudelle sekä mahdollistaa sosiaalityön kriittisenä yhteiskunnallisena muutostyönä. Mielestäni olisi tärkeää, että voimaantumisen käsite ymmärrettäisiin eri alojen työntekijöiden keskuudessa samalla tavalla. Itse olen oivaltanut voimaantumisen aivan uudella tavalla tätä opinnäytetyön prosessia läpikäydessäni ja samaan aikaan hankkeessa työskennellessäni. Tämä ajanjakso on saanut minussa aikaan omien työmenetelmieni ja oman ammattiroolini uudelleenarvioimisen, mikä on tietenkin ollut ammatilliselle kehitykselleni erittäin arvokasta. Olen esimerkiksi joutunut kysymään itseltäni, miten toimia haastavissa tilanteissa, joissa nuoren oma voimaantumisosprosessi on näyttänyt ulkoapäin olevan täysin pysähdyksissä. Voimaantumisteorioihin tutustuminen on auttanut luottamaan nuoren omaan tahtiin ja tapaan edetä omassa prosessissaan. Olen ymmärtänyt entistä syvällisemmin, etten voi työntekijänä lii- kaa yrittää nopeuttaa nuoren voimaantumista, sillä vallan pitää aina säilyä nuorella itsellään. Tähän perustuu myös Palvelu olen minä! -hankkeen laatuajattelu; nuori saa olla hankkeen piirissä niin kauan kuin hän on tarpeeksi voimaantunut kiinnittyäkseen seuraavan palvelun piiriin. Tässä mielestäni huomioidaan käytännön tasolla Kurosen mainitsema sensitiivisyys eriarvoisuutta kohtaan sekä sosiaalityön kriittinen näkökulma yhteiskunnalliseen muutostyöhön.

Voimauttavan valokuvauksen kehittäjä ja kohtaamisen ammattilainen Miina Savolainen sanoi Sokran järjestämässä Tasan yhdessä -seminaarissa maaliskuussa -16, että identiteettityö pitäisi olla keskeistä kaikessa ihmistyössä. Hänen mukaansa asiakkaan paraneminen alkaa, kun työntekijä suostuu menemään toi-

sen maailmaan yhdessä dialogissa asiakkaan kanssa ja hyväksymään sen kaikinensa. Asiakas näyttää Savolaisen mukaan itsestään hyvän ja ehjän, kun työntekijä on peilinä ja antaa arvostavaa, korjaavaa ja vilpitöntä katsetta; hyväksyvään katseeseen rakentuu turvallisuus. Nuoret kokivat tullessa hankkeessa kuulluiksi ja hyväksytyiksi sellaisina kuin ovat, mikä kertoo dialogisuuden toteutumisesta ehkä myös kehollisella tasolla. Savolaisen voimaannuttava tapa suhtautua sosiaalialan työhön on mielestäni kiehtova ja toivonkin, että voin oppia siitä vielä lisää.

Voimaantumisen arvioinnin haasteita tutkinut Tomi Järvinen (2009, 15) ehdottaa, että yksilön voimaantumista mitattaessa kiinnitettäisi huomiota muun muassa tulevaisuusorientaatioon, kykyyn hahmottaa vaihtoehtoisia toimintamalleja ja innovatiivisuuteen. Nuorten haastatteluissa otin huomioon Järvisen ehdottaman tulevaisuusorientaation kysyen siihen liittyviä kysymyksiä, mutta vaihtoehtoisten ja innovatiivisten toimintamallien ja ratkaisujen käsitteleminen oli tapahtunut jo kuntoutusprosessin aikana. Haastatteluissa kuitenkin ilmeni, että tiedon jakaminen ja keskustelu työntekijöiden kanssa ryhmään liittyvistä asioista auttoi nuoria pääsemään mukaan ryhmän toimintaan. Palvelu olen minä! -toimintamalliin kuuluu, että nuorelle kerrotaan alussa, että hän voi tulla ryhmään kun on siihen valmis ja toisaalta yksilökäynneillä käsitellään myös muita ryhmään liittyviä asioita, kuten jännitystä tai ahdistusta tuottavia tilanteita. Tutkimustulokset kertovat siis siitä, että Palvelu olen minä! -toimintamalli tukee hankkeen nuorten onnistumisia ryhmäkäyntien aloittamisessa. Jantunen (2010, 97) kirjoittaa, että osallisuuteen rohkeavaa vertaistukea ei tulisi nähdä ammatillisten hoitomuotojen vaihtoehtona, vaan niiden rinnalla ja niitä täydentävänä mahdollisuutena. Mielestäni Palvelu olen minä! -hankkeen kaltainen toimintamalli voisi toimia muissakin nuorten palveluissa, joissa nuorten kiinnittyminen ryhmätoimintaan on heikkoa.

Nuoruus on elintärkeä ja välttämätön osa sekä ihmisen yksilöllistä että yhteisöllistä elämää. Normaalitilanteessa nuori saa rohkeutta lähteä maailmalle, koska hänen aivojensa palkitsemisjärjestelmän hermoverkot aktivoituvat ja innostavat häntä etsimään uusia elämyksiä. (Siegel 2014, 98 – 99.) Hankkeessa kohtamani nuoret ovat usein jääneet vaille tarvitsemaansa rohkeutta, jotta he olisivat

lähteneet maailmalle kokeilemaan ja etsimään kykyjään. Heiltä saattaa puuttua myös sosiaalisia kontakteja. Mielenterveydelliset ongelmat, kuten sosiaaliset pelot, ovat estäneet heitä lähtemästä kotoa ja rakentamasta ystävyysuhteita. Opinnäytetyön tulosten mukaan nuorten rohkeus kasvoi kuntoutusprosessin aikana, mikä kertoo voimaannuttavan työtteen toimivuudesta. Ihmissuhteiden merkitystä voimaantumisprosessissa ei tässä opinnäytetyössä kuitenkaan tutkittu. Toisaalta Palvelu olen minä! -hankkeen ryhmän ja ryhmäläisten väliset sosiaaliset suhteet osoittautuivat merkityksellisiksi nuorille. Toivon mukaan nuorten voimaantumisen kokemukset ryhmässä kantavat niin pitkälle, että heillä on luottamusta itseensä myös tulevaisuudessa ja uusia ihmissuhteita luodessaan.

Introverttius puhutti nuoria yllättävän paljon, vaikka en siitä suoraa haastattelukysymystä heille esittänyt. On mielestäni kiinnostavaa, että he analysoivat itseään introverttiuden kautta. Toisaalta on hyvin luonnollista, että näin on, sillä elämme yhteiskunnassa, jossa introverttiutta ei aina arvosteta. Järvisen (2009, 16) mukaan yhteiskunnan vallitseva ilmapiiri joko katalysoi tai ehkäisee yksilöllistä voimantunnetta. Voimaantumista arvioitaessa on siis analysoitava niitä käsityksiä, joita yksilöillä on oman toiminnan vaikutuksesta ympäristöön ja päinvastoin. Tutkimustulosten mukaan nuoret kokivat, että he saivat olla hankkeessa sellaisia kuin ovat ja he kokivat myös sosiaalista hyväksyntää ryhmässä muun muassa omaa introverttiuttaan kohtaan. Huomioiden tämän yhteiskunnan vaatimukset ja sen, että useat heistä ovat viettäneet kotona vuosia, voidaan kysyä, onko aikaisemmissa yhteisöissä ollut tilaa nuorten introverttiudelle.

