

Emilia Sosala-Kenton

PEREHDYTYSKANSIO TURUN PAAVINKADUN YKSIKKÖÖN

Sosiaalialan koulutusohjelma
2019



Satakunnan ammattikorkeakoulu
Satakunta University of Applied Sciences

OPINNÄYTETYÖ

Perehdytyskansion tekeminen Turun Paavinkadun päihdekuntoutusyksikköön

Sosala-Kenton, Emilia
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sosionomin koulutusohjelma
Helmikuu 2019
Sivumäärä: 29
Liitteitä: 2

Asiasanat: Työntekijän perehdytys, tukiasuminen, päihderiippuvuus, kuntoutus

Tämä opinnäytetyö toteutettiin projektimuotoisena. Opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa perehdytyskansio Turun kaupungin Paavinkadun tukiasuntoyksikköön työntekijöille ja opiskelijoille. Perehdytyskansio on suunniteltu uusille ja vanhoille työntekijöille. Projektimuotoisen opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää Paavinkadun toimintayksikön toimintaperiaatteita, perehdytystä, sekä työtehtäviä. Paavinkadun yksikkö on Turun Halisissa toimiva 23-paikkainen päihderiippuvaisten tukiasuntoyksikkö.

Kansiossa on tietoa tukiasuntoyksikön toimintaperiaatteista ja työtehtävistä. Kansion tarkoitus on perehdyttää uudet työntekijät, sekä toimia vanhojen työntekijöiden muistilistana. Perehdytyskansioista pyrittiin tekemään mahdollisimman selkeä ja tiivis, henkilökunnalle sopiva tietopaketti. Perehdytyskansioista on hyötyä sekä työnantajalle, että henkilökunnalle. Se helpottaa työnantajan sekä perehdyttäjän työtä, ja auttaa uutta työntekijää sopeutumaan uuteen työympäristöön ja työtehtäviin.

Perehdytyskansio sisältää tietoa muun muassa Paavinkadun tukiasuntoyksikön toimintaperiaatteista, työtehtävistä, asiakkaan kohtaamisesta sekä tärkeistä yhteistyökumppaneista. Kansio sisältää myös palo -ja pelastussuunnitelman. Toiveita kansion sisältöön saatiin henkilökunnalta sekä esimiehiltä.

Tutkimustulosten perusteella saatiin vastaus mitä perehdytyskansion tulisi pitää sisällään. Paavinkadun henkilökunta ja esimiehet olivat hyvin vastanneet kyselyihin ja suhtautuminen oli positiivista.

AN ORIENTATION FOLDER FOR TURKU PAAVINKATU INTOXICANT ADDICT REHABILITATION UNIT

Sosala-Kenton, Emilia
Satakunta University of Applied Sciences
Degree Programme in Social services
February 2019
Supervisor: Sukunimi, Etunimi
Number of pages: 29
Appendices: 2

Keywords: orientation of an employee, supportive housing, intoxicant addiction, rehabilitation

The purpose of this thesis was to plan and create an orientation folder for employees and students at Paavinkatu supportive housing unit in Turku. The orientation folder is meant for new workers as well as for those who have worked there for a longer time. This thesis was performed as a project. The aim of the project was to clarify the policies, orientation and work tasks of the Paavinkatu unit.

The Paavinkatu supportive housing unit for intoxicant addicts can accommodate 23 inhabitants. The unit is located in Halinen, Turku.

The orientation folder contains information on work policies and tasks in the unit. The purpose of the folder is to introduce those matters to new employees and to serve as a reminding check-list for older employees. The orientation folder was planned so that it is as clear and compact as possible thus serving well as an information package for the entire staff. Both employees as well as employers benefit from the orientation folder. It helps a new employee to adapt for one's new working environment and tasks and therefore also reduces the workload of the employer and mentor.

The orientation folder includes information on meeting the clients. It also introduces important cooperation partners. Fire and rescue plans are attached in the orientation folder as well. The employees and employers were asked for topics they considered important to be put in the folder.

The research findings pointed out what needed to be included in the folder. The employees and employers of Paavinkatu unit participated well in the research questionnaire and were positive about the project.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 PROJEKTILÄHTÖISEN OPINNÄYTETYÖN TAUSTA, TARKOTUS, TAVOITE	6
2.1 Opinnäytetyön tausta ja tarkoitus	6
2.2 Opinnäytetyön tavoite	8
3 PEREHDYTYS	9
3.1 Perehdytyksen tavoitteet ja hyödyt	9
3.2 Lainsäädäntö	10
4 PÄIHDERIIPPUUUS	11
4.1 Alkoholiriippuvuus	11
4.2 Huumausaineriippuvuus	11
5 PÄIHDEKUNTOUTUS JA TUETTU ASUMINEN	13
5. 1 Päihdekuntoutus	13
6 PROJEKTIN TOTEUTUS	20
7 PROJEKTIN ARVIOINTI JA JOHTOPÄÄTÖKSET	21
LÄHTEET	25
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Projektiluontoisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa Turun kaupungin Paavinkadun tukiasuntoihin toimiva ja käytännöllinen perehdytyskansio. Toimeksiantajalla oli tarve perehdytyskansiolle, koska sellaista ei vielä kuulunut heidän perehdytysmateriaaliinsa. Perehdytyskansion suunnittelu alkoi jo keväällä 2018, kun opinnäytetyöntekijä työskenteli kyseisessä yksikössä. Perehdytyskansio palvelee uusien työntekijöiden ja opiskelijoiden perehdyttämistä sekä työpaikan käytäntöjen yhtenäistämistä. Tavoitteena oli laatia selkeä ja tiivistetty apuväline perehdytykseen. Perehdyttäminen lisää työntekijöiden työhyvinvointia, ja lisää osaamista työyhteisössä. Perehdytyskansion avulla uusi työntekijä tai opiskelija voi tutustua työhönsä jo ennen työn aloittamista.

Perehdytyskansion kokoaminen aloitettiin tutustumalla muiden organisaatioiden perehdytyskansioihin ja kysely toteutettiin Paavinkadun tukiasuntojen työntekijöille ja esimiehelle siitä, mitä he toivoivat perehdytyskansion sisältävän. Opinnäytetyö on kaksiosainen toiminnallinen opinnäytetyö. Projektiluontoisen toiminnallisen opinnäytetyöni prosessin raportoin keväällä 2019. Tämän työprosessin raportin liitteenä on itse tuotos eli perehdytyskansio.

Opinnäytetyössäni avaan projektia eri vaiheisiin, perehdyttämiseen ja päihderiippuvuuteen. Teoriaosuuden sisältämän materiaali on kerätty tutkimalla kirjallisuutta ja erilaisia internet-lähteitä. Työssä kerrotaan projektin eri vaiheista, ja lopussa arvioidaan projektin eettisyyttä ja projektin tuotosta perehdytyskansiota. Perehdytyskansio sisältää tietoa organisaatiosta, sekä työntekijöitä koskevista perusasioista, kuten työtehtävistä. Halusin nostaa kansiossa esille esim. Asiakkaan kohtaamisen, koska se on erityisen tärkeää tässä työssä. Kansiossa kerrotaan myös työn eri vaiheista, ja mitä ne pitävät sisällään.

Tämä opinnäytetyön projektin aineistonkeruu sisältää laadullisia tutkimuselementtejä. Projektityö on työtä, jota nimetyt projektityöntekijät tekevät organisaatiossa, joka on

asettanut projektin määräajan sekä sen tavoitteet, projektiresurssin ja aikataulun. (Suhonen & Virtanen, 2011.) Kyselylomakkeella sain vastauksen siihen, mitä perehdytyskansion olisi hyvä sisältää.

Perehdytyskansion on onnistunut siten, että se sisältää pääosin niitä asioita, jotka kyselylomakkeissa tuli esille. Tuotosta on helppo päivittää, ja sitä voidaan soveltaa myös muissa Turun kaupungin tuetun asumisen yksiköissä. Tähän opinnäytetyöhön ei voitu liittää varsinaista tuotosta, koska se sisältää organisaation käyttöön tarkoitettua materiaalia.

