

www.humak.fi

Opinnäytetyö

”Ensikoti Pinjaa en unohda ikinä”

Yhteisöiltojen kehittäminen Ensikoti Pinjassa

Julia Kivi

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma
(210 op)

11/2019



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma

Tekijä: Julia Kivi
Opinnäytetyön nimi: ”Ensikoti Pinjaa en unohda ikinä”- Yhteisöiltojen kehittäminen Ensikoti Pinjassa
Sivumäärä: 48 ja 18 liitesivua
Työn ohjaaja: Satu Riikonen
Työn tilaaja: Turun Ensi- ja turvakodin Ensikoti Pinja

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää tilaajan eli Ensikoti Pinjan yhteisöiltoja. Opinnäytetyö pyrki selvittämään kävijöiden, eli entisten ja nykyisten Ensikoti Pinjan asiakkaiden, tarpeita ja toiveita yhteisöiltojen suhteen. Työn tarpeen taustalla on toukokuussa 2019 alkaneet Pinjata-nimiset yhteisöillat, joiden tarkoitus on tuoda vertaistukea niin Pinjan nykyisille kuin entisille asiakkaille.

Opinnäytetyön tilaajana oli Turun Ensi- ja turvakodin Ensikoti Pinja. Ensikoti Pinja on Turun Ensi- ja turvakotiin kuuluva ympärivuorokautinen kuntoutusyhteisö. Ensikoti Pinja on päihdeongelmiin erikoistunut, ja antaa tukea raskaana oleville ja vastikään synnyttäneille vauvaperheille.

Aineistonkeruumenetelminä kehittämistyössä käytettiin osallistuvaa havainnointia, kyselyitä ja benchmarkingia. Kyselyt menivät Ensikoti Pinjan entisille ja nykyisille asiakkaille. Osallistuva havainnointi kohdistui neljään Ensikoti Pinjan yhteisöilaan. Benchmarking kohdistui erovertaiskahvilatoimintaan Iisalmessa, Jyväskylässä, Kokkolassa ja Raisiossa.

Tutkimusmenetelmistä kerätyt tulokset analysoitiin teemoittain. Esille nousi kolme selkeää teemaa: ilmapiiri kohtaamiselle syntyy ruokapöydässä, keskustelut tuovat vertaistukea sekä yhteinen tekeminen ja yhdessä kehittäminen. Tuloksista nousi myös palautteen keruun ja palautteen antamisen sekä vapaaehtoisten merkitys.

Konkreettisenä tuotoksena kehittämistyöstä syntyi yhteisöiltojen vuosikello. Vuosikellon tarkoituksena on auttaa yhteisöiltojen järjestäjiä hahmottamaan työtehtävät ja valmistelut, joita vaaditaan yhteisöiltojen kaltaisen toiminnan mahdollistamiseksi. Tuotoksen tarkoituksena on myös taata se, että iltojen suunnitteluun otetaan mukaan myös asiakkaat, ja että yhteisöiltojen sisältö vastaisi asiakkaiden tarpeita ja toiveita.

Asiasanat: Yhteisö, yhteisöilta, vertaistuki, vuosikello.

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
Degree Programme in Civic Activities and Youth Work, Bachelor's Degree

Author: Julia Kivi

Title: "Pinja is a place I will never forget" - Developing community evenings in Pinja Mother and Child Home

Number of Pages: 48 and 18 attachment pages

Supervisor: Senior Lecturer Satu Riikonen

Subscriber: Pinja Mother and Child Home, Turku

The purpose of this thesis was to collect information on how to develop the Pinjata community evenings at Pinja Mother and Child Home in Turku, which was also the commissioner of this thesis. The data was gathered using participative observation, survey and benchmarking. The benchmarking was carried out by interviewing employees that work in peer support groups, such as Divorce Café. The survey was conducted for former and current clients of Pinja. The observation took place in Pinja Mother and Child Home.

The data was analyzed grouping the data into three different themes. The results suggest that the right atmosphere for encounterings begins in the dinner table. The results also indicate that conversations create peer support. Moreover, the results suggest in order to develop the community, there should be more community-driven activities and the development work should be carried out together as a community.

The final product of this study is an annual planning guide for any community evening in the Federation of Mother and Child Homes and Shelters in Finland. The aim of the final product is to decrease the efforts of organizing the evenings and to ensure that the clients needs and wishes are taken into consideration.

Keywords: Community, community evening, peer support, annual planning guide.

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	5
2	ENSIKOTI PINJA	7
3	TIETOPERUSTA JA KESKEISET KÄSITTEET	10
3.1	Ensikoti Pinjaa määrittelevät lait	10
3.2	Yhteisö ja yhteisöhoito.....	12
3.3	Osallisuus, osallistuminen ja vertaistuki	16
3.4	Vanhemmuuteen kasvu, kiintymyssuhde ja varhainen vuorovaikutus.....	18
3.5	Raskausajan päihteiden käyttö ja päihderiippuvuus perheessä.....	21
4	KEHITTÄMISTYÖN MENETELMÄT	25
4.1	Osallistuva havainnointi.....	25
4.2	Kysely	27
4.3	Benchmarking.....	29
5	MENETELMIEN TULOKSET JA ANALYSOINTI.....	31
5.1	Ilmapiiri kohtaamiselle syntyy ruokapöydässä.....	32
5.2	Keskustelut vertaistuen tuojana.....	34
5.3	Yhteistä tekemistä ja yhdessä kehittämistä	37
6	TUOTOKSENA YHTEISÖILTOJEN VUOSIKELLO	41
7	LOPUKSI.....	43
	LÄHTEET	45
	LIITTEET	49

1 JOHDANTO

Lastensuojeluilmoitusten ja kiireellisten sijoitusten määrä on kasvanut. Kodin ulkopuolelle sijoitettuja lapsia on sosiaali- ja terveysministeriön mukaan 18 500, eli pienen kaupungin asukaslukumäärän verran. Huostaanottoon päätyvät tilanteet eivät kuitenkaan synny tyhjästä. Perheet, josta huostaanotetut lapset tulevat, kärsivät usein mielenterveysongelmista, köyhyydestä ja päihdeongelmista. (YLE a. 2019.)

Ensikoti Pinja on Turun Ensi- ja turvakodin ympärivuorokautinen kuntoutusyhteisö. Se on päihdeongelmiin erikoistunut, ja antaa tukea raskaana oleville ja vastikään synnyttäneille vauvaperheille. Pinjan kuntoutusjakson jälkeen asiakkaat siirtyvät usein avopalveluyksikkö Olivian asiakkaiksi. (Ensikoti Pinja 2019.)

Ensikoti Pinjan yhteisöillat tarjoavat vertaistukea kuntoutusjaksonsa päättäneille vanhemmille. Tarkoituksena on juurruttaa päihteetöntä elämäntapaa myös Pinjassa olon jälkeen, ja tarjota tukiverkostoa perheille. Olen ollut yhteisöilloissa mukana niiden alusta asti. Opinnäytetyöni tilaajana on Ensikoti Pinja ja työni tarkoitus on kehittää yhteisöilloja vastaamaan asiakkaiden toiveita ja tarpeita. Yhteisöilloissa kävijöiden, eli entisten ja nykyisten asiakkaiden, tarpeita ja toiveita haluttiin kartoittaa, jotta toiminta voisi jatkua menestyksekkäästi ja mahdollisimman pitkään.

Opinnäytetyöni kehittämistehtävänä oli selvittää, miten yhteisöilloja voisi kehittää kävijöille mieluisaksi toiminnaksi. Tutkimuskysymyksiksi muodostuivat: Millaisena Pinjan asiakkaat kokivat yhteisöillat? Millaisena Pinjan entiset asiakkaat kokivat yhteisöillat? Mitä nykyiset/entiset asiakkaat toivovat yhteisöilloilta? Selvitän näitä tutkimuskysymyksiä kolmen menetelmän avulla: osallistuvan havainnointi, kysely ja benchmarking.

Opinnäytetyössäni kerron ensin tilaajastani, eli Turun Ensi- ja turvakodin Ensikoti Pinjasta. Tämän jälkeen avaan opinnäytetyöni tietoperustaa ja keskeisiä käsitteitä. Kerron myös käyttämästäni kehittämistyön menetelmistä sekä analysoin aineistosta

saamani tulokset. Analysoin tulokset teemoittain. Tuotos-luvussa kerron opinnäyte-työni tuotoksesta tilaajalle. Lopuksi-luvussa pohdin kehittämistyöni aihetta, ja miten tuotosta voisi hyödyntää laajemmin, kuin tilaajani Ensikoti Pinjan tarpeisiin.