Tutkimustulosten mukaan nuoret kaipasivat tulevaisuutta kuulluiksi verkostokokouksissa. Keroputaan mallissa ajatellaan, että mielenterveysongelmat ovat ennen kaikkea sosiaalisia ongelmia, jotka ovat enemmän "ihmisten välissä kuin ihmisten sisällä". Tämän ajatuksen pohjalta on helppo ymmärtää, miksi verkostojen merkitys korostuu mallissa. (Berner 2012.) Tärkeintä verkostokokouksissa on pyrkiä tasa-arvoiseen dialogiin, jossa työntekijät eivät sanele miten olisi hyvä tehdä, vaan suunnitelma tehdään yhdessä kaikkia kuullen. Asiakkaan elämänhallinnan tunteen on todettu parantuneen, kun hän pääsee osallistumaan suunnitelman laatimiseen ja päätöksentekoon. Lisäksi Keroputaan mallissa ketään ei luukuteta,

vaan hoito järjestetään siellä, missä asiakas ensi kertaa kohdataan. (Seikkula & Alakare 2004, 292-293.) Keroputaan mallissa toteutetaan jo sitä, mihin sosiaalisessa kuntoutuksessa tulisi pyrkiä nuoren kanssa; verkostojen kokoamista siellä, missä nuori ensi kertaa kohdataan ja aitoa dialogia, jossa nuoren voimaannuttaminen huomioidaan osallistamalla hänet oman suunnitelmansa laatimiseen ja päätöksentekoon. Palvelu olen minä! -mallissa pyritään toteuttamaan dialogista kohtaamista sekä nuoren kanssa että verkostoissa.

Koulukiusaamistausta on hankkeen nuorilla varsin yleinen ja aiheuttaa heille haasteita liittyen paitsi kodin ulkopuolelle lähtemiseen, myös muun muassa ryhmätoimintaan osallistumiseen. Tutkimustulosten mukaan kaikki nuoret, jotka osallistuivat ryhmätoimintaan, ymmärsivät omat haasteensa ja pelkonsa liittyen ryhmätilanteisiin ja toisaalta saivat onnistumisen kokemuksia Palvelu olen minä! -hankkeen ryhmätoiminnasta. Lasten ja nuorten traumat tulisi amerikkalaisen tutkimuksen mukaan ottaa huomioon muun muassa luomalla ympäristöstä heille turvapaikka, jolloin uudelleen traumatisoitumiselta voidaan välttyä. Siinä on tärkeää fyysinen ja emotionaalinen turvallisuus, luotettavuus, osallisuus, voimaantuminen, työntekijän osallistuminen prosessiin sekä muutokseen valmistautuminen moniammatillisessa tiimissä. (Hommer, Dollard, Robst & Armstrong 2008, 84 - 85.) Nuorten traumataustat on pyritty ottamaan hankkeessa huomioon paitsi nuorten asiakasprosesseissa, erityisesti ryhmätoimintaa suunniteltaessa. Yksilökäynneillä voidaan keskittyä nuoren kanssa muun muassa turvallisen olon luomiseen ryhmässä pohtimalla yhdessä erilaisia tapoja olla ja toimia erilaisissa ryhmätilanteissa tai miten ryhmässä käynnit voidaan aloittaa tuetusti. Ryhmätoiminnan suunnittelu vaatii ohjaajilta paljon, jotta niihin saadaan luotua emotionaalinen turvallisuus ja onnistumisen mahdollisuuksia kaikille nuorille. Lisäksi ohjaajilta vaaditaan paljon sensitiivisyyttä erilaisissa ryhmätilanteissa, jotta nuorten ryhmäkokemukset muodostuvat voimaannuttaviksi. Tarvitaan myös koulutusta sekä johdon ymmärrystä ja tukea vaikeissa asiakastilanteissa, joissa ollaan tekemisissä traumojen kanssa.

Tutkimukseen osallistuneita nuoria haastateltiin seurantakäynneillä keskimäärin kahden kuukauden kuluttua kuntoutusprosessin loppumisesta. Seurantakäynnit

päätettiin ottaa käytäntöön muidenkin hankkeen nuorten kanssa, koska ne näyttivät vahvistavan nuoren tunnetta siitä, että hän on tärkeä ja että hänen asioistaan välitetään. Näillä käynneillä on myös tarkoitus tarkistaa nuoren kiinnittyminen jatkosijoituspaikkaan ja olla tarvittaessa apuna, jos sitoutumisessa palveluun ilmenee ongelmia. Näin seurantakäynnit toimivat syrjäytymistä ehkäisevänä toimenpiteenä. Opinnäytetyöhön liittyvillä seurantakäynneillä ei ilmennyt keskeytyksiä jatkopaikoissa, päinvastoin sitoutuminen jatkopalveluihin oli pääosin hyvää. Jatkotutkimuksen kannalta olisi kiinnostavaa selvittää, ovatko hankkeen nuoret löytäneet paikkansa yhteiskunnassa, millaisia suunnitelmia heillä tulevaisuuden suhteen on ja miten he näkevät Palvelu olen minä! -hankkeen kuntoutusjakson voimaannuttavan merkityksen elämässään muutaman vuoden kuluttua.

Palvelu olen minä! -toimintamalli on tarkoitus juurruttaa yhdeksi etsivän nuorisotyön menetelmäksi Vantaalle. Tällöin etsivän nuorisotyön asiakkailla on mahdollisuus saada vahvaa yksilö- ja ryhmätukea sosiaalisen kuntoutuksen keinoin. Mielestäni tämä on Vantaan nuorisopalveluissa hieno askel nuorten huono-osaisuuteen ja syrjäytymiseen puuttumiseksi. Tämä poistaa myös nuorten luukuttamista. Tutkimuksen mukaan yksinäiset nuoret hyötyvät eniten etsivästä nuorisotyöstä sekä mielenterveyspalveluista verrattuna muihin sosiaalisessa kuntoutuksessa käytettyihin palveluihin (Kivipelto 2013, 70 - 72).

Palvelu olen minä! -hankkeen tavoitteena on paitsi toimintamallin juurruttaminen etsivään työhön, myös nuorten palveluiden kehittäminen Vantaalla verkostoyhteistyönä. Parhaimmassa tapauksessa hanke tuottaakin uusia toimintakäytäntöjä esimerkiksi eri palvelusektoreiden ja -organisaatioiden kesken. Yhteistyöllä tavoitellaan tehokkuutta, joustavuutta ja kykyä huomioida asiakkaiden tarpeet entistä paremmin. Käytännössä tämä näkyy toimivana uudenlaisena palvelujen organisoitina, jossa nuori on keskipisteessä ja perinteiset sektorirajat ylitetään. Verkostojen avulla voidaan parhaimmillaan hyödyntää toisten alojen työntekijöiden osaamista yhteisen päämäärän hyväksi. (Paasivirta, Suhonen & Virtanen 2013, 27.) Tämä opinnäytetyö on toiminut innoittajana suunniteltaessa Palvelu olen minä! -hankkeen kolmiosaisen kehittämisfoorumien sarjan aihealueita. Ensimmä-

mäiseen kehittämisfoorumiin kutsuttiin alustusta pitämään sosiaalista kuntoutusta tutkinut Mika Ala-Kauhaluoma. Syksyn -16 kehittämisfoorumiin on valittu aiheeksi nuoren kohtaaminen sekä eri toimijoiden tietouden lisääminen toisistaan. Kohtaamisen ammattilainen ja voimaannuttavan valokuvauksen kehittäjä Miina Savolainen on lupautunut kyseessä olevan foorumiin puhumaan muun muassa voimaannuttavasta työotteesta sosiaalialalla. Kevään -17 viimeinen kehittämisfoorumi on suunniteltu pidettävän Vantaan päättäjille. Kaikissa foorumeissa Palvelu olen minä! -asennetta pyritään välittämään tavoitteena muun muassa nuoren luukuttamisen vähentäminen Vantaalla.