2 PROJEKTILÄHTÖISEN OPINNÄYTETYÖN TAUSTA, TARKOTUS, TAVOITE

2.1 Opinnäytetyön tausta ja tarkoitus

Opinnäytetyö on kaksiosainen toiminnallinen kehittämistyön projekti, jonka tavoitteena on tuottaa perehdytyskansion Turun kaupungin päihdehuollon yksikköön. Opinnäytetyön aihe löytyi, kun sain tiedon, ettei Turun kaupungin päihdehuollon yksikössä ole ollenkaan perehdytyskansiota. Paavinkadun tukiasuntojen esimiehenkin mielestä tälle olisi tarvetta. Turun kaupungilta löytyy itseopiskelupaketti Turun kaupungin organisaatiosta ja yleisistä asioista, mutta tarvetta oli yksityiskohtaisemmalle perehdytyskansiolle ja erityisesti koskien päihdehuollon tukiasuntojen toimintaympäristöjä. Aihe oli muutenkin kiinnostava, koska tämä yksikkö oli opinnäytetyöntekijän työpaikka.

Yksikössä on aiemmin havaittu tarve perehdytyskansiolle, jotta uusi työntekijä sekä jo työssä pitempään olleet voisivat tarvittaessa palata perehdytyskansioissa olleihin työpaikan yhteisiin arvoihin, toimintaperiaatteiden kuvauksiin ja sääntöihin. Kaikilla uusilla ja vanhoilla työntekijöillä tulisi olla perehdytyskansion myötä yhtenäiset toimintatavat työyhteisössä. Jokainen tietäisi myös kuka vastaa mistäkin, ja miten uhkaavissa

tilanteissa tulee toimia. Hyvä perehdytyskansio on myös tärkeä asia työturvallisuutta ajatellen.

Lähdin luomaan perehdytyskansiota niistä tarpeista, joista esimies ja työntekijät kokevat sen tarpeelliseksi. Tärkein aineistonkeruumenetelmä on lomakekysely yksikön työntekijöille sekä lähiesimiehelle. Lomakkeen avulla selvisi perehdytyskansion sisällöllisiä tarpeita ja pyrin tekemään kansiota käytännöllisen, selkeän ja helppotajuisen. Analysoin kyselyn vastauksia sisällönanalyysimenetelmällä, jolloin sain perehdytyskansion sisällön vastaamaan käytännön tarpeita ja toiminnan kannalta vaadittua informaatiota uusille työntekijöille.

Opinnäytetyön tutkimustehtävänä on ottaa selvää, mitä hyvä perehdytyskansio pitää sisällään. Perehdytyskansion tarkoituksena on auttaa uusia työntekijöitä ja opiskelijoita sopeutumaan työyhteisöön ja auttaa ihmisiä perehtymään omiin työtehtäviinsä. Perehdytyskansion tekemisen tavoitteena on kehittää tekijöiden yksilöllisiä johtamis- ja esimiestaitoja, ja antaa hyvät valmiudet jatkossakin suunnitella laadukas perehdytys. Opiskelijat kehittävät omia taitoja, joita tarvitaan työelämässä, kuten isojen kokonaisuuksien hallitsemista, organisointitaitoja, vuorovaikutustaitoja sekä aikataulutusta. Lisäksi pääsemme soveltamaan oppimaamme teoriaa käytäntöön. Tavoitteena on, että työn aloittaminen ja sen tekeminen olisi sujuvaa. Perehdytysopas tulee sisältämään yleiset toimintamallit, yksikön säännöt, ohjaajien tehtävät sekä ohjeita ongelmatilanteisiin. Hyvä perehdytys auttaa työntekijöitä sopeutumaan nopeammin yksikön toimintaan. Kansion tulee olla selkeä, ja sisältää kaikki tarvittava hyödyllinen tieto. Kehittämistehtävä voidaan nähdä toiminnallisena kehittämishankkeena (tässä opinnäytetyössä projektina), joka näyttäytyy opastamisena, käytännön toiminnan ohjeistamisena, toiminnan järjestämisenä tai järjeistämisenä. Alasta riippuen se voi olla esimerkiksi ammatilliseen käyttöön suunnattu ohjeistus, ohje tai opastus, kuten perehdyttämiskansio. (Vilkka & Airaksinen 2004, 9.)

Opinnäytetyön teoriaosuudessa tuon esille tietoa päihderiippuvuudesta ja sen kuntoutuksesta, tuetusta asumisesta sekä perehdytyksestä. Opinnäytetyön tarkoituksena on siis selvittää perehdytyskansion lisäksi perehdyttämisprosessia eli perehdyttämisen tavoitteita, suunnittelua, toteutusta ja seurantaa, sekä siihen liittyvää lainsäädäntöä.

Työssä kerron projektin eri vaiheista ja lopussa pohdin projektin merkitystä työyhteisölle ja itselleni, opinnäytetyöntekijän näkökulmasta.

2.2 Opinnäytetyön tavoite

Turun asumis- ja päihdepalveluiden henkilökunnan toiveena Paavinkadulle perehdytyskansion sisällölle oli saada heidän oman itseopiskelupaketinsa rinnalle tarkempi perehdytyskansio laajempine ohjeistuksineen. Aikaisemmin perehdyttäminen on ollut suppeaa, koska materiaalia ei ole ollut ja henkilökunta on vaihtunut vähäisesti. Perehdyttämiskansiosta tulee osa perehdytysuunnitelmaa. Uuden työntekijän apuna olleen aikaisemman Turun kaupungin itseopiskelupaketin lisäksi kaivattiin tarkennusta ja yksityiskohtaisempaa tietoa Paavinkadun yksikön työn ja toiminnan erityispiirteistä. Itseopiskelupaketissa on enemmän tietoa organisaatiosta ja henkilöstöhallinnon asioista. Johtajien vastuulla on ollut henkilöstöhallinnon, lainsäädännön ja perustehtävään liittyvien asioiden perehdytys. Perehdyttäminen on ollut aikaisemmin esimiehen vastuulla, ja käytännön konkreettiset asiat ovat olleet työntekijöiden vastuulla. Opinnäytetyön tekeminen edellytti tutustumista Turun kaupungin omiin työohjeisiin ja oppaisiin sekä muihin perehdyttämistä tukeviin materiaaleihin.

Turun kaupunki edistää strategiansa mukaisesti kaikessa toiminnassaan sosiaalisesti, taloudellisesti sekä ekologisesti kestävästä kehityksestä ja sitoutuu periaatteisiin, jotka on kuvattu Turun kaupungin toimintalupauksissa. Turku painottaa toiminnassaan rehellisyyttä, oikeudenmukaisuutta, yhdenvertaista kohtelua ja avoimuutta. Kaupunki, yhdessä kuntalaisten kanssa, pyrkii rakentamaan vakaan sekä turvallisen ympäristön, kunnioittamaan kuntalaistensa sekä henkilöstönsä laillisia oikeuksia sekä tukemaan heidän hyvinvointiaan ja viihtyvyyttä. Työntekijöiden osaaminen sekä asiantuntemus katsotaan olevan kaupungin voimavara. Jokainen Turun kaupungin henkilökuntaan kuuluva toimii sekä ammattitaitoisesti, että huolellisesti. Sidosryhmiään kaupunki kohtelee yhdenmukaisten periaatteiden mukaan sekä pitää lähtökohtana, että myös ne kunnioittavat kaupungin hyväksymiä eettisiä periaatteita. Turku on kaikessa toimin-

nassaan sekä yhdenvertaisuutta, että tasa-arvoa korostava työnantaja. Kaupunki kunnioittaa henkilöstönsä oikeutta mielipiteisiin, vakaumuksiin sekä yhdistystoimintaan osallistumiseen. Henkilöstöön kuuluvia kohdellaan yksilöinä, jotta he voivat työskennellä parhaalla mahdollisella tavalla toteuttaen heidän oikeuksiaan ja velvollisuuksiaan. Jokainen esimies huolehtii siitä, että eettiset periaatteet saatetaan henkilöstön tietoon ja myös noudattavat niitä. (Turun kaupungin www-sivut 2019.)

3 PEREHDYTYS

Perehdyttämistä ja työhön opastusta tarvitaan työyhteisössä jatkuvasti. Työsuhteet ovat usein lyhyitä, jolloin työpaikkaa vaihdetaan joko yrityksen sisällä tai yrityksestä toiseen. Uusien työntekijöiden lisäksi työpaikoilla tapahtuu yhä enemmän työssäoppimistä, eli ohjattua ja arvioitua opiskelua työpaikalla. Opiskelijat ovat tällöin oppimassa työpaikalla 6 - 8 viikon periodissa, joten perehdytys työhön tulisi olla nopeaa. Uuden työntekijän perehdytys usein taas kestää useamman kuukauden, vaikkakin painottuu tietysti enemmän heti työsuhteen alkuun. Suunniteltu, yksilöllinen ja laadukas perehdytys on tärkeässä roolissa yrityksestä riippumatta.