2 ENSIKOTI PINJA

Yksinäiset aviottomat äidit hylkäsivät usein lapsensa 1900-luvun alussa. Syynä oli usein häpeä ja köyhyys. Sosiaalidemokraattiset naiskansanedustajat esittivät sitkeästi aloitteita vuosittain asiaan puuttumiseen, mutta aloitteet osoittautuivat pitkään turhiksi. Aviottomien äitien asian ajamista pidettiin vielä viime vuosituhannen alussa usein siveettömänä. (Työväenliike 2019.)

Vuonna 1936 perustettiin Helsingin Ensikoti -yhdistys varainhankintatehtäviin, kokoonkutsujana oli sosiaalidemokraattien kansanedustaja Miina Sillanpää. Ensimmäisessä ensikodissa oli sodan vuosina enemmän tarvitsijoita kuin oli mahdollista ottaa vastaan. Aviottomien lasten määrä oli suuri. Ensikodista äidit saivat turvallisen elinympäristön lapsen kasvatukseen ja käytännön opetusta, esimerkiksi kodin hoitamiseen. Ensikoteja perustettiin pian ympäri Suomea, 1950-luvulla niitä oli jo seitsemän. Miina Sillanpään ja muiden naiskansanedustajien sinnikäs työ lasten ja perheiden puolesta ei ollut turhaa. Ensi- ja turvakotien liitto auttaa lapsia ja perheitä vielä tänäkin päivänä. (Työväenliike 2019.)

Ensikoti Pinja on Turun Ensi- ja turvakotiin kuuluva ympärivuorokautinen kuntoutusyhteisö, joka on päihdeongelmiin erikoistunut, ja antaa tukea raskaana oleville ja vastikään synnyttäneille vauvaperheille. Ensikoti Pinja on osa Pidä kiinni-hoitojärjestelmää. Tavoitteena hoidon aikana on tarjota turvaa vauvalle ja tukea vanhemmille vanhemmuuteen kasvussa ja päihitteettömyydessä. Kuntoutusjakson pituus vaihtelee kuudesta kuukaudesta yli vuoteen. (Ensikoti Pinja 2019.)

Perhepaikkoja Pinjassa on viisi. Isä voi halutessaan olla mukana kuntoutuksessa ympärivuorokautisesti. Isä voi osallistua kuntoutukseen muun perheen kanssa myös avopalvelun asiakkaana. Lääkkeellinen korvaushoito on mahdollista kuntoutusjakson aikana. Lastensuojelun sosiaalityöntekijä ja muu verkosto osallistuu tiiviisti perheen kuntoutuksen suunnitteluun. Äidin kuntoutus pyritään aloittamaan hyvissä ajoin en-

nen lapsen syntymää. Näin sikiövaurioiden ehkäisy on todennäköisempää, ja onnistuneelle varhaiselle vuorovaikutukselle pyritään luomaan parhaat mahdolliset lähtökohdat. (Ensikoti Pinja 2019.)

Kuntoutus Ensikoti Pinjassa on yhteisökuntoutusta, jossa asiakkaat kantavat vastuuta yhteisön toiminnasta. Tämä näkyy muun muassa päätöksissä ja arjen askareissa. Yhteiset ruokailut, yhdessä vietetty aika ja yhteiset toiminnat ovat yhteisöllisyyden kannalta tärkeitä. Yhteisökokouksissa, joita on kolmesti viikossa, laaditaan ja seurataan yhteisön toimintaa koskevia sopimuksia. Jokaisella Ensikoti Pinjan asiakkaalla on omaohjaaja, joka on asiakastilanteissa perheen tukena. Laitosjakson jälkeen asiakkaat siirtyvät yleensä jatkamaan kuntoutusta avopalveluyksikkö Oliviaan. (Ensikoti Pinja 2019.)

Ensikoti Pinjassa aloitettiin toukokuussa 2019 yhteisöilta, joka kantaa nimeä Pinjata. Yhteisöillat tapahtuvat kerran kuussa, joka kuukauden ensimmäinen keskiviikko. Tapaamiset ovat klo 17.00-19.00. Yhteisöilloista halutaan tehdä mahdollisimman helpot toteuttaa, jotta jokainen työntekijä, joka on yhteisöillan aikana vuorossa, voi helposti olla illan vetäjänä ja edellisten vuorojen työntekijät taas valmistelijoina.

Pinjan nykyiset asiakkaat saivat tiedon yhteisöiltojen alkamisesta yhteisökokouksessa. Entiset asiakkaat kutsuttiin ensimmäiseen yhteisöiltaan WhatsApp-viestipalvelun kautta. Ensimmäisessä yhteisöillassa niin entiset, kuin nykyiset Pinjan asiakkaat, saivat mukaan vietäväksi lapun, johon oli merkitty yhteisöiltojen päivämäärät vuoden loppuun asti. Jatkossa yhteisöiltojen päivämäärät löytyivät myös Ensikoti Pinjan ilmoitustaululta, joka sijaitsee yleisissä tiloissa työntekijöiden ja Pinjan nykyisten asiakkaiden nähtävillä.

Entiset Pinjan asiakkaat kutsutaan yhteisöiltaan Pinjaan, samalla ajatuksella kuin monet menevät tapaamaan sukulaisiaan kokeakseen osallisuutta ja yhteenkuuluvuutta. Tällaista yhteisöön kiinnittymistä on harvalla Pinjan nykyisellä tai entisellä asiakkaalla. Yhteisöillan tehtävänä on juurruttaa entisiin ja nykyisiin asiakkaisiin hyviä perinteitä, ja näyttää nykyisille, miten tärkeäksi paikaksi ja suureksi avuksi Pinja voi

muodostua, jos sille antaa mahdollisuuden. Uudet voivat opettaa vanhoja esimerkiksi, mutta kaikki osallistuminen ja tekeminen perustuu täysin vapaaehtoisuuteen. Liikaa toiminnallisuutta yritetään välttää, sillä sukukokouksen tapaiset tapaamiset yritetään pitää rentoina ja helposti lähestyttävänä.

Tilaajan eli Ensikoti Pinjan tarpeeksi muodostui Pinjatan kehittäminen ja kävijöiden, eli entisten ja nykyisten asiakkaiden, tarpeiden ja toiveiden kartoitus yhteisöiltojen suhteen. Tutkimuskysymyksiksi muodostuivat:

1. Millaisena Pinjan asiakkaat kokivat yhteisöillat? Millaisena Pinjan entiset asiakkaat kokivat yhteisöillat?
2. Mitä nykyiset ja entiset asiakkaat toivovat yhteisöilloilta?

3 TIETOPERUSTA JA KESKEISET KÄSITTEET

Seuraavassa luvussa kerron tietoperustastani ja avaan keskeisimmät käsitteet. Avaan myös Ensikoti Pinjaa määrittelevää lainsäädäntöä. Käsittelen tietoperustaa suhteessa opinnäytetyöni aiheeseen, eli Ensikoti Pinjan yhteisöiltoihin.

3.1 Ensikoti Pinjaa määrittelevät lait

Suomessa ei ole erikseen perhetyötä säätelevää lainsäädäntöä. On kuitenkin monia sosiaalialaa määritteleviä lakeja, jotka vaikuttavat myös perhetyöhön. (Järvinen ym. 2012, 49.) Ensikoti Pinjan toiminta on päihdeongelmiin erikoistunut kuntoutusyhteisö, jossa vauvat ovat mukana vanhemman tai vanhempiensa kanssa kuntoutuksen aikana. Määritteleviä lakeja ovat ainakin lastensuojelulaki, sosiaalihuoltolaki ja YK:n yleissopimus lapsen oikeuksista. (Holmberg 2010 83; Turun ensi- ja turvakoti 2019.)

Ensikoti Pinjan toimintaa säätelee **sosiaalihuoltolaki**, ja siitä erityisesti päihdetyötä ja laitospalveluita käsittelevät kohdat (Finlex a.). Sosiaalihuoltolaissa mainitaan laitospalveluiden kohdalla, että laitospalveluja toteutettaessa henkilölle on järjestettävä hänen yksilöllisten tarpeidensa mukainen kuntoutus, hoito ja huolenpito. On myös pyrittävä järjestämään turvallinen, kodinomainen ja virikkeitä antava elinympäristö, joka antaa mahdollisuuden yksityisyyteen. Ympäristön on edistettävä henkilön kuntoutumista, omatoimisuutta ja toimintakykyä. (1301/2014, 22§.) Tämän takaamiseksi Ensikoti Pinjassa jokaisella kuntoutujalla on käytössä oma huone, ja yhteisissä tiloissa on panostettu lapsiperheelle sopivaan sisustukseen. Perheiden käytössä on leluja ja leikkimattoja. Yhteisöhoidon periaatteiden mukaisesti ruoat ja muut kotityöt tehdään yhteisesti, ja perheet ruokailevat yhteisissä tiloissa (Murto 2013, 28).