Sosiaalityön vaikuttavuuden arvioinnin olisi annettava tietoa sekä työntekijän käyttämien työmenetelmien että asiakkaan voimaantumisen välisistä yhteyksistä (Kivipelto & Kotiranta 2011, 135). Hankkeen tutkija Linnea Alho on tekemässä tutkimusta hanketyöntekijöiden käyttämistä työmenetelmistä. Jatkotutkimuksen kannalta olisi kiinnostavaa tarkastella molempia tutkimuksia ja etsiä tietoa nuorten voimaantumisen ja työmenetelmien välisestä yhteydestä Palvelu olen minä! -hankkeessa. Toisaalta voidaan vetää ehkä joitain johtopäätöksiä nuorten voimaantumiskokemusten ja työmenetelmien välillä myös tarkastelemalla yhdessä Alhon sekä tämän opinnäytetyön tuloksia. Alhon tulokset ovat valmiit hankkeen päättymiseen mennessä joulukuussa -17.

Sosiaalinen syrjäytyminen on prosessi samaan tapaan kuin voimaantuminenkin (Järvikoski & Härkäpää 2004, 135). Koulupudokkuus on usein monivaiheinen syrjäytymisen prosessi ja syy sille, että hankkeen nuoret ovat jääneet kotiin – usein vuosiksi. Kuuluuko nuorten ääni kouluissa? Voisiko Palvelu olen minä! -hankkeen voimaannuttava toimintamalli toimia Vantaalla esimerkiksi Varian yhteydessä ja tarjota syrjäytymistä ehkäisevän, luukuttamista välttävän sosiaalisen kuntoutuksen toimintamallin koululle? Kun nuoria saataisiin ”kiinni” ennen kuin he jäävät kotiin ja syrjäytymisprosessi näin katkaistua, olisi se paitsi nuorelle tulevaisuuden mahdollisuuksia lisäävä tekijä, myös suuri säästö kaupungille. Tässä saattaisi olla hankkeelle yksi jatkotutkimuksen ja -kehittämisen alue. Palvelu olen minä! -asennetta ja toimintamallia voidaan toki toteuttaa myös lähes missä tahansa, missä ollaan tekemisissä nuorten syrjäytymisuhan kanssa!

LÄHTEET

- Ala-Kauhaluoma, Mika 2015. Sosiaalinen kuntoutus nuorten osallisuuden vahvistajana. Moon - tuettu työllistyminen ry -lehti. Viitattu 6.11.2015: <http://tuettutyollistyminen.fi/wp-content/uploads/2015/04/04-Mika-Ala-Kauhaluoma.pdf>
- Arki, arvot, elämä ja etiikka 2013. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry. Ammattieettinen lautakunta. Viitattu 4.1.2016. http://www.talentia.fi/files/558/Etiikkaopas_2013_net.pdf
- Berner, Anna-Sofia 2012. Torniossa mielenterveys toimii. Helsingin Sanomat 16.12. <http://www.hs.fi/sunnuntai/a1355546346268>
- Boehms, Amnon & Staples, Lee H. 2002. The Functions of the Social Worker in Empowering: The Voices of Consumers and Professionals. Social work Vol.47 Issue 4, 449–460. Viitattu 14.1.2016: <https://mail.google.com/mail/u/0/#inbox/1522af24a3eed906>
- Eskola, Jari 2010. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat, laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2, näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Juva: WS- Bookwell Oy, PS-kustannus, 179–203.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Osuuskunta Vastapaino.
- Eskola, Jari & Vastamäki, Jaana 2010. Teemahaastattelu: opit ja opetukset. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1, metodin valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Juva: PS-kustannus, 26–44.
- Freire, Paulo 2005. Sorrettujen pedagogiikka. Jyväskylä: Vastapaino.
- Hankehakemus 2014. Hakemusnumero 100382. Palvelu olen minä! -hanke. Kestävää kasvua ja työtä 2014-2020, Suomen rakennerahasto-ohjelma.
- Heikkinen, Alpo 2002. Lasten ja nuorten voimaantuminen auttamisen strategiassa. Teoksessa Nuorisotutkimus, huono-osaisuus. Nro 4. Helsinki:

- Yliopistopaino Oy, 43–48.
- Hinkka, Terhi; Koivisto, Juha; Haverinen, Riitta 2006. Kartoittava kirjallisuuskat-
saus sosiaalisen kuntoutuksen työmuodoista ja niiden vaikutuksista.
Raportteja 12/2006. Stakes. Helsinki: Valopaino Oy.
- Hirvonen, Ari 2006. Eettisesti hyvä tutkimus. Teoksessa Jaana Hallamaa, Veik-
ko Launis, Salla Lötjönen ja Irma Sorvali(toim.) Etiikkaa ihmistieteil-
le. Tutkimuseettisen lautakunnan julkaisuja. Helsinki: Hakapaino
oy, 31–49.
- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2008. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö.
Helsinki: Oy Yliopistokustannus, HYY yhtymä.
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko; Sajavaara, Paula 2009. Tutki ja kirjoita.
Hämeenlinna: Tammi.
- Hokkanen, Liisa 2014. Autetuksi tuleminen. Valtaistavan sosiaalisen asianajon
edellyttämät toimijuudet. Väitöskirja. Rovaniemi: Lapin yliopisto-
paino.
- Hummer, Victoria; Dollard, Norin; Robst, John & Armstrong, Mary 2008.
Innovationsin Implementation of Trauma-Informed Care Practices
in Youth Residential Treatment: A Curriculum for Organizational
Change. Child Welfare, vol.89, No.2.
- Ihme, Irene 2009. Arviointi työvälineenä – Lasten ja nuorten kasvun tukeminen.
Juva: PS-kustannus.
- Jantunen, Eila 2008. Osalliseksi tuleminen – masentuneiden vertaistukea
jäsentävä substantiivinen teoria. Diakonia-ammattikorkeakoulun
julkaisuja. Tampere: Juvenes Print Oy.
- Jantunen, Eila 2010. Vertaistuki masentuneiden osallisuuden vahvistajana.
Teoksessa Laine, Terhi; Hyväri, Susanna & Vuokila-Okkonen
Päivi (toim.) Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Riika,
Latvia: Tammi.
- Juujärvi, Soile; Myyry, Liisa & Pessa, Kaija 2011. Eettinen herkkyyys ammatilli-
sessa toiminnassa. Jyväskylä: Tammi.
- Järvikoski, Aila & Härkäpää, Kristiina 2004. Kuntoutuksen perusteet. Vantaa:
WSOY.