3.1 Perehdytyksen tavoitteet ja hyödyt

Perehdytyksellä tarkoitetaan niitä kaikkia tehtäviä toimenpiteitä, joilla

- perehdytettävä oppii tuntemaan työpaikkansa, sen toiminta-ajatuksen, liikeidean, työpaikan toimintaperiaatteet ja toimintatavat.
- perehdytettävä oppii tuntemaan työpaikkansa ihmiset, asiakkaat, työtoverit ja esimiehet.
- perehdytettävä oppii tuntemaan työhönsä kohdistuvat odotukset, oman vastuunsa, oppii työtehtävänsä ja niihin liittyvät turvallisuusasiat.

(Kangas & Hämäläinen 2007, 2.)

Perehdyttämisellä autetaan uusia työntekijöitä oppimaan ja sopeutumaan työyhteisöön. Hyvällä perehdytyksellä lisätään työn sujuvuutta ja laatua. Silloin kun työntekijä kokee hallitsevansa oman työnsä ja päässyt työtehtäviin kunnolla sisälle, riskit kuormittumisellekin vähenevät.

Onnistunut perehdytys ja työnopastus luovat alustan työnteolle sekä yhteistyölle. Sen ansiosta uusi työntekijä pystyy saamaan ja omaksumaan nopeasti uutta tietoa ja taitoja, joita tarvitaan itse työn tekemisessä. Hyvä perehdytysuunnitelma ja perehdytys nopeuttavat myös työntekijää oppimaan työskentelemään mahdollisimman nopeasti itsenäisesti. (Kangas & Hämäläinen, 2007, 4.) Kun työntekijä oppii työskentelemään oma-toimisesti, työnantaja hyötyy siitä myös. Hyvin hoidettu perehdyttäminen lisää työturvallisuutta ja toimintaa, eettisyyttä, myös työntekijän mielekkyyttä ja motivoi kehittämään myös itseään ja omaa työyhteisöä.

3.2 Lainsäädäntö

Perehdyttäminen on työnantajan lakisääteinen tehtävä. Perehdyttämistä ohjaavat erityisesti työsopimuslaki, työturvallisuuslaki ja laki yhteistoiminnasta yrityksissä. Lainsäädännössä tulee vahvasti esille työnantajan vastuu opastaa uutta työntekijää työhönsä. Työnantaja on tarpeellisilla toimenpiteillä velvollinen huolehtimaan työntekijöiden turvallisuudesta ja terveydestä työssä. Tässä tarkoituksessa työnantajan on otettava huomioon työhön, työolosuhteisiin ja muuhun työympäristöön samoin kuin työntekijän henkilökohtaisiin edellytyksiin liittyvät seikat. (Kupias & Peltola 2009, 20; Työturvallisuuslaki 23.8.2002/738.)

Työturvallisuus on yksi tärkeä osa perehdyttämistä. Turvallisuus on muutakin kuin pelkän fyysisen turvallisuuden huomioimista. Henkisen turvallisuuden varmistaminen on yhtä tärkeää. Mm. Työpaikkahäirintä tai epäasiallinen kohtelu työpaikalla. Riskitehtävät työpaikalla on tarpeen kartoittaa vuosittain, sekä varmistaa niiden ottaminen huomioon perehdyttämissuunnitelmassa. Tasa-arvolaki ja yhdenvertaisuuslaki täydentävät työturvallisuuslakia. Työnantajan on velvoitettu tasa-arvolain mukaan edistämään naisten ja miesten välistä tasa-arvoa. (Kupias & Peltola 2009, 23-25.)

Yhdenvertaisuuslaki ei salli syrjintää työelämässä iän, etnisen tai kansallisen alkuperän, kansalaisuuden, kielen, uskonnon, vakaumuksen, mielipiteen, terveydentilan, vammaisuuden, sukupuolisen suuntautumisen ja muun henkilöön liittyvän syyn perusteella. (Yhdenvertaisuuslaki 20.12.2014/1325).

Työsopimuslain mukaan työnantajan on kaikin puolin edistettävä suhteitaan työntekijöihin samoin kuin työntekijöiden keskinäisiä suhteita. Työnantajan on huolehdittava siitä, että työntekijä voi suoriutua työstään myös yrityksen toimintaa, tehtävää työtä tai työmenetelmiä muutettaessa tai kehitettäessä. Työnantajan on pyrittävä edistämään työntekijän mahdollisuuksia kehittyä kykyjensä mukaan työurallaan etenemiseksi. (Työsopimuslaki 26.1.2001/55).

4 PÄIHDERIIPPUUUS

4.1 Alkoholiriippuvuus

Suomessa arvioidaan olevan noin 300000-600000 alkoholin suurkuluttajaa (Päihdetilastollinen vuosikirja 2009). Riippuvuus eli addiktiota käytetään usein synonyymeina. Se tarkoittaa pakonomaista tarvetta kokea tietynlainen tunnetila tai toimia tietyllä käyttäytymismallilla. Riippuvuudelle ominaisia asioita ovat sietokyvyn kasvu, lisääntynyt tarve käyttää, sekä vieroitusoireet. Päihderiippuvuuden luonnetta on selitetty vuosien saatossa monin eri tavoin. Riippuvuutta on selitetty fysiologisista, psyykkisistä, ja geneettisistä lähtökohdista käsin. Ihmiset ovat yksilöllisiä, joten alttius kehittyä riippuvaiseksi vaihtelee. (Holmberg, Inkinen, Kurki, Partanen, Salo-Chydenius 2015, 106; Päihdetilastollinen vuosikirja 2009.)

4.2 Huumausaineriippuvuus

Huumeriippuvuus on krooninen sairaus, joka aiheuttaa niin fyysistä kuin psyykkistäkin riippuvuutta. Oleellista riippuvuuden kehittymisessä on huumeiden toivottuja

vaikutuksia vahvistavat, mielihyvää tuottavat ja tunnetiloja muovaavat vaikutukset keskushermostossa. Riippuvuus syntyy kaikille keskushermostoon vaikuttaville aineille. (Aalto, Alho, Kianmaa & Seppä 2012, 25 - 30.)

Huumausaine tarkoittaa laitonta, huumaavassa tarkoituksessa käytettyä ainetta. Suomessa käytettyjen huumausaineiden pääryhmät ovat kannabis, amfetamiini, muut stimulantit, opioidit sekä hallusinogeenit. Uusia huumeita tulee jatkuvasti markkinoille, joita kutsutaan muuntohuumeiksi. Huumausaineiden käyttöä voidaan tarkastella käytövaiheen, sen tiheyden, käytettyjen aineiden ja niiden aiheuttamien riskien käyttöä. Käyttö voi siis olla jatkuvaa, tai ajoittaista. Joskus se jää kokeiluihin. Ero voidaan tehdä myös kovien ja mietojen huumeiden välille, sekä hallitun ja pakonomaisen käytämisen välillä. Jos suurin osa ajasta kuluu huumausaineiden hankkimiseen, sen käyttämiseen, sekä vieroitusoireisiin, niin on päihderiippuvainen. (Holmberg, Inkinen, Kurki, Partanen & Salo-Chydenius 2015, 60.)

Monet tekijät vaikuttavat riippuvuuden syntymiseen. Riippuvuuden syntyä voidaan huomata, jos esiintyy pakonomaista tarvetta käyttää päihdettä, ajatukset alkavat ohjata omia käsityksiä arvoista sekä valintoja, kykenemättömyys hallita käyttäytymistä ja toiminta heikkenee, arvostelukyky pettää, ja alkaa tulla vieroitusoireita. Tärkeänä asiana on huomioida, miten paljon päihde täyttää elämää. (Holmberg ym. 2015, 115.)

Päihderiippuvaisella on aineeseen tai toimintaan liittyviä tietoisia tai tiedostamattomia ajatuksia, uskomuksia, odotuksia tai tunteita. Päihdyttävästä aineesta tai mielihyvää tuottavasta toiminnasta alkaa kehittyä vähitellen myönteisen vahvistamisen myötä riippuvuus. Addiktio taas liittyy enemmän kielteiseen vahvistamiseen, jossa ihminen huomaa voivansa välttää epämiellyttäviä ajatuksia ja tunteita päihdyttävän aineen tai jonkin toiminnan avulla. (Holmberg ym. 2015, 110.) Esimerkiksi nuoruudessa alkanut päihteidenkäyttö voi aluksi tuntua siltä, että päihteet kohentavat mielialaa hetkellisesti, mutta samalla se lisää negatiivisia tunteita ja vahvistaa ihmisen kykenemättömyyttä elää elämää ilman päihteitä.