Sosiaalihuoltolaissa mainitaan päihdetyön kohdalla, että sosiaalihuollon päihdetyöhön kuuluu päihteiden ongelmakäyttäjille, heidän omaisilleen ja muille läheisille suunnatut sosiaalihuollon erityispalvelut. Laissa mainitaan myös, että raskaana olevalla henkilöllä on oikeus saada välittömästi riittävät päihteettömyyttä tukevat sosiaalipalvelut. (1301/2014, 22§.) Tavoitteena Ensikoti Pinjassa on, että äiti tulisi kuntoutukseen hyvissä ajoin ennen synnytystä. Näin voidaan parhaiten ehkäistä sikiövaurioiden syntymistä ja vahvistaa varhaista vuorovaikutusta. (Turun ensi- ja turvakoti 2019.)

Lastensuojelulaki säätelee Ensikoti Pinjan toimintaa. Se takaa lapselle oikeuden tuen ja tarpeen selvittämiseen (Finlex b.) Päihdeperheitä hoidettaessa tämä ei aina toteudu, joskus lapsen näkökulma unohtuu. Lapsen hoito pitäisi olla vähintään tasa-arvoisessa asemassa suhteessa vanhemman saamaan hoitoon. (Solantaus 2001.) Aikuisille suunnatuissa palveluissa myös lapsen huomioon ottaminen on tärkeää. Jos perheen aikuinen ohjataan päihdepalveluiden piiriin esimerkiksi työpaikaltaan työyhteisön tai esimiehen toimesta, ei päihdepalveluita tarvitsevan henkilön perhe ole välttämättä sosiaalitoimen asiakas. Tällaisissa tilanteissa päihdepalvelut saattavat olla ainoa paikka, jossa päihdeongelmaisen perheen lasten tarpeet tulevat esiin, ja ammattiavun piiriin. (Itäpuisto 2008, 93.)

Jos perheen päihdeongelmat havaitaan tarpeeksi ajoissa, voidaan perheelle antaa apua jo ennen laiminlyöntejä, tai niiden pahenemista (Itäpuisto 2008, 93). Ensi- ja turvakotien liitto tukee tätä väitettä, tilastojen mukaan päihdekuntoutukseen hakeutuneista tai ohjatuista äideistä 43 prosenttia aloitti kuntoutuksen jo odotusaikana. Kun kuntoutus alkaa jo ennen lapsen syntymää, voidaan sikiötä suojella päihteiden aiheuttamilta vaurioilta paremmin. Aikaisella puuttumisella voidaan aloittaa myös kiintymyssuhteen kannalta tärkeä työskentely äidin kanssa jo odotusaikana. (Ensi- ja turvakotien liitto 2019.)

YK:n yleissopimus, Suomen perustuslaki (731/1999) ja lastensuojelulaki (417/2007) sanovat että lapsilla on erityinen oikeus suojaan ja turvaan. Jokainen lapsi on oikeu-

tettu yksilölliseen ja tasa-arvoiseen kohteluun sosiaalisesti, taloudellisesti ja yhteiskunnallisesti. Lapset kuitenkin tarvitsevat aikuisen apua ja suojelua, jotta heidän oikeutensa toteutuisivat. Lapsen etu on aina huomionarvoinen asia, kun päätetään aikuisten asioista. Tätä etua valvoo lapsiasiainvaltuutettu, jonka tehtävä on lasten hyvinvoinnin edistäminen ja oikeuksien turvaaminen niin lainsäädännön, kuin yhteiskunnan tasolla. (Holmberg 2010, 83.)

Lapsen oikeudet näkyvät myös Ensikoti Pinjan toiminnassa. Ensi- ja turvakotien liiton mukaan lapsen etua on aina ja ensisijaisesti harkittava kaikessa päätöksenteossa. Lapsia on suojeltava välinpitämättömältä kohtelulta ja jokaisella lapsella on oikeus leikkiin ja vapaa-aikaan. (Särkelä 2019.) Ensikoti Pinjan yhteisöilloissa leikkiin on panostettu ottamalla yhteisiin tiloihin esille leluja lapsia ja vanhempia varten. Yhteisöiltojen tarkoitus ei ole palvella vain Pinjan entisiä ja nykyisiä asiakkaita, vaan asiakkaan koko perhettä. Yhteisöilta voi tarjota perheille uudenlaisen tavan viettää laadukasta, turvallista ja päihteetöntä vapaa-aikaa.

3.2 Yhteisö ja yhteisöhoito

Yhteisöt tukevat ihmisen kasvua ja kehitystä läpi elämän. Yhteisön muodostaa ihmisryhmä, jonka jäsenet ovat vuorovaikutuksessa keskenään ja jäsenillä on yhteinen tarkoitus tai päämäärä. (Karila-Hietala ym. 2017, 90.) Ihminen on luonteeltaan yhteisöllinen, ja kasvaa yhteisöllisten siteiden kautta. Yhteisö on paikka, jonka kautta voi kuulua jonnekin, ja jonnekin kuuluminen on ihmisen perustarve. Sen kautta jäsenyytensä yksilön käsitys minuudesta. (Rantanen 2002, 13.) Ihmisen ensimmäinen yhteisö on perhe, ja siitä yhteisöjen piiri laajenee kouluun, työelämään ja harrastuspiireihin. Yhteisöt voivat olla annettuja tai vapaaehtoisia. (Karila-Hietala ym. 2017, 90.)

Ensikoti Pinjan yhteisö edustaa samanaikaisesti annettua ja vapaaehtoista yhteisöä. Vanhemman tullessa Pinjaan kuntoutukseen, hän on tehnyt valinnan ja päättänyt antaa Ensikoti Pinjalle ja päihteettömälle elämälle mahdollisuuden. Toisin valitseminen johtaa kuitenkin tavallisesti lapsen sijoittamiseen vanhemman kodin ulkopuolelle.

Tämä tekee Pinjasta joillekin asiakkaille yhteisön, jota he eivät ole itse valinneet. (Silvennoinen 2019.)

Pinjan yhteisöiltojen tarkoitus on olla täysin vapaaehtoinen yhteisö. Entiset asiakkaat tulevat paikalle iltoja varten, ja nykyiset asiakkaat voivat osallistua, jos niin haluavat. Yhteisöiltojen vapaaehtoisuus jokaiselle kävijälle oli tilaajalle tärkeä osa iltojen kehittämistä jo alusta lähtien. (Silvennoinen 2019.)

Yhteisöllisyys yhteisöissä rakentuu siitä, kun arkeen tarjotaan mahdollisuuksia pysähtymiselle ja kokoontumiselle. Järjestetyt tilaisuudet kutsuvat ihmiset samaan paikkaan, ja mahdollistavat keskustelun ja kohtaamisen. Jos tilaisuudet tapahtuvat säännöllisesti, tutustuminen osallistujien kesken on todennäköisempää. Keskustelun lomassa syntyneet kontaktit voivat saada aikaan kokemuksen ryhmään kuulumisesta ja yhteisöllisyydestä. (Birck 2019.) Tämä on myös Ensikoti Pinjan yhteisöiltojen toiminnan tavoite.

Ensikoti Pinjassa toimitaan **yhteisöhoidon** periaatteilla (Stormbom 2001, 102). Yhteisöhoidolla tarkoitetaan kuntoutusmuotoa, jossa käytetään yhteisöllisiä menetelmiä. Ensikoti Pinja on yhteisöhoitoon perustuva päihteiden käyttäjien terapeuttinen yhteisö (Murto 1997). Yhteisöllisyyttä ylläpidetään yhteisön toiminnallisella rakenteella, johon kuuluvat kaikki yhteisön toiminnot: ruokailut, arjen askareet, toimintaryhmät, yhteisökokoukset, retket ja juhlat. Otan tarkempaan tarkasteluun yhteisökokouksen, sillä se on yhteisön tärkein foorumi. (Murto, 2013, 28-29.) Otan lähempään tarkasteluun myös juhlat, sillä yhteisöilloissa on paljon samoja elementtejä, kuin sukujuhlissa.