- Järvinen, Tomi 2009. Voimaantumisen (empowerment) arvioinnin haasteita. Teoksessa Ammattikasvatuksen aikakauskirja 1. Saarijärvi: Okkasäätiö. Juujärvi, Soile; Myyry, Liisa & Pessa, Kaija 2011. Eettinen herkkyys ammatillisessa toiminnassa. Jyväskylä: Tammi.
- Kallio, Kirsi Pauliina 2010. Lasten ja nuorten epäsuoran kohtaamisen etiikka. Teoksessa Langström, Hanna; Pösö, Tarja; Rutanen, Niina; Vehkalahti, Kaisa (toim.) Lasten ja nuorten tutkimuksen etiikka. Nuorisotutkimusverkosto. Helsinki: Yliopistopaino.
- Kallio, Kirsi Pauliina; Stenvall, Elina; Bäcklund, Pia; Häkli, Jouni 2013. Arjen osallisuuden tukeminen syrjäytymisen ehkäisemisen välineenä. Teoksessa Jukka Reivinen ja Leena Vähäkylä Ketä kiinnostaa? Lasten ja nuorten hyvinvointi ja syrjäytyminen. Tallinna: Gaudeamus Oy, 69–87.
- Kananen, Jorma 2014. Toimintatutkimus kehittämistutkimuksen muotona. Jyväskylä: Suomen yliopistopaino – Juvenes Print.
- Kansanaho, Anne 2014. Kohtaamisia Keroputaan malliin. Osviitta-lehti 1/14. Suomen työnohjaajat oy. <http://www.aretai.org/cms-assets/documents/169026-990177.download.pdf>
- Karjalainen, Vappu 2008. Yksilöllistymiskehitys muuttaa kuntoutusta – mutta miten? Teoksessa Vappu Karjalainen ja Ilpo Vilkkumaa (toim.) Kuntoutus kanssamme - Ihmisen toimijuuden tukeminen. Stakes. Jyväskylä: Gummerus 11–25.
- Kivipelto, Minna 2013. Osahankkeiden tulokset. Teoksessa Minna Kivipelto, Sanna Blomgren, Pekka Karjalainen & Paula Saikkonen (toim.) Vaikuttavaa sosiaalityötä – arviointimalleista mittareihin, tutkimus- ja kehittämishankkeen loppuraportti. THL. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy 27–100.
- Kivipelto, Minna 2008. Osallistava ja valtaistava arviointi, johdatus periaatteisiin ja käytäntöihin. Työpapereita 17. Helsinki: Stakes, Valopaino Oy.
- Kivipelto, Minna & Kotiranta, Tuija 2011. Valtaistumisen vaikuttavuuden arviointi. Miten voisimme edistää sitä sosiaalityössä? Janus vol.19 (2) 122–124.
- Kuula, Arja 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Jy-

- väskylä: Osuuskunta Vastapaino.
- Kuusela, Kirsi & Kvick, Inkeri 2004. Pyörre-projekti 2002-2004. Sosiaalinen kuntoutus, toiminnallisuus ja ryhmämuotoinen aikuisosiaalityö. Helsingin kaupungin sosiaalivirasto Selvityksiä 2004:6.
- Kurki, Leena 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere: Vastapaino, Tammer-Paino Oy.
- Kuronen, Marjo 2004. Valtaistumista vai voimavaraistumista – Feministisiä näkökulmia empowermentiin sosiaalityön käsitteenä ja käytäntönä. Teoksessa Kuronen, Marjo; Granfelt, Riitta; Nyqvist, Leo & Petrelius, Päivi (toim.) Sukupuoli ja sosiaalityö. Juva: PS-kustannus 277–296.
- Maunu, Antti 2014. Kuinka terveyttä tehdään? Sosioekonomiset terveyserot ja ammatilliset oppilaitokset niiden kaventajana. EHYT katsauksia 1/2014. Viitattu 1.11.2015: http://issuu.com/ammattilainen/docs/kuinkaterveyttatehdaan_ehyt_katsauk?e=4296231/9165628
- Metteri, Anna & Haukka-Wacklin, Tuula 2008. Sosiaalinen tuki kuntoutuksen ytimessä. Teoksessa Vappu Karjalainen ja Ilpo Vilkkumaa (toim.) Kuntoutus kanssamme - Ihmisen toimijuuden tukeminen. Stakes. Jyväskylä: Gummerus 53–68.
- Miettinen, Seija & Pelkonen, Marjaana 2000. Empowerment ammatillisen kehittymisen osana. Teoksessa Manninen, Seija; Miettinen, Merja; Nousiainen, Inkeri & Kuokkanen, Liisa. Itsensä johtaminen sosiaali- ja terveysalalla. Juva: WSOY.
- Mäkelä, Klaus 2006. Sosiaalitutkimuksen eettinen säätely. Teoksessa Jaana Hallamaa, Veikko Launis, Salla Lötjönen ja Irma Sorvali (toim.) Etiikkaa ihmistieteille. Tutkimuseettisen lautakunnan julkaisuja. Helsinki: Hakapaino oy 360–378.
- Mäkinen, Olli 2006. Tutkimusetiikan ABC. Vaajakoski: Gummerus kirjapaino oy.
- Määttä, Mirja & Määttä, Anne (toim.) 2015. Parempia ratkaisuja koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevien nuorten tukemiseen. Valtion selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisuja 16.

- Paasivaara, Leena; Suhonen, Marja & Virtanen, Petri 2013. Projektijohtaminen hyvinvointipalveluissa. Helsinki: Tietosanoma oy.
- Rostila, Ilmari 2001. Tavoitelähtöinen sosiaalityö. Voimavarakeskeisen ongelmanratkaisun perusteet. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.
- Rouvinen-Wilenius 2014. Kohti osallisuutta – mikä estää, mikä mahdollistaa. Teoksessa Arja Jämsen ja Anne Pyykkönen (toim.) Osallisuuden jäljillä. Pohjois-Karjalan sosiaaliturvayhdistys. Saarijärvi: Offset. 51-68. Viitattu 15.11.2015: <http://www.jelli.fi/lataukset/2014/05/osallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf> 5
- Rouvinen-Wilenius, Päivi, Aalto-Kallio, Mervi, Koskinen-Ollonqvist, Pirjo & Nikula, Tuuli 2011. Teoksessa Päivi Rouvinen-Wilenius ja Pirjo Koskinen-Ollonqvist (toim.) Tasa-arvo ja osallisuus väylä terveyteen, Järjestöt suunnan näyttäjinä. Terveyden edistämisen keskus ry (Tekry). Julkaisu 9/2011. Viitattu 15.11. 2015: http://www.soste.fi/media/pdf/julkaisut/tasa-arvo_ja_osallisuus_2012.pdf
- Räsänen, Juhani 2006. Voimaantumisen mahdollistaminen ja ratkaisut, yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön valtaistaminen. Julkiviestintä Oy: Suomen työvalmennusakatemia julkaisu.
- Saleebey, Dennis 1996. The Strengths Perspective in Social Work Practice: Extensions and Cautions. Social Work Vol.41, 296–305. Viitattu 16.1.2016: <https://mail.google.com/mail/u/0/#search/saleebey/151c09ec956fc9d2>
- Savukoski, Marjo & Kauramäki, Pirjo 2008. Osallisuus osana tasa-arvoa Nuoren sosiaalinen tukeminen omalle ammatilliselle uralle. Teoksessa Vappu Karjalainen ja Ilpo Vilkkumaa (toim.) Kuntoutus kanssamme – Ihmisen toimijuuden tukeminen. Stakes. Jyväskylä: Gummerus 123–135.
- Seikkula, Jaakko; Alakare, Birgitta 2004. Avoin dialogi: vaihtoehtoinen näkökulma psykiatrisessa hoitojärjestelmässä, Duodecim 3. <http://www.terveyskirjasto.fi/xmedia/duo/duo94071.pdf>
- Seurantareportti 2015. Kestävää kasvua ja työtä 2014-2020. Suomen rakennerahasto-ohjelma. Palvelu olen minä! -hanke. Seurantakausi 1-6.

- Hankekoodi S201382.
- Seurantaraportti 2016. Kestävää kasvua ja työtä 2014-2020. Suomen rakennerahasto-ohjelma. Palvelu olen minä! -hanke. Seurantakausi 7-12. Hankekoodi S201382.
- Siegel J.Daniel 2014. Brainstorm. Nuoruuden aivomyrskyn voima ja merkitys. Helsinki: Basam books.
- Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian hahmottelua. Väitöskirja. Oulu: Oulu University Library.
- Sosiaalihuoltolaki 2014: Viitattu 1.11.2015: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>
- Toikko, Timo & Rantanen, Teemu 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Tampere: Tampereen yliopistopaino oy.
- Tuomi, Jouni; Sarajärvi, Anneli 2011. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Vantaa: Tammi.
- Tuusa, Matti & Ala-Kauhaluoma, Mika 2014. Selvitys nuorten sosiaalisesta kuntoutuksesta. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2014:42. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 1.11.2015:http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125415/URN_ISBN_978-952-00-3545-7.pdf?sequence=1
- Vilka, Hanna 2015. Tutki ja kehitä. Juva: PS-kustannus, Bookwell.
- Vilkkumaa, Ilpo 2008. Kolme tapaa nähdä sosiaalinen kuntoutuksessa. Teoksessa Vappu Karjalainen ja Ilpo Vilkkumaa (toim.) Kuntoutus kanssamme - Ihmisen toimijuuden tukeminen. Stakes. Jyväskylä: Gummerus 27–38.
- Ylemmän AMK- tutkinnon metodifoorumi. Viitattu 9.3.2016: <http://www2.amk.fi/digma.fi/www.amk.fi/opintojaksot/0709019/1193463890749/1193464185783/1194413809750/1194415367669.html>

Liite 1: Tiedote opinnäytetyöstä

TIEDOTE OPINNÄYTETYÖSTÄ: MITEN SOSIAALINEN KUNTOUTUS TUKEE NUORTEN VOIMAANTUMISTA?