Riippuvuus voidaan jakaa neljään päällekkäiseen ulottuvuuteen: Psykkiseen, fyysiseen, sosiaaliseen ja henkiseen ulottuvuuteen. Fyysisessä ulottuvuudessa elimistö on

fysiologisesti mukautunut uudelleenlaiseen tapaan toimia, mikä näkyy esimerkiksi välittäjäaineiden toiminnan muutoksina. Riippuvuuden vähetessä tai loppuessa kehossa voi ilmetä vieroitusoireita. Käyttäjän hermosto on jo sopeutunut päihteeseen, ja elimistö voi reagoida voimakkaasti, kun päihteen vaikutus lakkaa. Vieroitusoireet ilmenevät usein tärinänä, hikoiluna, sydämen tykytyksenä, pahoinvointina, kylmä - kuumaoireina ja harhaisuutena. (Holmberg ym. 2015, 115.)

Psyykinen ulottuvuus ilmenee voimakkaana tahtotilana, pakonomaisena himona tai tottumuksena (Holmberg ym. 2015, 115). Päihderiippuvainen ei välttämättä pidä päihdekäyttötavasta, vaan siitä psyykkisestä helpotuksen tunteesta. Sosiaalinen ulottuvuus muodostuu ryhmässä, jonka jäseniä yhdistää riippuvuuteen liittyvien ajatusten, tunteiden ja kokemusten jakaminen. Näissä sosiaalisissa ryhmissä riippuvuuden merkitys syvenee. Ryhmä vastaa päihderiippuvaisen arvostuksen ja yhteenkuulumisen tarpeita. Usein vanhat ystävät jäävät pois, ja tilalle tulee uusia ystäviä, jotka vahvistavat päihdekäyttöä. (Holmberg ym. 2015, 116.)

Henkinen ulottuvuus koskee elämäkatsomusta, ajatusmaailmaa tai ilmapiiriä, joka oikeuttaa yksilön mielessä riippuvuuden olemassaolon. Tällöin riippuvuus vastaa yksilön arvoja, uskomuksia, tai henkisyyttä. Riippuvuudella saavutetaan tietynlainen henkinen tila. (Holmberg ym. 2015, 116.)

5 PÄIHDEKUNTOUTUS JA TUETTU ASUMINEN

5. 1 Päihdekuntoutus

Päihderiippuvuudesta voi toipua, ja sitä voi hoitaa. Päihderiippuvainen tarvitsee kuitenkin apua ja tukea toipumiseen. Riippuvuuden kanssa kamppailevilla on paljon riskitaitaisia tuntemuksia ja ajatuksia. Näiden työstäminen on välttämätöntä, jotta toipuminen on mahdollista.

Päihteisiin turvautuvat tuntevat usein voimakkaita toiseuden tai arvottomuuden tunteita, ja vastuunottaminen ja itsen kohtaaminen saattavat olla heille vaikeaa. Päihdekäyttäjien

avulla hätäviestit on helppo vaientaa ja luottaa harhaan paremmasta elämästä kemiallisen turvamuurin takana. Päihdeongelmasta toipumisen erojen taustalla on useita tekijöitä. Selityksenä ovat erot päihteiden käyttöhistoriassa ja päihdeongelmien vaikeusasteessa sekä saatavilla olevassa tuessa. Kaikki eivät tarvitse hoitoa avukseen, vaan toipuvat vertaistuen avulla tai spontaanisti. (Holmberg 2010, 44.)

Usein kysytään, miksi päihderiippuvainen ei lopeta päihteidenkäyttöä, vaikka se on vallannut jo koko elämän. Päihteidenkäyttö ei ole enää hallinnassa, ja se aiheuttaa terveysvaaroja. Vaikka päihteet ovat tehneet elämästä hallitsematonta, ne tarjoavat myös pakopaikan tunteiden turruttamiseen. Päihde on väline, jolla pääsee omaan turvalliseen paikkaan. Toisaalta joskus voidaan paeta myös psyykkisiä sairauksia tai identiteettikriisejä. Päihderiippuvainen joutuu kohtaamaan asioita, ilman vaihtoehtoja. Tässä kohtaa tarvitaan ammattilaisia, jotka auttavat ja tukevat päihderiippuvaista selviämään ulos loukusta. Päihderiippuvainen kokee usein pelkoa ja häpeää tilanteestaan. Päihderiippuvainen tietää, ettei käyttö ole hallinnassa mutta uskottelee itselleen toisin. Ihmiselle voidaan tarjota vaihtoehtoisia tapoja korvata aikaisempaa käyttäytymismallia.

Päihderiippuvainen hakeutuu yleensä hoitoon silloin, kun päihteillä ei enää tavoiteta sitä mitä on aluksi tavoittanut. Tässä kohtaa ihminen ei yleensä ole vielä motivoitunut hoitoon, vaan on tullut pakkotilanteen vuoksi. Lopettaminen vaatii tunneristiriitaa. Ajatuksia käytön hyödyllisyydestä, kokemusta ettei pysty enää hallitsemaan käyttöä, sekä väsymystä valittuun elämäntapaan. Käyttö on ollut jo pidemmän aikaa raittiuden välttelyä sekä vieroitusoireiden välttelyä. Toipuminen vaatii yksilön nöyrytyksen omaan tilanteeseensa. Käyttäjän pitää lopettaa valehtelu ja rohkaistua kohtaamaan käyttäytymisensä seuraukset.

Ammattilaisten työn tehtävänä on auttaa ihmisen elämänhallinnan palautumisessa. Lisäksi tärkeää on kertoa erilaisista hoitovaihtoehdoista. Työntekijän puuttumisten ja vaihtoehtojen tarjoamisen jälkeen vastuu on käyttäjällä itsellään. Ihmisen tulee itse saada osallistua hoitosuunnitelman tekemiseen, koska sitä paremmin hän pystyy siihen sitoutumaan.

Itsetuntoa tukevien onnistumisen kokemusten avulla potilasta voidaan opettaa motivoitumaan saamaansa hoitoon ja luottamaan yhdessä laadittuun hoitosuunnitelmaan (Holmberg 2010, 113). Riippuvuudesta irtautuminen ja uuden elämän omaksuminen ovat pitkä prosessi, ja vaatii paljon tukea ja apua muilta. Muutos voidaan jakaa erilaisiin vaiheisiin ja prosesseihin. Vaiheet ovat esiharkintavaihe, harkintavaihe, päätös, toiminta, vakiinnuttaminen, retkahdus. (Holmberg ym. 2015, 136.)

Esiharkintavaiheessa ihminen ei tunnista omaa ongelmaansa, eikä ole valmis muuttamaan omaa käyttäytymistään. Päihderiippuvaisella ei ole tässä kohtaa vielä tietoista kokemusta negatiivisista vaikutuksista. Esiharkintavaiheessa käyttäjän läheiset ovat jo tietoisia käyttäjän avuntarpeesta ja käyttäminen vaikuttaa jo lähisuhteisiin. Ympäristön painostuksesta käyttäjä voi hakeutua tässä kohtaa hoitoon. Tämä esiharkintavaihe voi kestää vuosia.

Harkintavaihe alkaa, kun ihminen alkaa tiedostaa ongelmaansa. Tässä kohtaa käyttäjä alkaa olla huolissaan jo omasta terveydestään. Lähisuhteistaan ja jopa työstään. Tässä vaiheessa käyttäjä pohtii paljon haittoja ja hyötyjä. Muutoshalukkuutta voi olla, mutta myös vastustusta muutokseen. Tärkeää on tässä kohtaa vahvistaa käyttäjän muutoshalukkuutta, ja hyväksyä ristiriitaiset tunteet. Kun käyttäjä havaitsee muutoksen edut hyödyllisiksi ja päihteidenkäytön haitat suuriksi, hän voi tehdä päätöksen muutokseen. Päätösvaiheessa tehdään konkreettinen suunnitelma, jossa tulee esille tavoitteet, muutoksen toteuttamistapa, esteet sekä riskit ja muutosta tukevat ja auttavat asiat. (Holmberg ym. 2015,13.)