Yhteisökokous on yhteisön rakentamisen väline, ja oikein toimiessaan, se on myös vahva vaikuttamisen väline. Kun yhteisön jäsentä koskeva asia otetaan esille yhteisökokouksessa, on siihen suhtauduttava vakavasti, ilman vähättelyä tai vitsailua. Mahdollinen kokouksista myöhästyminen tai osallistumatta jättäminen otetaan puheeksi, ja päätökset ja ehdotukset yhteisöltä kirjataan selkeästi ylös. Yhteisökokous ei ole vain

välttämätön yhteisöhoidon rituaali, vaan sillä on kuntouttava ja kasvattava vaikutus yhteisöön. Yhteisökokouksissa opitaan pysymään siinä asiassa, josta keskustellaan, ilmaisemaan tunteita ja mielipiteitä, kuuntelemaan toisia, kysymään tarkentavia kysymyksiä ja odottamaan omaa puheenvuoroa. Tärkeä taito yhteisökokouksissa on taito antaa ja vastaanottaa palautetta. (Murto 2013, 29-31.)

Jokainen yhteisön jäsen vaikuttaa toiminnallaan kokousten toimivuuteen ja jokaisella on velvollisuus osallistua kokouksiin. Kokouksissa kuka tahansa voi nostaa itselleen tärkeän asian esille. Kokouksissa käytetään kokousmappia, jossa on jokaisen kokouksen esityslistat ja pöytäkirjat. Henkilökunnan vastuulla on rakentaa keskinäinen luottamus asiakkaisiin, jotta myös vaikeat asiat koetaan turvallisiksi ja hyväksytyiksi tuoda ilmi. (Murto 2013, 29-31; Stormbom 2001, 103-104.)

Jos yhteisössä havaitaan rikkomuksia tai epärehellisyyttä, on yhteisön jäsenen velvollisuus tuoda asia ilmi kokouksissa. Mikä tahansa kokous voidaan muuttaa kriisikokoukseksi, jos yhteisössä on jokin erityistä huomiota vaativa ongelma, kuten asiakkaan repsahdus päihitteettömyydestä tai kahden asiakkaan välinen riita, joka vaatii yhteisön huomion. Tällaiset ongelmat aiheuttavat usein ahdistusta koko yhteisössä, minkä vuoksi asiat käsitellään aina yhteisesti. Vaatii rohkeutta tuoda esille myös epämiellyttäviä asioita, ja seurausten arvioiminen vaatii usein itsetutkiskelua. Menneisyyteen liittyviä asioita ei asiakkaan tarvitse kokouksissa jakaa, mutta nykyhetkeen, vanhemmuuteen ja päihitteettömyyteen liittyvät asiat ovat yhteisön yhteisiä asioita. (Murto 2013, 29-31; Stormbom 2001, 103-104.)

Olennaisinta on osallistuminen. Kun on osallistunut asioista päättämiseen kokouksissa, kokee yksilö asiat myös itselleen tärkeiksi, ja sitoutuminen yhdessä tehtyihin päätöksiin on vahvempi. Tärkeintä on, että yhteisökokouksissa tehdyt päätökset auttavat asiakasta päihitteettömyyteen ja vahvaan vanhemmuuteen. (Murto 2013, 29-31 ; Stormbom 2001, 103-104.)

Päihderiippuvuus aiheuttaa vanhemmuuden roolin ja sen myötä myös arjen epämääräisyyttä ja epäjohdonmukaisuutta (Dahl & Hirschovits 2005, 197). Päihdemaailmassa eläneelle esimerkiksi säännöllisen päivärytmin saavuttaminen voi olla suuri muutos. Muutokseen pyritään Pinjassa yhteisöhoidon menetelmillä, joihin yhteisökokous tärkeänä osana kuuluu. (Stormbom 2001, 102.) Ennen Ensikoti Pinjaan tuloa arki on voinut olla kaoottista. Jos kuntoutuksen päätyttyä asiakkaan elämään on tullut tarvittua selkeyttä, voi yhteisöiltään osallistuminen tarjota mahdollisuuden muistella sitä ajanjaksoa elämässä, kun elämänmuutos tapahtui.

Juhliminen on otettu Ensikoti Pinjassa osaksi yhteisön arkea. Päihteettömän juhla-kulttuurin tuominen asiakkaiden elämään vahvistaa yhteisöllisyyttä. Ensikoti Pinjassa juhlitaan vauvan ja vanhemman syntymäpäiviä, uuden asiakkaan tuloa, synnytyslaitokselta palaavaa äitiä ja vauvaa sekä kuntoutuksen päättävää vanhempaa (Stormbom 2001, 105.)

Juhlia tutkineiden tutkijoiden kesken vallitsee yksimielisyys siitä, että ihmisillä on tarve juhlaan. Vuorottelemalla arjen ja juhlan välillä voi nousta itsensä ja arjen yläpuolelle. Länsimäisen yhteiskunnan muuttumisen myötä juhla-kulttuuri on kuitenkin kokenut murroksen. Juhliminen on yksilökeskeisempää. Suuret sukujuhlat ovat muuttuneet pienemmiksi, ydinperheen juhliksi. Vaikka juhlat ovat muuttaneet muotoaan, niissä toistuvat tavat ja rituaalit ovat kuitenkin yhä yhteisöille tärkeitä. Myös Pinjan juhlissa toistuu yhteisölle tutuksi tulleita perinteitä. Kun kuntoutuksen päättävää vanhempaa juhlitaan, saa yhteisö aina antaa palautetta Pinjasta lähtevällä vanhemmalle. Myös yhteisö työntekijöineen saa kuntoutuksesta lähtevältä vanhemmalta palautetta yhdessä vietetystä ajasta. (Liikanen 2003; Assmuth 1986; Stormbom 2001, 105.)

Kun Pinjaan tulee uusi asiakas, hänet otetaan vastaan kakkukahvien ja lahjan kera. Pinjaan tulo on asiakkaan elämässä suuri ja tärkeä askel. Asiakkaasta voi tuntua, että Pinjaan tulo ei ole ollut valinta vaan pakkotilanne. Moni on valinnut lapsesta luopumisen ja hoitoon tulon välillä. Juhlavalla vastaanotolla voidaan lievittää Pinjaan tuloon liittyviä negatiivisia tunteita. Erityisen tärkeitä ovat myös syntymäpäiväjuhlat, sillä

joillekin vanhemmille omien syntymäpäivien juhlinta voi olla täysin uusi kokemus. On tärkeää luoda positiivisia kokemuksia ja mielikuvia päihteettömästä juhlimisesta, jotta hyvät perinteet voivat jatkua myös Pinjasta lähdön jälkeen. (Stormbom 2001, 105.)

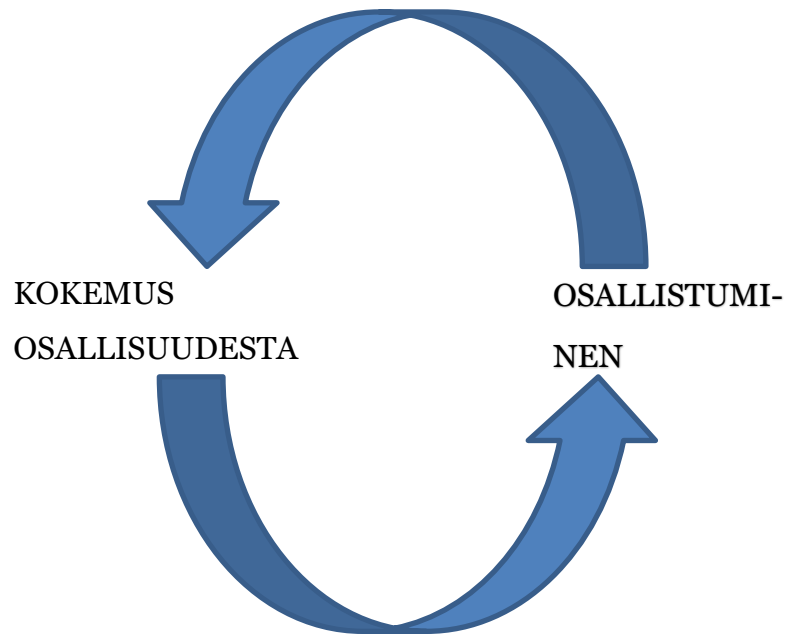
Yhteisöiltojen tarkoituksena on olla Pinjan entisille ja nykyisille asiakkaille sukujuhlan tai sukukokouksen kaltainen tapahtuma, jota on mukava odottaa. Osalla Pinjan asiakkaista, nykyisistä ja entisistä, ei ole perhettä tai sukua, jonka luo kokoontua. Ne, joilla on perheen yhteisiä juhlia, suku saattaa käyttää runsaasti alkoholia tai muita päihteitä. Tällainen ympäristö ei sovi päihderiippuvuudesta kuntoutuvalle, eikä pienelle lapselle. Yhteisöillat antavat mahdollisuuden jatkaa Ensikoti Pinjassa tutuksi tulleen päihteettömän juhlakulttuurin jatkamista myös kuntoutuksen jälkeen.