Pyydämme Teitä osallistumaan tähän opinnäytetyöhön, joka on osa laajempaa hanketta nimeltä Syrjäytymisvaarassa olevien terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen.

Diakonia-ammattikorkeakoulu ja Vantaan kaupungin sosiaali- ja terveydenhuollon toimiala ovat valmistelleet yhdessä tätä tutkimushankekokonaisuutta. Hanke tukee Vantaan kaupungin valtuustokauden strategiaa. Hankkeessa laaditaan vuonna 2015 käynnistyvään Syrjäytymisvaarassa olevien terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen ylempään koulutukseen liittyviä opinnäytetöitä ja oppimistehtäviä.

Hankkeen tarkoituksena on edistää erityisesti mielenterveyden edistämistä yhteiskunnan eri tasoilla sekä terveys- ja hyvinvointierojen kaventamista. Hanke tuottaa tietoa nykytilasta ja kehittämistarpeista sekä mahdollistaa uusien asiakaskeskeisten työmenetelmien käyttöönottamisen.

Hankkeen tutkimusluvan on myöntänyt Vs. Apulaiskaupunginjohtaja Maritta Pesonen 20.8.2015 (Viranhaltijapäätös §39/2015). Teillä on mahdollisuus halutessanne tutustua tutkimuslupapäätökseen ottamalla yhteyttä: Diakonia-ammattikorkeakoulu, Ikali Karvinen, Puh. 040 509 80 50.

Tämän opinnäytetyön tekijä ja tarkoitus

Tämän opinnäytetyön tekijä on: Anne Elojärvi

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tutkia miten Palvelu olen minä! -hankkeen sosiaalinen kuntoutus tukee nuorten voimaantumista. Tarkoituksena on myös kehittää Palvelu olen minä! -hankkeen sosiaalisen kuntoutuksen toimintamallia.

Tutkimuksen kulku

Tutkimuksessa edetään tutkimussuunnitelman pohjalta. Nuoria haastatellaan kevään -16 aikana. Haastattelut litteroidaan ja analysoidaan voimaantumisteoriaan peilaten. Tulokset esitellään Palvelu olen minä! -hankkeen tiimissä viimeistään syksyllä -16. Ko.tiimissä on tarkoitus kehittää sosiaalisen kuntoutuksen toimintamallia. Tämä kehitetty toimintamalli esitellään mm. etsivälle työlle ja Kipinä pajalle. Opinnäytetyö valmistuu vuoden -16 loppuun mennessä.

Tutkimukseen liittyvät hyödyt ja riskit

Tutkimukseen osallistumisesta ei ole teille välitöntä hyötyä, mutta tutkimus auttaa kehittämään erityisesti mielenterveyden edistämistä yhteiskunnan eri tasoilla sekä terveys- ja hyvinvointierojen kaventamista osana marginalisaation vastaista työtä Vantaan kaupungissa ja sen yhteistyöorganisaatioissa. Tutkimuksen avulla saamme arvokasta tietoa kehittämis- ja tutkimustyötä varten. Tutkimuksesta ei ole Teille mitään haittaa, mutta koska haastatteluissa käsitellään mielenterveyteen, marginalisaatioon ja syrjäytymiseen liittyviä asioita, saattaa osallistuminen aiheuttaa negatiivisia tunnereaktioita. Näistä Teillä on mahdollisuus keskustella opinnäytetyöntekijän kanssa. Teillä on mahdollisuus vetäytyä osallistumisesta missä tahansa tutkimuksen vaiheessa ja osallistuminen on Teille täysin vapaaehtoista.

Luottamuksellisuus, tietojen käsittely ja säilyttäminen

Teistä kerättyä tietoa ja tutkimustuloksia käsitellään luottamuksellisesti henkilötietolain edellyttämällä tavalla. Tutkimustiedostoa säilytetään siihen saakka, kun tutkimuksen tulokset on analysoitu ja julkaistu.

Vapaaehtoisuus

Voitte keskeyttää osallistumisenne missä tahansa opinnäytetyön vaiheessa ennen sen päättymistä ilman, että siitä koituu Teille mitään haittaa. Voitte myös peruuttaa suostumuksenne, jolloin teistä kerättyjä tietoja ei käytetä enää tutkimustarkoituksessa.

Vakuutukset ja korvaukset

Tätä opinnäytetyötä varten teitä ei ole erikseen vakuutettu. Osallistumisesta ei myöskään makseta korvausta.

Tutkimustuloksista tiedottaminen

Tämä opinnäytetyö julkaistaan joko raporttina tai artikkelina. Teillä on halutessanne mahdollisuus saada julkaisu sähköisenä sen julkaisemisen jälkeen ottamalla yhteyttä korkeakouluun: Diakonia-ammattikorkeakoulu / Ikali Karvinen, puhelin: 040 509 80 50.

Lisätiedot

Pyydämme teitä esittämään kysymyksiä opinnäytetyöstä sen tekijälle itselleen. Mikäli teillä on kysymyksiä laajemmasta kokonaishankkeesta, voitte olla yhteydessä Diakonia-ammattikorkeakouluun: Ikali Karvinen, puhelin: 040 509 80 50.

Opinnäytetyöntekijän yhteystiedot

Yhteystiedot: Anne Elojärvi

anne.elojarvi@vantaa.fi

p.0438259438

Liite 2: Suostumuslomake

Opinnäytetyö – MITEN SOSIAALINEN KUNTOUTUS TUKEE NUORTEN VOIMAANTUMISTA?

Minua on pyydetty osallistumaan yllämainittuun opinnäytetyöhön tiedonantajana ja olen saanut sekä kirjallista että suullista tietoa opinnäytetyöstä ja mahdollisuuden esittää siitä kysymyksiä joko suullisesti, puhelimitse tai sähköpostitse.

Ymmärrän, että opinnäytetyöhön osallistuminen on vapaaehtoista, ja että minulla on oikeus kieltäytyä siitä sekä perua suostumukseni milloin tahansa syytä ilmoittamatta. Ymmärrän myös, että tiedot käsitellään luottamuksellisesti eikä henkilöllisyyteni tule ilmi tutkimustuloksia raportoitaessa.

Ymmärrän, että voin keskeyttää opinnäytetyöhön osallistumiseni missä tahansa sen vaiheessa ennen sen päättymistä ilman, että siitä koituu minulle mitään haittaa. Voin myös peruuttaa tämän suostumuksen, jolloin minusta kerättyä tietoa ei enää käytetä. Ymmärrän kuitenkin, että jo tallennettuja tietoja ei voida poistaa tutkimuksesta vetäytymisen jälkeen, jos tiedot on jo ehditty analysoida.