Toimintavaiheessa käyttäjä alkaa toteuttaa suunnitelmaansa kohti muutosta. Alkuvaiheessa on hyvä selvittää ongelmat ja riskit ja tukea selviytymismenetelmiä. Saattaa olla, että toimintavaiheessa tarvitaan myös kontrollia, rajoituksia tai laitoshoidoa, koska potilas voi kärsiä pahoistakin vieroitusoireista. (Holmberg 2010, 139.) Samalla käyttäjä joutuu arvioimaan minäkuvaansa, sekä omaa selviytymistä ilman päihteitä. Tässä vaiheessa käyttäjä tarvitsee todella paljon rohkaisua ja motivoivaa kannustamista. Muutoksen tekemisessä käyttäjä kokee usein erittäin ristiriitaisia ja voimakkaita tunteita. Käyttäjän ei ole aikaisemmin tarvinnut kohdata oikeita tunteita, jonka vuoksi tässä kohtaa terapeutin tuki on yleensä tarpeen. Kokemusasiantuntijoiden ja vertaisten tuki on tehokasta ja vahvistaa muutosta. (Holmberg ym. 2015, 139.)

Vakiinnuttaminen tarkoittaa, että uudet toimintatavat ovat käytössä ja ihminen on löytänyt uusia selviämistapoja. Riski palata entiseen on suuri, kun myönteinen palaute ja ympäristön tuki arkipäiväistyvät (Holmberg ym. 2015, 139).

Päihteistä irti päästäneet ihmiset kuvaavat usein tunnetta sisäisestä eheytymisestä, kun heiltä kysytään, millaisia kokemuksia heillä on päihteiden käytön lopettamisesta tai vähentämisestä (Holmberg 2010, 52). Fyysisen ja sosiaalisen riippuvuuden irti päättäminen on yleensä helpointa, mutta psyykkisen ja henkisen riippuvuuden selättäminen on vaikeampaa. Kuntoutumisen aikana korostuvat usein omanarvontunne, sekä itsetunto. Käyttäjä voi ottaa itse vastuuta omista valinnoista ja päätöksistään, ja luottaa muihin ihmisiin. Uusien ihmissuhteiden rakentaminen ja itsen kehittäminen ovat tärkeää toipumisessa.

Päihderiippuvuudesta toipuvien ihmisten minäkäsitys muuttuu. Onnistuneet päihdekuntoutuksen jälkeen ihmiset ovat avoimempia, heidän minäkuvansa on joustavampi kuin aiemmin, ja he kokevat muut ihmiset uhan sijasta voimavaraksi itselleen. (Holmberg 2010, 53.)

Toipumisesta huolimatta päihteiden käyttöön palaaminen joko lyhyemmäksi tai pidemmäksi aikaa on yleistä. Siihen lipsahdetaan tai retkahdetaan usein stressaavissa, yllättävissä tai uusissa arkisissa elämäntilanteissa (Holmberg 2010, 52.) Retkahtamista saattaa edeltää ristiriitaiset tunnetilat, ja sisäiset ristiriidat. Joskus voi käydä myös niin, että toipuja on keskittynyt enemmän muihin ihmisiin kuin itseensä ja siksi retkahdus tapahtuu. Osa voi myös yliarvioida oman kykynsä hallita päihteidenkäyttöä. Raittiutta yrittäneelle retkahdus on usein kuitenkin pettymys. Päihteidenkäytön uudelleen alkamiseen voi liittyä tiedostamatonta tai tiedostettua käyttäytymistä, esim. Provosointia lähipiirissä. Riskitilanteita voivat olla myös ennalta-arvaamattomat tilanteet.

Nämä vahvistavat myös sitä käsitystä, että riippuvuutta pitää hoitaa jokaisesta ulottuvuudesta, koska jos jokin jää hoitamatta niin helposti toipuminen jää kesken. Esim. Jos käyttäjä säilyttää päihteitä käyttäviä kavereita, niin helposti toipuminen keskeytyy ja toipujakin lähtee uudelleen käyttämään. Päihderiippuvaisen kanssa on syytä käydä retkahdukset oppimistilanteena, eikä syyllistävänä tilanteena. Tärkeää on käydä läpi

retkahtamiseen johtaneita tekijöitä ja tilanteeseen liittyviä tunnetiloja. Päihderiippuvuuden ja siihen liittyvien ilmiöiden moniulotteisuuden vuoksi myös päihdehoidon tulee olla monimuotoista. (Holmberg 2010, 41.)

Päihteidenkäyttäjän kuntoutumiseen voi liittyä päihteidenkäytön muutoksen lisäksi muita paljon aikaa ja tukea tarvitsevia muutoksia. Hidas, mutta tärkeä osa toipumisprosessia ovat muutokset omassa motivaatiossa, elämäntilanteessa, identiteetissä, ja elämän hallinnassa. (Holmberg ym. 2015, 320.) Erilaisissa tilanteissa tarvitaan erilaisia lähestymistapoja. Päihteidenkäyttäjän tavoitteita voi olla täysraittius, ja täydellinen toipuminen päihteistä, ajoittainen toipuminen, tai käytön pahanemisen ehkäiseminen ja hallittu käyttö.

Nykyään katsotaan, että psykososiaalinen hoito ja kuntoutus ovat riippuvuuden hoidon perusta. Sillä tarkoitetaan erilaisia hoitomenetelmiä ja yleisempää psykososiaalista tukea. Kokonaisvaltaista lähestymistapaa edellyttävä päihdehoito painottaa fyysisen terveydentilan, oireiden ja riippuvuuden hoidon ohella yksilön psyykkisen ja sosiaalisen tilanteen huomioimista, käsittelyä ja tarvittavaa tukea. (Holmberg ym. 2015, 106.)

Kuntouttamisessa on tärkeää huomioida mm. Arkielämän taidot, sosiaaliset suhteet, sekä taloudenhallinta. Kuntoutuksen tavoitteena on kuitenkin yhteiskuntaan integroituminen, sekä kokonaisvaltainen hyvinvointi. Päihderiippuvaisen kanssa työskennellessä on tärkeää käydä läpi erilaiset tekijät, jotka vaikuttavat hänen riippuvuuskäyttäytymiseensä. Yhtä tärkeää on selvittää, että millainen muutoshalukkuus päihderiippuvaisella on. On hyvä tarkastella aikaisempia muutosityrityksiä, ja pohtia mitkä tekijät ovat vaikuttaneet niihin. Voimavarojen tarkastelu ja etsiminen tukevat riippuvuudesta irtaantumiseen. Keskeistä riippuvuuden hoidossa on hyvä hoitosuhde työntekijään. Asiakkaalle sopiva vuorovaikutus ja luottamus ovat sen keskeisiä tekijöitä. (Holmberg ym. 2015, 320.)

Päihteidenkäyttäjää on autettava tunnistamaan ne seikat, jotka ennakoivat päihteidenkäyttöä. Palaaminen päihteisiin voi olla vältettävissä muuttamalla omia ajatuksia tai toimintatapoja. Päihteidenkäyttäjällä pitää olla keinoja valmiina, miten hänellä on mahdollisuus selviytyä riskitilanteista ilman käyttämättä päihteitä. Selviytymiskeinoja voivat olla esim. Ryhmään lähteminen, puhelinsoitto toipumista tukevalle henkilölle,

lenkille lähtö, toiminnalliset menetelmät. Päihteidenkäyttäjän kanssa voi tehdä esim. Pelastussuunnitelman riskitilanteita varten.

Luovia ja ilmaisevia menetelmiä käytetään päihdehoidossa yhä enemmän. Luovia menetelmiä ovat esimerkiksi kuvallinen ilmaisu, valokuvaus, musiikki, liikunta. Menetelmien tavoite on auttaa päihderiippuvaista löytämään sanoja ja muotoa ajatuksilleen ja tunteilleen. (Holmberg ym. 2015, 322.)

Yhteisöhoitossa opitaan elämisen ja itsensä hoitamisen taitoja ja toipumista tukevia asenteita. Asiakkaat hoitavat yhteisöä ja yhteisö hoitaa asiakkaita. Vertaistuella on iso merkitys toipumisessa. Auttamalla toisiaan asiakkaat oppivat auttamaan myös itseään. Terapeuttisessa yhteisössä opitaan vastuuta itsestä ja muista, myötätuntoa itseä ja muita kohtaan itsekuria ja itsehillintää sekä tavoitteellisuutta. (Holmberg ym. 2015, 323.)