3.3 Osallisuus, osallistuminen ja vertaistuki

Osallisuus tarkoittaa yksilön kokemusta siitä, että hän kuuluu johonkin ja että hänen ajatuksillaan ja toiminnallaan on merkitystä. Ensi- ja turvakotien liiton toiminnalle osallisuus on keskeinen käsite. Ensi- ja turvakotien liiton tavoite edistää perheiden ja yksilöiden hyvinvointia ei olisi mahdollinen ilman osallisuutta, sillä osallisuuden vastakohta on osattomuus, tunne siitä, että on merkityksetön ja vailla mahdollisuuksia vaikuttaa. Ensi- ja turvakotien liiton ajatuksena on myös, että osallisuus on ennen kaikkea yksilön kokemuksessa. Siihen vaikuttavat yksilön oma kiinnostus ja tahto, kuin myös työntekijöiden toiminta sekä ulkoiset vaikuttimet. Osallisuuden kokemus on aina tilannesidonnaista. Edellytyksiä osallisuuden kokemiselle ovat kuulluksi tuleminen, halu vaikuttaa ja mahdollisuus olla osa yhteisöä. (Meriluoto & Marila-Penttinen 2015, 7-8.)

Osallisuus ja **osallistuminen** ruokkivat toisiaan. Tunne osallisuudesta on usein edellytys osallistumiselle, sillä yksilön tahto osallistua voimistuu, kun koee yhteisössä oman mielipiteensä arvokkaaksi. Osallistuminen tuo kuitenkin myös osallisuuden tun-

teen, kun yhteisöön tullessaan huomaa yksilö omien mielipiteidensä vaikutukset. Osallisuus ja osallistuminen ovat näin erottamattomat. (Meriluoto & Marila-Penttinen 2015, 8-9.)



Kuvio 1. Osallistumisen vaikutus osallisuuden kokemukseen (Meriluoto & Marila-Penttinen 2015, 9).

Tärkeintä osallisuuden tukemisessa on se, että yhteisön jäsenille luodaan mahdollisuuksia. Osallistumista on monenlaista, yksi haluaa toimia, toinen kuunnella ja kolmas keskustella. Osallistuminen ei saa olla pakotettua, vaan sen on perustuttava vapaaehtoisuuteen. (Meriluoto & Marila-Penttinen 2015, 9.) Ensikoti Pinjan yhteisöiltä on hyvä esimerkki tarjotusta mahdollisuudesta, joka toimiessaan luo osallistumista ja osallisuuden tunnetta yhteisölle.

Vertaistuki on tuen muoto, jota voi antaa vain vastaavan kokemuksen läpikäynyt tuen tarjoaja. Vertaistuki voi tapahtua kahden kesken tai ryhmässä. Vertaistuella on usein huomattava apu tilanteeseen, jossa ihminen kaipaa tukea, ymmärrystä ja myötätuntoa. Tunteensa ja kokemuksensa saa jakaa vapaasti, mutta myös konkreettiset vinkit arkeen voivat auttaa. Vertaistuen kautta ihminen tulee tietoiseksi siitä, ettei hän

ole ainoa kokemustensa ja tunteidensa kanssa. Samanaikaisesti voi olla tukea saava ja tukea antava osapuoli. Vertaistuesssa tärkeää on luottamus ja vastavuoroisuus. Parhaimmillaan vertaistuki voimaannuttaa yksilöä ja yhteisöä. (Karila-Hietala ym. 2017, 96-97.)

Niin nykyiset kuin entiset Ensikoti Pinjan asiakkaat voivat saada toinen toisiltaan korjaavaa, ja turvallista vuorovaikutusta. Hyvä vertaistukiryhmä voi antaa helpotusta ahdistukseen ja muihin vaikeisiin tunnetiloihin. (Meriluoto & Marila-Penttinen 2015, 30.) Yhteisöiltojen tarkoitus on luoda vertaistuen mahdollisuus niin nykyisille kuin entisille asiakkaille. Entiset asiakkaat saavat mahdollisuuden muistella Ensikoti Pinjassa viettämänsä aikaa ohjaajien kanssa, ja tavata muita kuntoutujia. Nykyiset asiakkaat voivat nähdä entisissä asiakkaissa, miten Ensikoti Pinja voi auttaa saamaan päihitteetön elämän, ja kuinka tärkeäksi paikaksi Pinja voi muodostua.

3.4 Vanhemmuuteen kasvu, kiintymyssuhde ja varhainen vuorovaikutus

Käsitteet vanhemmuuteen kasvu, kiintymyssuhde ja varhainen vuorovaikutus ovat olennainen osa Ensikoti Pinjan kuntoutusprosessia. Ei riitä, että tullessaan Ensikoti Pinjaan vanhempi jättää huumeet ja alkoholin elämästään. Kuntoutujan on kasvettava kohti empaattista aikuisuutta ja vanhemmuutta. Yhteisön avulla yritetään ehkäistä haitallisten vuorovaikutusmallien siirtyminen vanhemman ja lapsen välille. (Pidä kiinni 2018.)

Vanhemmuuteen kasvaminen vaatii joustoa. Vanhemmilla on usein ennakkokäsityksiä tulevasta vauvasta. Mielikuvat kohtaavat todellisuuden, kun vauva syntyy ja alkaa tutustuminen ja yhteenliittyminen vauvan ja vanhemman välille. Jos vanhempi ei pysty irrottautumaan ennakkokäsityksistä, voi vauvan viestien lukeminen olla haastavaa. Vauvojen ei-kielellinen viestintä on erilaista, ja vanhemman on opeteltava oman lapsensa viestit ja niiden merkitys. Tähän vaikuttaa temperamentti, joka on jokaisella vauvalla erilainen. (Salo 2003, 51-52.)

Temperamentti tarkoittaa sitä, miten jokainen reagoi eri tavalla ja eri nopeudella uusiin, yllättäviin tilanteisiin. Reagointi on hermostollista, ja se näkyy muun muassa vauvan nukkumisessa, rauhoittumisessa ja aktiivisuudessa. Vauvalla ei ole muuta mahdollisuutta, kuin toimia temperamenttinsa vaatimalla tavalla. Jos vauva on temperamentiltaan vaativa, voivat vanhemmat tarvita vanhemmuuteen kasvussa enemmän tukea, ohjausta ja neuvoja. (Salo 2003, 51-52.)

Vanhemmuus on koko elämän mittainen ja alati muuttuva rooli ihmisen elämässä. Rooli on peruuttamaton, ja siinä pärjääminen vaatii niin sisäisiä kuin ulkoisia voimavaroja. Sisäisiin voimavaroihin luokitellaan tieto siitä, miten lapsi kasvaa ja kehittyy, sekä kyky vuorovaikutukseen lapsen kanssa. Ammattiapu ja sosiaalinen verkosto ovat ulkoisia voimavaroja, joita yhteisöiltojen on tarkoitus vahvistaa. Vanhemmuus ei tule koskaan valmiiksi. Vanhemmat, jotka osallistuvat Ensikoti Pinjan yhteisöiltoihin, ovat erityisen herkässä asemassa vanhemmuuteen kasvussaan. Päihderiippuvuus on vanhemmuuden riskitekijä, joka uhkaa lapsen hyvinvointia. Riskitekijät eivät kuitenkaan poista sitä, että pääsääntöisesti kaikki vanhemmat haluavat hyvän elämän omalle lapselleen. Hyvän tahtominen ja siihen pyrkiminen on voimavara koko perheelle, jota on syytä vahvistaa. (Järvinen ym. 2012, 124-127.) Yhteisöillat voivat toimia perheille voimavarana, joka vahvistaa vanhemmuuteen kasvua myös kuntoutuksen jälkeen.

Kiintymyssuhde on ihmisen elämän ensimmäinen emotionaalinen ihmissuhde (Salo 2003, 45). Sitä kuvataan ihmissuhteiden punaisena lankana. 1960-luvulla John Bowlby kehitti kiintymyssuhdeteorian. Tämän teorian mukaan lapsuuden kiintymyssuhde määrittelee ihmisen kiintymyssuhteita ihmissuhteissa myös lapsuuden jälkeen. Kiintymyssuhteet jaotellaan turvalliseen ja turvattomaan. Turvallisessa kiintymyssuhteessa yksilö ei epäröi kiintyä toisiin ihmisiin, ja turvan hakeminen muista onnistuu tarvittaessa. Turvattomassa kiintymyssuhteessa kasvanut ihminen saattaa pelätä ja vältellä ihmissuhteita, mutta myös käyttäytyä ristiriitaisesti takertumalla muihin. Kiintymyssuhteet voivat muuttua elämän myötä, jos aikuisiällä saadut positiiviset kokemukset ovat riittäviä korjaamaan lapsuuden tekemät vauriot. (Karila-Hietala ym. 2017, 91.) Varhaisesta kiintymyssuhdehäiriöstä puhutaan, kun äiti on kykenemätön

huolehtimaan elintavoistaan raskauden aikana, tai ei valmistaudu lapsen syntymään. Laiminlyönti voi olla tupakointi tai muu päihteiden käyttö raskauden aikana. Tällöin taustalla voi piillä kyvyttömyys tai haluttomuus vanhemmuuteen. (Kalland 2001, 200.)

Varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhde ovat toisiinsa yhteydessä. Varhainen vuorovaikutus vahvistaa kiintymyssuhdetta, ja alkaa jo raskausaikana. Vanhemmat luovat tulevasta lapsesta mielikuvia, jotka voivat olla tulevaa vuorovaikutussuhdetta eheyttäviä tai vääristäviä. Varhainen vuorovaikutus syntyy, kun vanhempi koskettaa, hoivaa, syöttää ja suojelee vauvaansa, ja vauva vastaa näihin viesteihin. Katse, kieli, eleet ja ilmeet ovat erilaisia vuorovaikutuksen keinoja. Vuorovaikutukseen vaikuttavat vanhemman sosiaaliset ja taloudelliset olosuhteet, toisen vanhemman ja läheisten tarjoama tuki, stressinsietokyky ja vanhemman omat lapsuudenkokemukset liittyen varhaiseen vuorovaikutukseen. (Järvinen ym. 2012, 144-145.)

Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen on yksi Ensikoti Pinjan tehtävistä. Lapsen sosiaalinen ja psyykinen kehitys ovat yhteydessä varhaiseen vuorovaikutukseen (Järvinen ym. 2012, 148). Tämän vuoksi varhainen puuttuminen mahdollisiin ongelmiin vuorovaikutuksessa, mieluiten jo odotusvaiheessa, antaa parhaat mahdollisuudet onnistumiselle. Varhaisen vuorovaikutuksen sujuminen koostuu monesta tekijästä, ja yksi merkittävä tekijä on riittävä tuki perheelle (Törrönen 1998, 61). Yhteisöillat voivat olla yksi vastaus varhaisen vuorovaikutuksen tarpeisiin, joita vanhemmat, vauvat ja perheet kohtaavat myös kuntoutusjakson päätyttyä.

Kun vuorovaikutus toimii, lapsi kokee tulevansa ymmärretyksi ja vanhempi saa iloa suhteestaan lapseensa. Tunteet ja tarpeet hyväksytään ja tunnustetaan. Varhainen vuorovaikutus kertoo lapselle, millaisia ihmiset hänen ympärillään ovat, miten ihmissuhteissa käyttäytyään, ja millainen lapsi on suhteessa muihin ihmisiin. (Järvinen ym. 2012, 148-149.)

3.5 Raskausajan päihteiden käyttö ja päihderiippuvuus perheessä

Päihteet ovat aineita, jotka vaikuttavat keskushermostoon, ja joita käytetään niiden psyykkisten vaikutusten vuoksi. Päihteiksi luetellaan muun muassa lailliset alkoholi sekä tupakka. Laittomat huumausaineet, esimerkiksi heroini ja amfetamiini, on korkein oikeus Suomessa luokitellut vaaralliseksi ja niiden käyttö, osto, myynti ja hallussapito on kiellettyä. (Holmberg 2010, 11; Päihdelinkki a & b 2019.)

Päihdeongelma on totuttu näkemään suomalaisessa yhteiskunnassa miesten ongelmana. Tilastoissa miehet ovat olleet edustettuina naisia enemmän, niin käyttäjinä kuin päihdepalveluiden asiakkaana. Naisten päihteidenkäyttö on kuitenkin lisääntynyt. Ilmiö näkyy kuolinsyytilastoissa. (Holmberg 2010, 89.) Vuosina 2005-2008 oli 15-64-vuotiaiden naisten yleisin kuolinsyy alkoholiperäinen sairaus tai myrkytys (Terveys- ja hyvinvoinnin laitos 2009). Naisten osuus alkoholin kokonaiskulutuksesta on kasvanut ja alkoholia käyttävistä naisista noin kymmenen prosenttia juo viikon aikana riskirajan verran tai sitä enemmän (Päihdelinkki c 2019).

Koska naisten päihteiden ja- alkoholinkäyttö on lisääntynyt, niin on myös raskaana olevien naisten päihteiden käyttö. On tärkeää, että yhteiskunnallinen keskustelu aiheesta lisääntyy, sillä lapsen edun nimissä on raskaana olevan naisen päihteiden käyttöön aina puututtava. On arvioitu, että 4-6 % suomalaisista odottajista on päihderiippuvaisia. Tämä vaarantaa vuosittain 6000 syntyvää lasta. (Itäpuisto 2008, 45-47.)

Otan lähempään tarkastelun raskaudenaikaisesta päihteidenkäytöstä alkoholin, sillä se on päihteistä vaarallisin syntyvälle lapselle. Vaikka kaikki riskiryhmään kuuluvat lapset eivät vaurioidu, yksikin humalaan johtava juominen tai säännöllinen mutta vähäinen alkoholinkäyttö raskaana voi aiheuttaa sikiölle pysyvän vaurion. (Itäpuisto 2008, 45-47.) Ensi- ja turvakotien liiton mukaan pelkästään alkoholia käyttäviä äitejä

oli avopalveluissa 24 prosenttia, mutta usein, jopa 70 prosentissa tapauksista, alkoholi oli yksi käytetyistä päihteistä. (Ensi- ja turvakotien liitto a. 2019.)

Raskausajan päihteiden käyttö on riski sikiölle ja synnytykselle. Kun odottava äiti käyttää alkoholia, läpäisee alkoholi istukan, ja kulkeutuu sikiöön. Alkoholia pääsee lapsiveteen sikiön virtsan kautta. Lapsivedestä alkoholi poistuu hitaasti, hitaammin kuin äidin tai sikiön verenkierrosta. (Halmesmäki 2003.) Kun alkoholin nauttimisesta on kulunut viisi minuuttia, on äidin ja sikiön kehossa saman verran etanolia. Runsas alkoholin käyttö raskaana lisää keskenmenon, lapsen sydämen ja luuston epämuodostumien ja infektioiden riskiä. Alkoholi lamauttaa sikiön liikkeitä, ja näin myös aivojen kehitys hidastuu. Keskushermostolliset häiriöt, joita alkoholille altistuminen sikiöaikana aiheuttaa, vaikeuttavat varhaista vuorovaikutusta vauvan synnyttyä. Kattotermi sikiövaurioille, joita alkoholi aiheuttaa, on FASD. Sana tulee englannin kielen sanoista Fetal Alcohol Spectrum Disorders. Lapsia, joilla on fetaalialkoholivaurio, ei aina osata diagnosoida ajoissa, sillä monet raskauden aikana juoneet äidit pyrkivät salaamaan alkoholin käyttönsä. Alkoholin tekemät vauriot näkyvät myös vauvaiän jälkeen, monella on haasteita kielellisessä kehityksessä ja kävelemään oppimisessa, myös käytös- ja oppimishäiriöitä ilmenee. Fetaalialkoholivaurioille ei ole parannuskeinoja. (Halmesmäki 2003; Koponen 2006; Itäpuisto 2008, 47-49.)

Ylisukupolvisuutta eli päihteiden käytön jatkuvuutta isovanhemmilta vanhemmille, ja vanhempien päihteiden käytön yhteyttä lasten ongelmaiseen käyttäytymiseen on tutkittu. Mitä päihteiden käyttöön tulee, vähäistä mutta silti tilastollisesti merkitsevää jatkuvuutta sukupolvelta toiselle on havaittu. Vanhempien päihteiden käyttö ennusti heidän lastensa ongelmakäyttäytymistä. Käytösongelmat voivat olla merkki lapsen päihteiden käytöstä tulevaisuudessa. Isovanhempien päihteiden käytöllä oli myös epäsuora yhteys heidän lastenlastensa käytösongelmiin. On tärkeää pyrkiä katkaisemaan päihteiden käytön ja käytösongelmien ylisukupolvinen kierre. (Bailey, Hill, Oesterle & Hawkins 2006, 273–292.) Ensikoti Pinjassa tehdään korjaavaa sekä ehkäisevää työtä. Korjaavassa työssä autetaan vanhempaa kuntoutumaan ja korjaamaan omia toimintatapojaan. Ehkäisevän työn tarkoitus on auttaa vanhemman ja

vauvan välistä vuorovaikutussuhdetta, jotta voidaan vaikuttaa ylisukupolvisiin ongelmien periytymiseen. (Andersson 2008, 205.) Ensikoti Pinjan yhteisöillat toimivat luonnollisena jatkumona työlle vanhempien ja lasten hyväksi, joka on aloitettu kuntoutuksessa.