_____ . _____.201__

_____ _____. _____.201__

Suostun osallistumaan opinnäytetyöhön: Suostumuksen vastaanottaja:

Osallistujan allekirjoitus

Opinnäytetyöntekijän allekirjoitus

Nimenselvennys

Anne Elojärvi

Osallistujan syntymäaika

Osoite

Tämä suostumuslomake tuhoetaan silloin, kun opinnäytetyön aineistot tuhoetaan ja kun opinnäytetyö on hyväksytty ja julkaistu

Liite 3: Nuoren suunnitelma

Nuoren suunnitelma - taustaa ja ohjeistus

Nuoren suunnitelma on kehitetty Palvelu olen minä! -hankkeessa 2015-2017. Suunnitelma pohjaa Palvelu olen minä! -hankkeelle tehtyyn opinnäytetyöhön (Yamk), jossa on tutkittu nuorten voimaantumisen kokemuksia.

Nuoren suunnitelman on tarkoitus tukea nuoren voimaantumisprosessia. Siinä tehdään nuorelle konkreettisesti näkyväksi hänen oma kuntoutusprosessinsa. Se on työväline paitsi yksilökäynneille, myös verkostotyöhön; nuoren on helppo sen avulla esitellä oma tilanteensa ja tavoitteensa.

Nuoren suunnitelma on tarkoituksella jätetty melko avoimeksi, jotta mahdollisimman yksilöllisille nuorten tavoitekeskusteluille on tilaa. Suunnitelmaan valmiiksi kirjattujen aiheiden on tarkoitus saada nuori pohtimaan yhdessä työntekijän kanssa omia tavoitteitaan kyseessä oleviin aihealueisiin (liikkuminen kodin ulkopuolella, hyvä päivärytmi, minä ryhmässä, minä verkostoissa, unelmointi ja tulevaisuuden miettiminen, itsetuntemus ja -arvostus, oman selviytymiskeinon löytäminen) liittyen. Yhdessä nuoren kanssa tulisi pohtia ja kirjata ylös, mitä konkreettista on tehtävä, jotta tavoitteisiin päästään. Nuorelle tärkeitä aihealueita voidaan suunnitelman pohjalta käydä läpi koko kuntoutusprosessin ajan. Tyhjät kohdat ovat jätetty nuoren omia aiheita varten.

Suunnitelman aihealueet pohjaavat Yamk-opinnäytetyöhön 2016: Nuorten kokemuksia voimaantumisesta Palvelu olen minä! -hankkeessa. Tekijä Anne Elojärvi. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Helsinki

AIHE	MITÄ TEEN PÄÄSTÄKSENI TAVOITTEESEENI?	OMA TAVOITTEENI
LIKKUMINEN KODIN ULKOPUOLELLE		
HYVÄ PÄIVÄRYTMİ		
MINÄ RYHMÄSSÄ		
MINÄ VERKOSTOISSA, HOIDAN ASIOITANI		
UNELMOINTI JA TULEVAISUUDEN MIETTİMİNEN		
ITSETUNTEMUS- JA ARVOSTUS		
SELVITYMİSKEINON LÖYTÄMİNEN (ESİM. JÄNNİTYS)		

Liite 4: Artikkelit

Palvelu olen minä! -hankkeen toimintamalli tukee nuorten voimaantumisen kokemuksia

KIRJOITTAJA ANNE ELOJÄRVI

1 JOHDANTO

Globalisoitu ja pirstaleinen nyky-yhteiskuntamme haastaa nuoret tasapainoilemaan oman yksilöllisyytensä sekä koulutus- ja työelämän vaatimusten kanssa. Nuorilta vaaditaan monenlaisia valmiuksia ja joustavuutta. Useimmat tähän sopeutuvat, mutta on myös niitä, jotka kokevat voimattomuutta yhä toistuvien valintojen edessä. Haasteena yhteiskunnallemme ovatkin ne nuoret, jotka psykososiaalisista syistä ovat jäämässä tai jääneet työ- ja opiskeluelämän ulkopuolelle kovien kilpailukynnysten vuoksi. (Karjalainen 2008, 12 - 13.) Tutkimukset osoittavat, että lisääntyvien mielenterveysongelmien taustalta löytyy usein yhdessäolon ongelmia. Vauraus ei tervehdytä, vaan merkityksellisyyden ja osallisuuden kokemukset sekä luottamus tulevaisuuteen ovat asioita, jotka voimaannuttavat ihmistä. (Maunu 2014, 6 - 7.)

Sosiaalisella kuntoutuksella pyritään tukemaan nuorten voimaantumista erilaisin työmenetelmin (Hinkka, Koivisto & Haverinen 2006, 24, 37). Palvelu olen minä! -hankkeessa Vantaan Nuorisopalveluissa on luotu uudenlaista sosiaalisen kuntoutuksen toimintamallia. Opinnäytetyössäni tutkin nuorten kokemuksia voimaantumisesta Palvelu olen minä! -hankkeessa. Heikossa psykososiaalisessa tilanteessa olevien nuorten äänet nostettiin kuuluviin haastatteluiden avulla. Tutkimustulosten pohjalta toimintamallia arvioitiin ja kehitettiin toimintatutkimuksellisin keinoin. Tässä artikkelissa esittelen opinnäytetyöni tulokset ja pohdin muun muassa sitä, miten Palvelu olen minä! -hanke vastaa Vantaalla siihen haasteeseen, että nuoret saisivat avun yhdestä paikasta luokuttamisen sijaan.

2 SOSIAALINEN KUNTOUTUS JA VOIMAANTUMINEN

Yhteiskunnallinen tilanteemme vaatii lääkinnällisen kuntoutuksen rinnalle ja sen täydennykseksi sosiaalisen kuntoutuksen lähestymistapaa. Kuntoutusprosessissa tarvitaan niin fyysisiä, psyykkisiä, sosiaalisia, psykososiaalisia kuin dialogisia menetelmiä. Yksilölliset sekä vuorovaikutteiset kuntoutusmenetelmät voivat mahdollistaa yhä monimutkaisemman asiakkaan elämäntilanteen jäsentämisen. (Karjalainen 2008, 21 - 23.) Sosiaalinen tieto saattaakin olla toisinaan ensisijaista ihmisen kuntoutumisen näkökulmasta (Savukoski & Kauramäki 2008, 125 - 126; Metteri & Haukka-Wacklin 2008, 59). Keväällä 2015 voimaan astuneen uuden sosiaalihuoltolain mukaan sosiaalisella kuntoutuksella tavoitellaan nuorten sosiaalisen toimintakyvyn ja elämänhallinnan vahvistamista, syrjäytymisen torjumista ja osallisuuden edistämistä. Sen avulla tuetaan nuorten

sijoittumista työ-, työkokeilu-, opiskelu-, työpaja- tai kuntoutuspaikkaan sekä ehkäistään näiden keskeyttämistä. (Ala-Kauhaluoma 2015, 8; Tuusa & Ala-Kauhaluoma 2014, 6.) Sosiaali- ja terveysministeriön teettämän raportin mukaan sosiaalisen kuntoutuksen kehittämistarpeet puhuvat luokuttamisen lopettamisen puolesta. Nuorten palvelutarpeiden tunnistaminen ja arviointi pitäisi saada luontevaksi osaksi kaikkien toimijoiden työtettä ja sen pitäisi tapahtua siellä missä nuori ensi kertaa kohdataan. Etsivän nuorisotyön avulla voidaan tavoittaa ne nuoret, jotka eivät kykene itsenäisesti ”hakeutumaan” erilaisiin palveluihin. (Tuusa & Ala-Kauhaluoma 2014, 7, 19, 23.)