Suomessa toimii myös AA-toiminta, joka perustuu 12-askeleen toimintaan. Työmenetelmänä on saman kokemuksen läpikäyneiltä saama vertaistuki. Päihderiippuvuutta pidetään sairautena, ja hoidon tavoitteena on aina täysraittius. AA-toiminta painottuu kokemukselliseen oppimiseen. (Suomen AA-kustannus r.y. Vantaa.)

“Elämän käsityksen ja etiikan kannalta on olennaista, että ihminen tulee nähdyksi ja hyväksytyksi juuri silloin kun hän on hauraimmillaan ja avuttomin - myös pahuudessaan ja moraalisisessa särkyneisyydessään. Siksi on tärkeää, ettei elämässä viimeinen arviointiperusta ole moraalinen yhtälö, vaan senkin takana on mahdollisuus tulla hyväksytyksi ja kuulua arvostettuna ja täysivaltaisena omaan maailmaansa” (Tuomola, 2012.)

5.2 Tuettu asuminen kuntoutumisen tukena

Asiakkaat tulevat tuetun asumisen piiriin päihdeongelman takia, jonka seurauksena heille on saattanut tulla ero perheestä, asunnon ja työpaikan menetys, ja näiden seurauksien myötä myös asunnottomuus. Asiakassuhteet voivat kestää vuosia, joten työ-

kentely on pitkäaikaista ja vaatii paljon sosiaalista kuntoutusta. Tavoitteena on asiakkaan päihdeongelman hoitaminen, elämänhallinnan lisääminen sekä asumisen onnistuminen. Asiakkaiden kanssa tehtävässä työssä tärkeimpinä ovat päihdeongelman käsittely, raittiuden tukeminen sekä elämänhallinnan tukeminen. (Turun kaupungin www-sivut.)

Asumisen alussa painottuu konkreettisen ohjaustyön merkitys. Asiakkaan kanssa tehdään virastoasioita, haetaan etuusia, ja hoidetaan käytännön asioita muuttamiseen liittyen. Toinen asia, joka korostuu jo ennen asumisen asukkaan muuttamista, on hallittu asuttaminen. Työntekijät kohtaavat asiakkaan muutamia kertoja ennen hänen asukkaansa muuttamista asuntoon, ja tutustuvat asiakkaaseen. Asiakkaan kanssa tehdään haastattelu, jossa on sovittu selkeät toimenpiteet ennen muuttoa. Näitä toimenpiteitä työntekijät seuraavat ja tapaavat asiakasta useasti. Asumisen alussa työntekijä ja asiakas luovat myös luottamuksellista suhdetta, ja työntekijä yrittää auttaa asiakasta sitoutumaan tuettuun asumiseen. Asiakkaan kanssa tehdään myös voimavaralähtöinen toteuttamissuunnitelma, jonka tavoitteet lähtevät asiakkaasta itsestään. Toteuttamissuunnitelma tehdään jokaisen asukkaan kanssa viimeistään 3kk sisällä asuntoon muuttamisesta. Sen tarkistus tehdään 6kk kuluttua siitä. Työntekijän tarkoituksena on auttaa asiakasta itse arvioimaan omia tavoitteitaan realistisesti. (Turun kaupungin www-sivut 2019.)

Tukiasumisen keskivaiheessa, kun asiakkaan kanssa on saavutettu luottamus, korostuu henkisen hyvinvoinnin ja elämänhallinnan parantaminen ja ylläpitäminen. Voimavaraistava tuki asiakkaan elämässä eteenpäin viemiseksi. Tässä vaiheessa yleensä näkyy myös kriisitilanteiden ja retkahduksien hoitamisen merkitys. Työntekijöillä on osamista käsitellä asiakkaan kanssa retkahdusprosessia ja hyödyntää sitä oppimiskokemuksena. Työntekijät ohjaavat asiakkaita tarvittaessa muiden palveluiden piiriin, esim. A-klinikalle, NA - ja AA ryhmiin. (Turun kaupungin www-sivut 2019.)

Asumisen lopussa asiakasta tuetaan itsenäiseen asumiseen. Erityisesti tuetaan asiakasta etsimään vaihtoehtoisia apuvälineitä päihdeongelman hoitamiseen, sekä elämänhallinnan ylläpitämiseen. Tavoitteena on, että asiakkaalla on iso turvaverkko asumisen lopussa, johon voi jatkossa turvautua. (Turun kaupungin www-sivut 2019.)

6 PROJEKTIN TOTEUTUS

Projektin toteutus lähtee aina ensin ajatuksesta ja kiinnostuksesta jotakin asiaa kohtaan. Opinnäytetyöntekijä on työskennellyt Paavinkadun tukiasuntoyksikössä, ja havainnut, ettei heillä ole perehdytyskansiota. Uusia työntekijöitä, sijaisia ja opiskelijoita tuli yksikköön, mutta heille ei ollut antaa perehdytyskansiota yksikön toiminnasta. Työyhteisössä oli pohdittu asiaa jo aikaisemmin, että tarvetta kyseiselle kansiolle olisi. Silloin lähdin kyselemään, olisiko esimiesten mielestä kyseiselle kansiolle tarvetta, ja he olivat sitä mieltä, että olisi. Tutkimussuunnitelman hyväksymisen jälkeen aloitin kirjoittamaan teoriaosuutta. Keräsin teoriatietoa työhön kirjallisuudesta ja erilaisista Internetlähteistä. Tutustuin myös muiden organisaatioiden perehdytyskansioihin.

Kesällä 2018 aloin suunnitella kyselyä Paavinkadun tukiasuntoyksikön työntekijöille, sekä esimiehille. Olin tehnyt tiedonhakua muista opinnäytetöistä jo tässä kohtaa, ja sain yhden erityisesti kiinnostavan opinnäytetyön eteemme. Se oli sähköinen perehdyttämiskansio (Heinonen, 2010), jossa tekijöille selkisi mitä perehdytyskansion olisi hyvä sisältää, ja sain paljon perehdyttämiseen liittyviä hyviä seikkoja. Muotoilin kyselyn kysymykset teoriatietojen pohjalta.

Tärkein ero tutkimustyön ja kehittämistoiminnan välillä, jota kirjallisuudessa ei juuriakaan tuoda esille, liittyy projektitoiminnan ja projektityön tietoperustaan, käsitteisiin tai teoriaan. Yksittäinen projektityö on melko puhtaasti työtä, joka suunnitellaan, toteutetaan ja arvioidaan vailla selkeää, kirjoitettua ja lähteisiin perustuvaa käsitejärjestelmää. (Salonen, 2013, 12) Tein projektini kyselynä, ja sen yhteisen arvioimisena ja analysoimisena, jonka perusteella hioin lopputuloksen.

Sain tehtyä kyselyn yksikön työntekijöille ja esimiehille marraskuussa 2011. Kyselyn vastaukset olivat hyvin yksimielisiä. Kyselyn vastausten pohjalta lähdin suunnittelemaan konkreettista tuotosta. Aineiston keruulla hain vastausta kysymykseen, mitä asioita perehdytyskansion tulisi konkreettisesti sisältää? Opinnäytetyön tavoitteena on ollut luotettavan ja ymmärrettävän tiedon tuottaminen. Omien päätelmien kirjaami-

nessä käytin tarkkaa harkintaa, tarkastelin niitä kriittisesti. Kokemustieto perustui tosiasioiden ja erottui tekstistä. Pyrin tekstissä puolueettomuuteen, en tehnyt vastakkainasetteluja. Erilaisia näkökulmia löytyy päihdetyötä tekevien keskuudessa.

Kirjoittaminen on tutkimusprosessi, josta oppii paljon. Kirjoittaminen jäsensi ajatuksia, ja se loi uusia näkökulmia aiheeseen. Kirjoitettua tekstiä arvioitiin, ja sen vuoksi tarkastelin lähteitä kriittisesti ja etsin luotettavat lähteet. Perehdytyskansion materiaalin kokoamisessa olen käyttäneet mahdollisimman uutta materiaalia, sekä tärkeänä osana Turun kaupungin omat materiaalit.

Turun kaupungin päihdehuollon yksikkö, Paavinkadun tukiasunnot saivat tuotoksena perehdytyskansion, joka on helposti muokattavissa. Tuotoksen tekeminen alkoi keväällä 2018, koska jouduin vaihtamaan opinnäytetyön aiheen vielä uudelleen alkuvuodesta 2018. Teimme yhteistyötä puhelimitse, sähköpostein ja henkilökohtaisilla tapaamisilla.