Koska päihderiippuvuus on myös ylisukupolvinen ongelma, ja Ensikoti Pinjassa kunnoutuvat vanhemmat muodostavat lapsensa kanssa perheen, on tärkeää tarkastella **päihderiippuvuutta perheessä**. Ensikoti Pinjan asiakkaat ovat saattaneet kasvaa itse kodissa, jossa perheen aikuisilla on päihderiippuvuus. Tämän takia päihderiippuvuuden vaikutukset lapseen ja lapsen näkökulma päihderiippuvuuteen on tärkeä ottaa esiin.

Suomessa on arviolta kymmeniä tuhansia lapsia, jotka kärsivät vanhempiansa alkoholin käytöstä (Itäpuisto 2008, 22). Erityisesti pienet lapset saattavat ajatella vanhempien juomisen ja ongelmien aiheutuvan lapsesta. Usein luullaan, etteivät pienet lapset huomaa aikuisten päihdeongelmia. Todellisuudessa lapsi usein tietää vanhempansa olevan päihteiden käyttäjä. (Holmberg 2010, 80.)

Lapsi myös harvoin hyväksyy vanhempansa juomisen, ja kokee ettei humalainen käytös sovi vanhemmuuden rooliin (Valkonen 2006). Lapsi silti suojelee päihderiippuvaista vanhempaa. Tällainen paine lojaaliuteen ja vanhemmasta huolehtimiseen ei kuulu hyvään, tasapainoiseen lapsuuteen. (Itäpuisto 2001; 2005.) Lapsi tarvitsee apua myös silloin, kun vain toinen perheen vanhemmista on päihderiippuvainen. Ei-riippuvaisen vanhemman voi olla vaikeaa keskittyä lapsen tarpeisiin, kun hänen omat ponnistelunsa päihderiippuvaisen puolisona vievät voimavaroja. Lapsesta saattaa tulla se henkilö, jonka kanssa jaetaan huoli päihteitä käyttävästä vanhemmasta. (Holmberg 2010, 82.)

Jokainen lapsi tarvitsee aikuisen, joka kykenee huolehtimaan arjesta. Jos lapsen lähi-piirissä ilmenee päihteiden käyttöä, lapselle on puhuttava aiheesta totuudenmukai-sesti, hänen kehityksensä ja ikätasonsa huomioiden. Lapsi tarvitsee päihdeperheen ul-kopuolisen tuen, aikuinen tukija voi olla sukulainen, tukihenkilö tai perheen tilan-teesta tietoinen alan ammattilainen. Koko perheellä on oikeus avohuollon tukitoimiin ja tuki- tai sijaisperheeseen. Puuttumalla ajoissa voidaan auttaa koko perhettä selviy-tymään, ja mahdollisesti kääntämään vaikeudet vahvuuksiksi. (Holmberg 2010, 82.)

Perhe ei ole koskaan yksi yhtenäinen yksikkö, jossa kaikki ovat samaa mieltä. Sama pätee perheisiin, joiden vanhemmat kuntoutuvat päihderiippuvuudesta. Kun mieti-tään päihderiippuvuutta perheessä ja lapsen näkökulmaa, on huomioitava, että lapsen kokemukset eivät välttämättä vastaa aikuisten kokemuksia. (Itäpuisto 2019.) Ensikoti Pinjan yhteisöilloissa tavoitteena on, että iltoihin osallistuvat perheet otetaan huomi-oon niin yksikkönä, kuin myös yksilöinä. Kaikki tekeminen, kuten ohjattu askartelu ja keskustelut, on vapaaehtoista. Myös Ensikoti Pinjan nykyisille asiakkaille osallistumi-nen yhteisöiltoihin on vapaaehtoista. Vaikka ilta järjestetään yhteisissä tiloissa, voivat Pinjan nykyiset asiakkaat olla osallistumatta, sillä jokaisella on oma huone Ensikoti Pinjan tiloissa. Se, mikä on mukavaa yhdelle, saattaa olla epämiellyttävää toiselle. Vaikka päihderiippuvaisten vanhempien taustat olisivatkin samankaltaiset, on jokai-sen perheen ja perheenjäsenen kokemukset aina huomioitava yksilöllisesti.

4 KEHITTÄMISTYÖN MENETELMÄT

Kehittämisen kohde opinnäytetyössäni oli Ensikoti Pinjan yhteisöillat. Valitsemillani menetelmillä selvitin asiakkaiden eli nykyisten ja entisten Ensikoti Pinjan asukkaiden kokemuksia ja toiveita liittyen yhteisöiltoihin. Valitsin kehittämistyöni menetelmiksi osallistuvan havainnoinnin, kyselyn ja benchmarkingin. Käsittelen menetelmiä kronologisessa järjestyksessä eli siinä järjestyksessä, missä ne suoritin. Osallistuvan havainnoinnin aloitin toukokuussa, ja päätin sen elokuussa. Kyselyt entisille ja nykyisille asiakkaille annettiin, ja vastaukset saatiin, elokuun aikana. Benchmarking-haastattelut suoritin syyskuun lopulla.

4.1 Osallistuva havainnointi

Kun tutkija on itse osallistujana läsnä tutkimustilanteessa, puhutaan osallistuvasta havainnoinnista. Etuna osallistuvan havainnoinnin menetelmässä on se, että tutkittavan ilmiön olemukseen pääsee sisälle, vaikka ei olisi jäsen tutkittavassa yhteisössä. Mitä tutumpi yhteisö tutkittavalle on, sitä vähemmällä tutustumisella ilmiöön tutkija pääsee. Liika tuttuus voi kehittyä tutkijalle myös ongelmalliseksi. Kun tutkittavan ilmiön jäsenet tuntevat tutkijan entuudestaan, voivat tutkittavat käyttäytyä epäaidosti tutkijan läsnä ollessa. Tutkittava voi käyttäytyä tutkijan kanssa tuttavallisemmin ja avoimemmin, kuin hän normaalisti käyttäytyisi vastaavassa tilanteessa. (Kananen 2015, 137-138.)

Koska olin tehnyt Ensikoti Pinjaan kehittävän harjoitteluni, olin jo tuttu suurimmalle osalle Ensikoti Pinjan nykyisistä asiakkaista. Jotkut nykyisistä asiakkaista olivat uusia, ja osa minulle tutuksi tulleista oli lähtenyt Pinjasta sitten harjoitteluni. Entiset Pinjan asiakkaat, jotka osallistuivat yhteisöiltoihin, olivat kaikki minulle uusia tuttavuuksia yhtä vanhempaa lukuun ottamatta.

Osallistuvan havainnoinnin menetelmän käytössä oli etua siitä, että Ensikoti Pinjan tilat ja työntekijät sekä osa yhteisöillan osallistujista, eli osa kävijöistä ja henkilökunnasta, olivat tuttuja. Pystyin keskittymään menetelmän toteuttamiseen eli havainnointiin. Koska ympäristö ja osa iltojen osallistujista olivat tuttuja entuudestaan, haitaksi olisi voinut muodostua liika olettaminen tilanteiden tulkinnassa. Otin tämän huomioon havainnoinnissani ja pyrin näkemään tilanteet puolueettoman tutkijan silmin.

Osallistava havainnointi on tavanomainen tapa havainnoida ihmisen toimintaa. Se kertoo paljon tutkittavasta suhteessa tutkijaan, ja myös tutkittavasta yksilönä sekä yhteisönä jäsenenä. Tutkija saa myös havainnoimalla tietoa yhteisön sosiaalisista ja kulttuurisista piirteistä. (Vilka 2015, 142-143.)

Kun puhutaan havainnoinnin muodosta, Grönforsin (2001, 131) mukaan paras tapa on, kun tutkija osallistuu yhteisön elämään ja tarkkailee näin yhteisön toimintatapoja. Itse koin tämän myös parhaaksi tavaksi osallistuen havainnoida yhteisöiltoja. Havainnoin yhteensä neljää yhteisöiltaa. Jokainen havainnointi kesti kaksi tuntia. Osallistuin iltoihin kuin kuka tahansa työntekijä tai opiskelija, kirjoittaen samalla havaintojani ja muistiinpanojani iltojen aikana ja niiden jälkeen. Kerroin aina osallistujille illan aluksi, erityisesti uusille osallistujille, kuka olen ja miksi teen muistiinpanoja. Kerroin tekeväni yhteisöilloista opinnäytetyötä, ja että tarkoitus on kehittää iltoja. Vakuutin jokaiselle vanhemmalle, että havainnointi tapahtuu täysin anonyymisti, eli mitään tunnistettavaa heistä, kuten nimiä, en kirjaa ylös.