Palvelu olen minä! -hanke vastaa Vantaalla yhtenä tahona nuorten sosiaalisen kuntoutuksen haasteisiin nuoria voimaannuttavalla työotteella. Palvelu olen minä! -hanke on Vantaan Nuorisopalveluiden hallinnoima kolmivuotinen (2015-2017) ESR-rahoitteinen hanke, jossa on moniammatillisesti luotu uudenlainen sosiaalisen kuntoutuksen toimintamalli heikossa psykososiaalisessa tilanteessa oleville 16-28-vuotiaille nuorille. Palvelu olen minä! -toimintamallissa yhdistyvät vahva yksilötyö yhdessä ryhmätoiminnan sekä verkostotyön kanssa. Nuoret ohjautuvat hankkeeseen pääosin etsivän nuorisotyön kautta, mutta myös esimerkiksi HUS:n mielialahäiriöpoliklinikan kanssa tehdään tiivistä yhteistyötä paitsi nuorten hankkeeseen ohjautumisen suhteen, myös sosiaalisen tiedon viemisessä lääkinnällisen tiedon rinnalle. Hankkeessa toteutetaan kokonaisvaltaista, intensiivistä ja suunnitelmallista työtettä sosiaaliohjaaja-sairaanhoitaja työparimallilla. Tavoitteena on juurruttaa Vantaalle ”palvelu olen minä” -periaatteeseen perustuvaa toimintamallia, jossa ”pois lähettämisen kulttuurista” päästäisiin irti ja jossa nuorelle räätälöitäisiin apu yhdestä paikasta. (Hankehakemus 2014; Seurantaraportti 1-6/2015; Seurantaraportti 7-12/2016.)

Kansainvälisen tutkimuksen mukaan empowermentista voidaan puhua sekä voimaantumisenä että valtaistumisena. Voimaantumisessa keskeistä on ihmisen subjektiivinen kokemus muutosta vaativasta olotilasta, kun taas valtaistumisessa yksilön elämään liittyvään eriarvoisuuteen ja osattomuuteen haetaan muutosta yhteiskunnallisesta näkökulmasta. (Hokkanen 2014, 124.) Voimaantumisen käsite voidaan ymmärtää eri tavoilla, mutta voimaantumisen prosessiluonteisuus nähdään yksimielisesti (Kuronen 2004, 279). Voimavaralähtöisen sosiaalityön kehittäjiin kuuluva Saleebey määrittelee voimaantumisen prosessiksi, jossa yksilöitä ja ryhmiä autetaan löytämään ja käyttämään resursseja ja välineitä, joita löytyy heistä itsestään ja heidän ympäristöstään (Kuronen 2004, 281 - 282). Voimaantumisen voidaankin katsoa lähestyvän elämänhallinnan käsitettä (Räsänen 2006, 79). Tulevaisuuteen orientoituminen ja toivottuihin tulevaisuuden tiloihin pyrkiminen, positiiviset tunnekokemukset ja toiveikkuus ovat voimaantumisessa merkityksellisiä; ne vaikuttavat positiivisesti ihmisen minäkäsityksen ja -arvostuksen rakentumiseen. Lisäksi turvallisella ja hyväksyvällä ilmapiirillä on keskeinen merkitys voimaantumisprosessissa. (Siitonen 1999, 74, 138, 164). Voimaantuminen voi tavoittaa jokaisen nuoren täysin uniikkina tapauksena, jolloin ketään ei jätetä voimaantumisprosessin ulkopuolelle sopivan vertaisryhmän puuttumisen vuoksi (Hokkanen 2014, 21).

3 TUTKIMUS- JA KEHITTÄMISKYSYMYKSET JA METODIT

Opinnäytetyöni tavoitteena oli arvioida ja kehittää Palvelu olen minä! -hankkeen sosiaalisen kuntoutuksen toimintamallia. Opinnäytetyössäni tutkin haastatteluiden avulla nuorten omakohtaisia voimaantumisen kokemuksia huomioiden voimaantumisen prosessiluonteisuuden. Nuorten kokemusten pohjalta moniammatillisessa hanketiimissä päädyttiin kehittämään uusi asiakassuunnitelma nuorelle. Tutkimus toteutettiin toimintatutkimukselliselle lähestymistavalle

ominaisella tavalla aidossa käytännön työympäristössä. Käytäntö itsessään antoi mahdollisuuden tuottaa uudenlaista tietoa. Tutkijan roolissa olin aktiivinen toimija sen sijaan, että olisin ollut ulkopuolinen osallistuja. (Kananen 2014, 11, 24; Toikko & Rantanen 2009, 42 - 42.) Toimintatutkimuksellinen lähestymistapa oli tässä opinnäytetyössä luonteva, koska olen yksi hankkeen työntekijöistä ja tutkimukseen osallistuneet nuoret ovat minulle tuttuja nuoria. Luottamusuhde nuorten ja minun välillä vaikutti todennäköisesti siihen, että nuoret suostuivat haastatteluihin ja kertoivat kokemuksistaan syvällisesti. Tätä ei välttämättä olisi tapahtunut vieraan ihmisen kanssa, mutta toisaalta nuoret olisivat ehkä kertoneet asioita, joita tutulle työntekijälle ei kerrottu. Tutkimuksen luotettavuutta pyrittiin parantamaan sillä, että haastattelut suoritettiin seurantakäynneillä 2-6 kuukauden kuluttua kuntoutusprosessin päättymisestä. Tällöin nuori ei enää ollut riippuvainen minusta työntekijänä, vaan hän oli jo kiinnittynyt muihin palveluihin, jolloin tietojen antamiseen ei liittynyt jänniteitä (Eskola & Suoranta 2008, 55).

Tutkimusmenetelminä käytin dialogia sekä teemahaastattelua. Dialogin avulla kävimme viiden hankenuoren kanssa heidän kuntoutusprosessinsa läpi etsien nuoren voimaantumiseen liittyviä kokemuksia. Tämän jälkeen teemahaastattelu toimi nuorten voimaantumisen kokemuksia jäsentävänä ja syventävänä menetelmänä. Tutkimusaineiston analyysissa käytettiin teoriaohjaavaa sisällönanalyysia, jossa voimaantumiseen liittyvät teoriat olivat keskiössä. Analyysissa on tunnistettavissa aikaisemman tiedon vaikutus, mutta aikaisemman tiedon merkitys ei ole vain teoriaa testaavaa, vaan tuloksena on syntynyt omanlaisensa jäsenitys nuorten voimaantumisen kokemuksista. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 96 - 98, 119.) Tulokset on opinnäytetyössäni tiivistetty viiden teeman alle: omien voimavarojen aktivoituminen, itsetuntemuksen ja -arvostuksen parantaminen, tulevaisuuteen orientoituminen, ilmapiirin merkitys ja toimintamallin kehittäminen. Toimintatutkimuksellisuuden kehittämisenäkökulma näkyi niin, että nuorten haastatteluista saamani kokemus ja tieto toimivat pohjana uuden kehittämistavoitteen asettamisessa, mikä hanketiimissä tiivistyi uuden asiakassuunnitelman laatimiseen (Toikko & Rantanen 2009, 115).

4 KESKEISET TULOKSET

Nuorten omat voimavarat aktivoituivat kuntoutusprosessin aikana ja heillä heräsi halu kehittyä ja mennä elämässä eteenpäin. Konkreettiset asiat, kuten kodin ulkopuolelle lähteminen ja säännöllinen päivärytmi veivät nuorten tilanteita eteenpäin. Nuorille oli merkityksellistä se, että he pääsivät liikkeelle kotoa, jossa oltiin saatettu viettää vuosiakin. Päivärytmistä kiinni saaminen kannusti tulevaisuuden suunnitteluun ja antoi nuorelle kokemuksen, että hän on kykenevä myöhemmin elämässään aloittamaan esimerkiksi opiskelut. Ryhmään tulo jännitti nuoria ja he kokivat tärkeäksi sen, että saivat tavata työntekijöitä tarvittavan aikaa ennen ryhmään osallistumista. Työntekijöiden jakama tieto ja keskustelu yksilökäynneillä ryhmään liittyvistä asioista tuki nuorten ryhmään osallistumista.