Tuotos sai sisällysluettelon heti, kun kyselyyn oli vastattu. Sisältö on huolellisesti suunniteltu ja käyttöönotto oli helppoa. Yksikössä ei ole ollut aikaisemmin perehdytyskansiota ja nyt kansio on otettu työntekijöiden käyttöön. Sitä hyödyntävät uudet työntekijät sekä vanhat työntekijät. Kansio tulee jäämään käytännöksi yksikköön.

7 PROJEKTIN ARVIOINTI JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Laadullisessa tutkimuksessa arvioinnin voidaan katsoa pelkistyvän kysymykseksi tutkimusprosessin luotettavuudesta. Kvalitatiivisen tutkimuksen lähtökohtana on tutkijan avoin subjektiviteetti. On myönnettävä, että tutkija on tutkimuksensa keskeinen tutkimusväline ja pääasiallinen luotettavuuden kriteeri onkin tutkija itse. Näin ollen arviointi luotettavuudesta koskeekin koko tutkimusprosessia. Edellä mainitun vuoksi kvalitatiiviset tutkimusraportit ovatkin yleensä paljon henkilökohtaisempia sekä enemmän tutkijan omaa pohdintaa sisältäviä kuin kvantitatiiviset tutkimukset. Kvalitatiivisen aineiston luotettavuutta arvioitaessa ongelmana saattaa olla muun muassa perinteinen,

toisenlaiseen tutkimukseen tarkoitettu käsitteistö. Arvioitavuudesta keskustellessa, on esitetty näkökulmia, joiden mukaan perinteisesti ymmärrettyinä validiteetti sekä reliabiliteetti eivät sellaisenaan sovellu kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuuden perusteiksi. (Eskola & Suoranta 2000, 208-211.)

Eskola & Suoranta (2000, 211-212) tuovat esille, että kvalitatiivisessa tutkimuksessa esitetyn luotettavuusterminologian voi periaatteessa jakaa kolmeen ryhmään. Voidaan soveltaa perinteisiä käsitteitä mahdollisuuksien mukaan myös laadulliseen tutkimukseen, voidaan myös kehittää vanhoille termeille uusia sisältöjä sekä kolmannet ovat hylänneet vanhat termit kokonaan todeten laadullisen tutkimuksen erityisluonteen vaativan uudet termit kokonaan. Sanat eivät kuitenkaan sinänsä ole tärkeitä, vaan se, mikä sisältö sanoille annetaan.

Luotettavuuden kriteerinä uskottavuus tarkoittaa sitä, että tutkijan tulee tarkistaa, vastaavatko tutkijan omat käsitteellistyksensä sekä tulkintansa tutkittavien käsityksiä. Ei voida kuitenkaan pitää varmana, että tutkimuksen uskottavuutta voitaisiin lisätä viemällä tulkinnat tutkittavien arvioitaviksi. Tutkittavat saattavat olla kokemukselleen sekä tilanteelleen sokeita. Tutkimustulosten siirrettävyys taas on mahdollista tietynlaisin ehdoin. Varmuutta lisätään tutkimukseen huomioimalla tutkijan ennako-oletukset. Vahvistuvuudella tarkoitetaan sitä, että tehdyt tulkinnat saavat tukea toisista vastaavaa ilmiötä tarkastelleista tutkimuksista. (Eskola & Suoranta 2000, 211-212.)

Laadullisen tutkimuksen arvioinnissa on kysymys tutkimusprosessin luotettavuudesta. Toteuttamalla tutkimuksella sain vastauksen, mitä perehdytyskansion tulee pitää sisällään. Paavinkadun tukiasuntoyksikön henkilökunta vastasi mielellään kyselyyn, ja suhtautuminen oli positiivista. Valmis perehdytyskansio vastaa niille asetettuja tavoitteita. Kansio pitää sisällään perustiedot yksiköstä, sen toimipaikasta ja toimintatavoista. Kansio on selkeä, ja helposti muunneltavissa. Kansiota tuli tiivis, koska liian pitkää materiaalia ei välttämättä jaksaa lukea.

Yksiköllä ei ole ollut aikaisemmin perehdytyskansiota, joten haasteelliseksi tuli rajata tietomäärä. Oli vaikeaa pysyä oleellisissa asioissa. Omaksuin tutkimuksellista ajattelutapaa kyselylomakkeiden laatimisen ja analysoimisen kautta. Perehdyttämiskansion

sisältö on huolellisesti suunniteltu. Käyttöönotto on helppo, ja otimme huomioon työntekijöiden näkemykset. Perehdytyskansio toteutettiin toimeksiannon mukaisesti ja sovitussa aikataulussa. Kansioista tulee yksikön yhteinen työkalu, jota on jatkossa helppo päivittää ja kehittää eteenpäin. Yhteisen arvioinnin perusteella ulkoasusta tuli miellyttävä.

Opinnäytetyön teoriaosuudessa avasin tietoa perehdyttämisestä, päihderiippuvuudesta ja sen kuntoutuksesta sekä asumispalveluista kuntoutumisen tukena. Teoriaosuuden rajaaminen oli varsin haastavaa. Teoriaosuuden kirjoittaminen lisäsi omaa ammatillista osaamista perehdyttämisestä sekä päihdetyöstä. Sain perehtyä uusiin materiaaleihin, ja analysoida niitä. Tukiasuntoyksikön tiedot hyväksyin Paavinkadun tukiasuntoyksikön työntekijöiden ja esimiesten kautta. Opinnäytetyölle rakennettu aikataulu venyi, koska jouduin muuttamaan sitä ja ensimmäisen tutkimusluvan saaminen evättiin. Sopimuskäytännöt kestivät myös pidempään.

Perehdytyskansion toteuttaminen oli mielekästä, ja riittävän haastavaa. Loppua kohden pystyin tiivistämään sitä. Opinnäytetyön tekeminen antoi paljon ammatillista vahvuutta esim. jatkossa uusien työntekijöiden perehdyttämiseen sekä päihdetyön toteuttamiseen. Opin paljon erilaisia tiedonhakumenetelmiä, ja kirjoittaminen kehitti kirjallista ilmaisutaitoa. Opinnäytetyö oli pitkäkestoinen, ja opetti työskentelemään kärsivällisesti ja pitkäjänteisesti. Olen ymmärtänyt nyt paremmin perehdyttämisen merkityksen sekä uusille työntekijöille että vanhoillekin. Kansio pitää sisällään olennaiset tiedot, joita työntekijä tarvitsee työpaikassa.

Päihderiippuvuus jakaa mielipiteitä nykypäivänä valtavasti. Yleinen mielipide on, että se on selkärangattomuutta ja luonteen heikkoutta. Tämä on tullut osaltaan esille päihdetyötä tekevien keskuudessa. Opinnäytetyön osalta halusin nostaa esille päihderiippuvuuden moniulottuvuuden, ja sen kuntoutumisen vaihtoehtoja. Sen monimuotoisuuden vuoksi, se tarvitsee myös hoitotahon ymmärryksen päihderiippuvuudesta. Tärkeänä asiana on se, että päihderiippuvuutta voidaan hoitaa, ja päihderiippuvaisella on oikeus saada hoitoa. Päihderiippuvainen tarvitsee ymmärrystä sairauden hoitamiseen ja sen luonteeseen.

Perehdytyskansion luominen oli siinä mielessä helpompaa, koska yksikkö oli tuttu. Pitäisin erittäin tärkeänä, että perehdytyskansiossa olisi jatkossa myös työmenetelmistä osio. Perusteluna tälle on se, että kaikilla ei välttämättä ole tietoa erilaisista työmenetelmistä, koska sosiaalialalla kehitetään jatkuvasti uusia tapoja tehdä työtä. Ja vaikka opiskeluissa niitä olisi käynyt läpi, sisäistäminen voi olla hankalampaa.

Oma kokemukseni on, että työskentely päihdehuollossa on psyykkisesti kuormittavaa. Päihderiippuvaisilla on monenlaisia ongelmia, ja joudumme kohtaamaan niitä joka päivä työssämme. Päihderiippuvaisilla ei useinkaan ole voimavaroja hoitaa itseään, ja tukiverkostoakaan ei usein löydy. Työntekijä voi olla ainut kontakti. Työtä tehdessä pureudutaan asiakkaan elettyyn elämään, joka on ollut fyysisesti ja psyykkisesti erittäin raskasta ja vahingollista. Tätä työtä tehdessä tarvitaan tukea ja ymmärrystä omiin pohdintoihin työyhteisöltä. Yhteisillä keskusteluilla voidaan jakaa psyykkistä kuormitusta ja ennaltaehkäistä väsymystä ja uupumusta. Keskusteleva kulttuuri on hyödyksi työntekijöille, koska sen pohjalta työtä pystytään myös kehittämään. Asiakaslähtöisyys on sosiaalialalla tärkeää, ja sen vuoksi joudumme usein pohtimaan asioita eettisestä näkökulmasta. Tehtävään kuului kuitenkin asiakkaiden oikeuksista huolehtiminen.

Opinnäytetyön merkitys on organisaatiolle tärkeä ja se tulee tarpeeseen. Asetetut tavoitteet ovat saavutettu, ja prosessi on ollut hallittua. Perehdyttämiskansion toteuttaminen edellytti pohtimaan organisaation pelisääntöjä, sekä asioita, joita olisi hyvä informoida tulokkaille. Perehdyttämistyön ja esimiehen tueksi olisi hyvä laatia perehdyttämishjelma lomake, jonka esimies täyttäisi, aikatauluttaisi sekä räätälöisi perehdyttämisen yksilöllisesti. Yksikössä olisi hyvä olla perehdyttäjä käytännön työhön, ja esimies jonkun ajan kuluttua kävisi arviointikeskustelun perehdytyksestä.

LÄHTEET

- Engeström, Y. 1998. Kehittävä työntutkimus. Helsinki: Edita.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2000. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Oy.
- Holmberg, J., Inkinen, M., Kurki, M., Partanen, A & Salo-Chydenius, S. 2015. Päihdehoitotyö. Sanoma Pro Oy.
- Holmberg, J. 2010. Päihderiippuvuudesta elämänhallintaan. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Kangas, P. & Hämäläinen, J. 2007. Perehdyttämisen suunnittelu ja toteutus. Työturvallisuuskeskus.
- Korhonen, U. 2013. Huumeriippuvuus - irti riippuvuuden otteesta. Helsinki: Delfiini kirjat 2013
- Kupias, P. & Peltola, R. 2009. Perehdyttämisen pelikentällä. Helsinki: Palmenia.
- Lund P. Torjuttu toivottomuus. 2006. Jyväskylä: PS – kustannus.
- Tuomola, P. 2012. Huume ja lääkeaineriippuvuudet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Turun kaupungin www-sivut. Viitattu 20.02.2019. www.turku.fi
- Työturvallisuuskeskuksen www-sivut. Viitattu 20.02.2019. <https://ttk.fi/>
- Vilka & Airaksinen, 2004. Toiminnallisen opinnäytetyön ohjaajan käsikirja. Helsinki: Tammi.

PAAVINKADUN TUKIASUNTOYKSIKÖN PEREHDYTYKSEN

OPISKELIJA

/

TYÖNTEKIJÄ

/

SIJAINEN

Työyksikön toiminta

AIHE	PEREHDYTTÄJÄ	PVM
1. perustehtävä		
1.1 Tiedot tuetun asumisen toiminnasta		
2. Tilat ja säännöt		
2.1 Vaitiolovelvollisuus		
2.2 Tilojen esittely		
2.3 Turvallisuusselvitykseen tutustuminen		
2.4 Avaimien käyttö, eri avaimet eri oviin		
3. Henkilökunta		
3.1 Henkilökuntavahvuus		
3.2 Työvuorojärjestelyt		
4. Päiväjärjestys		
4.1 Työtehtävät		
4.2 Kirjaukset, Effic		
5. Yhteistyö muiden tahojen kanssa		
5.1 Sosiaalityöntekijät, terapiatyöntekijät, terveydenhoitajat		
5.2 Muut päihdehuollon laitokset		
5.3 Muut viranomaistahot		
6. Lääkehoito		
6.1 Missä asiakkaiden lääkkeet voivat olla		
6.2 Lääkkeen jakoajat		
6.3 Mitä lääkkeitä ei saa antaa päihtyneelle		
6.5 Asiakkaan lääkekortti ja sairaudet		

<p>7. Asiakkaan valinta, tulohaastattelu- ja vastaanotto</p> <p>7.1 Parvi tiimi</p> <p>7.2 Tulohaastattelu</p> <p>7.3 Effica</p> <p>7.4 Siirtyminen omaan asuntoon tai muulle palveluntuottajalle</p> <p>7.5 Erityisolosuhteet</p>		
<p>8. Asiakkaan jatkoasuminen ja sen suunnittelu</p>		
<p>9. Eritteet ja siivousohjeet</p> <p>9.1 Eritteet</p> <p>9.2 Kädet</p> <p>9.3 Käsineet</p> <p>9.4 Muut suojaimet</p> <p>9.5 Pistävät, viiltävät välineet, neulat</p> <p>9.6 Torjuntaohjeet esim. Lude, täit</p>		
<p>Henkilöstön ohjeita</p> <p>1. Sairauslomista ilmoittaminen</p> <p>2. Muista poissaoloista ilmoittaminen</p> <p>3. Avaimet ja tunnukset</p> <p>4. Työvaatteet ja henkilökohtaiset tavarat</p> <p>5. Opiskelijaryhmät, tutustujat yms.</p> <p>6. Tupakointi</p> <p>7. Viestintä ohjeet</p>		

Kysely Paavinkadun tukiasumisyksikön työntekijöille ja esimiehille.

Hei!

Olemme sosionomiopiskelijoita Satakunnan ammattikorkeakoulusta ja teemme opinnäytetyönä perehdytyskansion Turun kaupungin Paavinkadun tukiasuntojen yksikköön. Kyselyn tarkoituksena on kartoittaa perehdytyksessä huomioon otettavia tarpeita, jotta voisimme luoda teille mahdollisimman laadukkaan ja toimivan perehdytyskansion.

Toivomme teiltä vastauksia 15.10. 2018 mennessä.

Ystävällisin terveisin Emilia Sosala-Kenton

Toimenkuvani on?

Työntekijä

Esimies

Opiskelija

Toivoisin että perehdytyskansio olisi...

sähköinen versio.

paperinen kansio.

sähköinen versio ja paperinen kansio.

Oletko kiinnostunut perehdytyskansioista joka olisi helposti muokattavissa, ja jota voisitte kehittää kerätyn palautteen avulla?

Olen

En ole

Tulisiko Paavinkadun perehdytyskansion sisältää ainoastaan yksikköön kohdistuvaa materiaalia, vai myös yleistä organisaatiota koskevaa materiaalia?

Ainoastaan Paavinkadun yksikköön kohdistuvaa materiaalia.

Myös yleistä, koko organisaatiota koskevaa materiaalia.

Arvioi seuraavia perehdytyksen painopisteiden tärkeyttä uutta Paavinkadun työntekijää perehdytettäessä.

Erittäin tärkeää

Tärkeää

Jonkin verran tärkeää

Ei kovinkaan tärkeää

Tarpeetonta

Yksikön toimitilojen esittely

Työnkuvauksesta kertominen

Motivointi
Sitouttaminen
Oman mentorin asettaminen
Työturvallisuusasioista kertominen
Oman perehdytys suunnitelman laatiminen
Etukäteen saatu perehdytysmateriaali
Työpaikan säännöistä kertominen
Organisaation esittely
Työsuhdeasioista kertominen
Työhön liittyvistä eduista kertominen
Palautteen antaminen
Työpaikan kulttuurista kertominen (etiikka, arvot)
Oman työn ja työyhteisön kehittämismahdollisuuksista kertominen
Yksikön toimitilojen esittely
Työnkuvauksesta kertominen
Motivointi
Sitouttaminen
Oman mentorin asettaminen
Työturvallisuusasioista kertominen
Oman perehdytys suunnitelman laatiminen
Etukäteen saatu perehdytysmateriaali
Työpaikan säännöistä kertominen
Organisaation esittely
Työsuhdeasioista kertominen
Työhön liittyvistä eduista kertominen
Palautteen antaminen
Työpaikan kulttuurista kertominen (etiikka, arvot)
Oman työn ja työyhteisön kehittämismahdollisuuksista kertominen

Mitä muita, kuin edellä mainittuja asioita, perehdytyksessä pitäisi mielestäsi huomioida?

Oma vastauksesi

LÄHETÄ

Älä koskaan lähetä salasanaa Google Forms sin kautta.

Google ei ole luonut tai hyväksynyt tätä sisältöä. [Ilmoita väärinkäytöstä](#) - [Palveluehdot](#) - [Lisäehdot](#)

_Forms