Tutkimustulosten mukaan nuorten itsetuntemus ja -arvostus paranivat. He rakensivat minäkuvaansa kuntoutusprosessin aikana ja oppivat hyväksymään itsensä paremmin, erityisesti introverttiuteen liittyviä piirteitään. Nuorten rohkeus sosiaalisissa tilanteissa kasvoi, jännitys väheni ja he kokivat introverttiuden suhteen ryhmässä sosiaalista hyväksyntää. Onnistuneet ryhmäkokemukset mahdollistivat sen, että tulevaisuudessa on helpompi lähteä muihinkin ryhmiin ja luoda ihmissuhteita. Nuorten kokemat onnistumiset kuntoutusprosessin aikana vaikuttivat heidän mielialaansa ja asenteeseensa itseä kohtaan. Pienet onnistumiset johtivat suurempien haasteiden pariin ja he halusivat kehittää itseään myös hankkeen ulkopuolisissa asioissa. Rohkaistu-

minen unelmien toteuttamiseen lisäsi heidän itsearvostustaan. Nuoret kiinnostuivat kuntoutusprosessin aikana myös terveydestään ja haastaviin tilanteisiin löytyi selviytymiskeino ryhmässä tehdyistä rentoutusharjoituksista.

Nuoret kokivat hankkeen ilmapiirin voimaannuttavaksi. He kokivat tullessaan hankkeessa kuululiksi ja nähdyiksi ja he saivat olla oma itsensä. Ryhmän rento ilmapiiri oli nuorille tärkeää. Se, ettei ryhmässä ollut aina pakko puhua, koettiin helpottavana asiana. Sosiaaliset kontaktit muiden ryhmänuorten kanssa olivat tärkeitä, joskin nuoret olivat hyvin tietoisia vaikeuksistaan sosiaalisissa tilanteissa. Nuoret kokivat, että osallisuuteen annettiin erinomaiset mahdollisuudet; he pääsivät vaikuttamaan sekä omiin että yhteisön asioihin niin paljon kuin halusivat. Lisäksi nuoret kokivat positiivisena sen, että heidän yksilölliset tavoitteensa huomioitiin ryhmätoiminnassa ja niiden eteen tehtiin järjestelyjä. Nuorten puhumaan rohkaiseminen ja heidän näkemisensä omana itsenään koettiin voimaannuttavaksi myös verkostokokouksissa.

Keskustelimme moniammatillisessa hanketiimissämme nuorten esiin nostamista teemoista ja pohdimme asiakassuunnitelman kehittämismahdollisuuksia niiden pohjalta. Päätimme työstää uuden asiakassuunnitelman nuorelle ja testata sitä nuorilla. Suunnitelman aihealueet nimettiin nuorten kielelle ”liikkuminen kodin ulkopuolella, hyvä päivärytmi, minä ryhmässä, minä verkostoissa, unelmointi ja tulevaisuuden miettiminen, itsetuntemus- ja arvostus sekä oman selviytymiskeinon löytäminen (esim. jännittäminen)”. Suunnitelman on tarkoitus tukea nuoren voimaantumisprosessia. Siinä tehdään nuorelle konkreettisesti näkyväksi hänen oma kuntoutusprosessinsa. Se on työväline paitsi yksilökäynneille, myös verkostotyöhön; nuoren on helppo sen avulla esitellä oma tilanteensa ja tavoitteensa. Nuoren suunnitelma voi toimia työvälineenä sosiaalisen kuntoutuksen ja voimaantumisen parissa työskenteleville ammattilaisille.

5 LOPUKSI

Tutkimukseen osallistuneita nuoria haastateltiin seurantakäynneillä keskimäärin kahden kuukauden kuluttua kuntoutusprosessin loppumisesta. Seurantakäynnit päätettiin ottaa käyttöön muidenkin hankkeen nuorten kanssa, koska kokemukset niistä olivat hyviä. Näillä käynneillä on tarkoitus tarkistaa nuoren kiinnittyminen jatkosijoituspaikkaan ja olla tarvittaessa apuna, jos sitoutumisessa palveluun ilmenee ongelmia. Näin seurantakäynnit toimivat syrjäytymistä ja luukuttamista ehkäisevänä toimenpiteenä. Jatkotutkimuksen kannalta olisi kiinnostavaa selvittää, ovatko hankkeen nuoret löytäneet paikkansa yhteiskunnassa, millaisia suunnitelmia heillä tulevaisuuden suhteen on ja miten he näkevät Palvelu olen minä! -hankkeen kuntoutusjakson voimaannuttavan merkityksen elämässään, kun pitempi aika kuntoutusprosessista on mennyt.

Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan politiikkasuosituksissa ”Parempia ratkaisuja koulutuksen ja työn ulkopuolella olevien nuorten tukemiseen” todetaan, että nuorella tulisi jatkossa olla yksi suunnitelma, johon kaikki toimijat sitoutuvat (Määttä & Määttä 2015, 9). Ehkä uusi opinnäytetyön tulosten pohjalta hankkeessa kehitetty asiakassuunnitelmamme voi olla yhtenä esimerkkinä tai pohjana tälle kehitystyölle. Suunnitelman avulla voidaan myös tuottaa ylös kirjattua sosiaalista tietoa lääkinnällisen tiedon rinnalle nuoren kuntoutusprosesseissa. Lisäksi sen avulla on helppo ottaa haltuun nuoren kokonaistilanne siellä missä nuori ensi kertaa kohdataan, jolloin nuoren luukuttamiselta voidaan välttyä.

Palvelu olen minä! -toimintamalli on tarkoitus juurruttaa yhdeksi etsivän nuorisotyön menetelmäksi Vantaalle. Tällöin etsivän nuorisotyön asiakkailta on mahdollisuus saada vahvaa yksilö- ja

ryhmätukea sosiaalisen kuntoutuksen keinoin. Mielestäni tämä on Vantaan nuorisopalveluissa hieno askel nuorten yksinäisyyteen, huono-osaisuuteen ja syrjäytymiseen puuttumiseksi. Tutkimusten mukaan yksinäiset nuoret hyötyvätkin eniten etsivästä nuorisotyöstä sekä mielenterveyspalveluista verrattuna muihin sosiaalisessa kuntoutuksessa käytettyihin palveluihin (Kivipelto 2013, 70 - 72).

Sosiaalinen syrjäytyminen on prosessi samaan tapaan kuin voimaantuminenkin (Järvikoski & Härkäpää 2004, 135). Koulupudokkuus on usein monivaiheinen syrjäytymisen prosessi ja syy sille, että hankkeen nuoret ovat jääneet kotiin – usein vuosiksi. Voisiko Palvelu olen minä! -hankkeen voimaannuttava toimintamalli tarjota syrjäytymistä ehkäisevän, luukuttamista välttävän sosiaalisen kuntoutuksen toimintamallin esimerkiksi toisen asteen kouluille Vantaalla? Kun nuoria saataisiin ”kiinni” ennen kuin he jäävät kotiin ja syrjäytymisprosessi näin katkaistua, olisi se paitsi nuorelle tulevaisuuden mahdollisuuksia lisäävä tekijä, myös suuri säästö kaupungille. Tässä saattaisi olla hankkeelle yksi jatkotutkimuksen ja -kehittämisen alue. Palvelu olen minä! -asennetta ja voimaannuttavaa toimintamallia voidaan tuki toteuttaa myös lähes missä tahansa, missä ollaan tekemisissä nuorten syrjäytymisuhan kanssa!

Artikkelin lähteet löytyvät opinnäytetyön lähteistä.