Havaintoni kirjasin käsin paperille. Harkitsin siirtymistä kannettavalla tietokoneella kirjoittamiseen, mutta päätin pysyä käsillä kirjoittamisessa siitä käytännön syystä, että tietokoneella kirjoittamisesta lähtee huomattavan kova ääni. Tämä ei olisi palvellut pyrkimystäni havainnoida niin, ettei se häiritse yhteisön toimintaa. Jälkikäteen ajateltuna käyttäisin havainnointikaaviota pelkän havainnointipäiväkirjan sijaan osallistavassa havainnoinnissa. Kaavion käyttö olisi helpottanut opinnäytetyöprosessia ja karasinut osan turhasta tiedosta.

Osallistuva havainnointi on Grönforsin (2001, 129.) mukaan työläs ja aikaa vievä prosessi. Olen samaa mieltä Grönforsin kanssa siitä, että menetelmä vaatii tutkijalta sitoutumista ja työtunteja mahdollisesti muita menetelmiä enemmän. Havaintojen kirjaaminen voi olla haastavaa, sillä tutkija saattaa jättää jotain arvokasta huomioimatta tai tulkita tilanteita väärin. Koen silti, että osallistuva havainnointi tarjosi paljon arvokasta tietoa, jota muilla menetelmillä en olisi voinut kerätä. Tätä tietoa analysoin opinäytetyöni seuraavassa luvussa.

4.2 Kysely

Kysely on perinteinen tapa kerätä tutkimusaineistoa. Nykyaikana kyselylomakkeen mahdollisuudet ovat monet, mutta itse päätin käyttää perinteistä paperilomaketta Pinjan nykyisille asiakkaille. (Valli 2015, 84.) Entisille asiakkaille kysymykset (Liite 1) lähetettiin Whatsapp-sovelluksen kautta. Idea Whatsapp-sovelluksen käytöstä lähti tilaajalta, sillä Ensikoti Pinjassa se on toimivaksi havaittu kommunikaatiokeino entisten, ja nykyisten, asiakkaiden kanssa.

Keskustelimme tilaajan kanssa kyselylomakkeista ja ideoimme valmiin lopputuloksen yhdessä etukäteen suunnittelemini kysymysten pohjalta. Päädyimme käyttämään ainoastaan avoimia kysymyksiä. Avoimien kysymysten etu on Foddyn (1995, 128) mukaan siinä, että ne antavat vastaajille mahdollisuuden ilmaista itseään omin sanoin. Avoimet kysymykset myös osoittavat, mikä on vastaajalle tärkeää ja mitä tunteita vastaajalla on asiaan liittyen. (Foddy 1995, 128.) Vaikka avoimien kysymysten vastauksia on vaikea käsitellä, (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 196) on se tärkeää, jotta saan selvitettyä, miten entiset ja nykyiset Pinjan asiakkaat aidosti kokevat yhteisöillat.

Laitoin molempiin kyselyihin lyhyen saatetekstin: ”Iltoja on nyt vietetty neljä, ja haluamme tietää miten voisimme kehittää niitä tulevaisuudessa. Vastaukset pidetään anonyymeinä. Kyselyn tuloksia voidaan käyttää Julia Kiven opinnäytetyössä, joka käsittelee Pinjata-iltoja. Kiitos vastauksesta jo etukäteen.”

Entisille Ensikoti Pinjan asiakkaille, jotka olivat osallistuneet yhteisöiltoihin, lähtivät seuraavat kysymykset:

1. Mikä illoissa oli onnistunutta?
2. Mitä muuttaisit illoissa tai haluaisit lisätä niihin? Onko sinulla ideaa, jolla kävijät voisi saada osallistumaan ja viihtymään?
3. Onko sinulla kokemus tai muisto jostain Pinjata-illasta, jonka haluaisit kertoa?

Ensikoti Pinjan nykyisille asiakkaille annettiin kaikille kysymyslomake (Liite 2), olivat he osallistuneet iltaan tai eivät. Osa kysymyksiin vastanneista täytti lomakkeen itsenäisesti ja osa täytti lomakkeen ohjaajan avustuksella. Sitä, olivatko he osallistuneet iltoihin, kysyttiin lomakkeessa heti saatetekstin jälkeen. Muut nykyisille asiakkaille menneet kysymykset menivät näin:

1. Jos olet osallistunut, mikä illoissa oli onnistunutta? Mitä muuttaisit illoissa?
2. Jos et ole aikaisemmin osallistunut, onko sinulla ehdotusta tai ideaa, jolla voisimme kehittää Pinjata-iltoja? Mikä saisi sinut osallistumaan tai viihtymään.

Yhteisöiltoihin osallistui 10 entistä Ensikoti Pinjan asiakasta, joista kaikille lähetettiin kysely Whatsapp-sovelluksen kautta. Vastajia oli neljä. Kaikki Ensikoti Pinjan nykyiset asiakkaat vastasivat kyselyyn, eli heiltä vastauksia tuli seitsemän. Sain siis kyselyihin vastauksia yhteensä 11 (n=11). Vaikka entisten ja nykyisten Ensikoti Pinjan asiakkaiden kyselylomakkeiden kysymykset poikkesivat hieman toisistaan, kysyttiin lomakkeissa pääpiirteittäin samoja asioita. Kaikki kysymykset pyrkivät saamaan vastauksen tutkimuskysymyksiini: Millaisena Pinjan asiakkaat kokivat yhteisöillat? Millaisena

Pinjan entiset asiakkaat kokivat yhteisöillat ja mitä nykyiset/entiset asiakkaat toivovat yhteisöilloilta? Tästä johtuen käsittelen seuraavassa pääluvussa kyselyiden vastausten tulokset yhtenä ryhmänä.

Kyselylomakkeet, jotka lähetettiin Ensikoti Pinjan entisille asiakkaille, lähetettiin ohjaajan toimesta Whatsapp-viesteillä Ensikodin puhelimesta. Tämän vuoksi en voinut halutessani lähettää muistutusviestejä kyselyistä, jotta olisin saanut enemmän vastauksia Pinjan entisiltä asiakkailta. Ehdotin tilaajalle muistutusviestien laittoa ja arvonnän järjestämistä vastanneiden kesken. Tilaajan mielipide oli, että ne, jotka eivät vastaa kyselyihin, eivät vastaa palkinnon toivossakaan. Tilaajan kanssa pohdimme, että liiallinen kyselyistä muistuttaminen saattaisi tuoda kävijöille epämukavan olon ja tunteen siitä, ettei osallistuminen olekaan niin vapaaehtoista kuin he luulivat. Päätimme yhdessä tilaajan kanssa tyytyä saamiimme kyselyvastauksiin.

4.3 Benchmarking

Benchmarking eli vertaisarviointi on menetelmä, jossa tutkitaan vertailukohdetta tai kohteita, ja otetaan käyttöön niiden hyväksi havaittuja tapoja toimia. Benchmarking pohjautuu siihen oletukseen, että tutkija on kiinnostunut siitä, miten toisissa organisaatioissa toimitaan ja menestytään. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2014, 186.) Etsin mahdollisia kohteita Ensi- ja turvakotien liiton nettisivuilta, sillä halusin benchmarking-kohteideni edustavan samoja arvoja ja lähtökohtia, kuin Ensikoti Pinjan. Näitä arvoja ovat osallisuus, turvallisuus, oikeudenmukaisuus, inhimillisyys ja rohkeus (Ensi- ja turvakotien liiton strategia 2016-2019). Tutustuin kohteisiin nettisivujen avulla ennen haastatteluja saadakseni tarvittavat yhteystiedot, mutta en ottanut nettisivuilta saamaani tietoa osaksi benchmarking-menetelmää.

Päädyin neljään kohteeseen: Erovertaiskahvilatoiminta Iisalmessa, Jyväskylässä, Kokkolassa ja Raisiossa. Ennen benchmarking-haastatteluja laadin haastattelukysymykset, jotka oli muotoiltu opinnäytetyöni tutkimuskysymyksiin nojaten. Kysymykset

(Liite 3) liittyivät toiminnan saamaan palautteeseen, toiminnan kehittämiseen ja kohdattuihin mahdollisiin haasteisiin. Tein haastattelut puhelimitse ja kirjoitin muistiinpanoja haastateltujen vastauksista puhelujen aikana. Vaikka erovertaiskahvilatoiminnan käyttäminen benchmarkingin kohteena osoittautui onnistuneeksi ideaksi, haastattelin jälkikäteen ajateltuna muitakin kohteita, kuin erovertaiskahvilatoimintaa. Syitä tähän pohdin seuraavassa luvussa, jossa kerron menetelmieni tuloksista ja niiden analysoinnista.

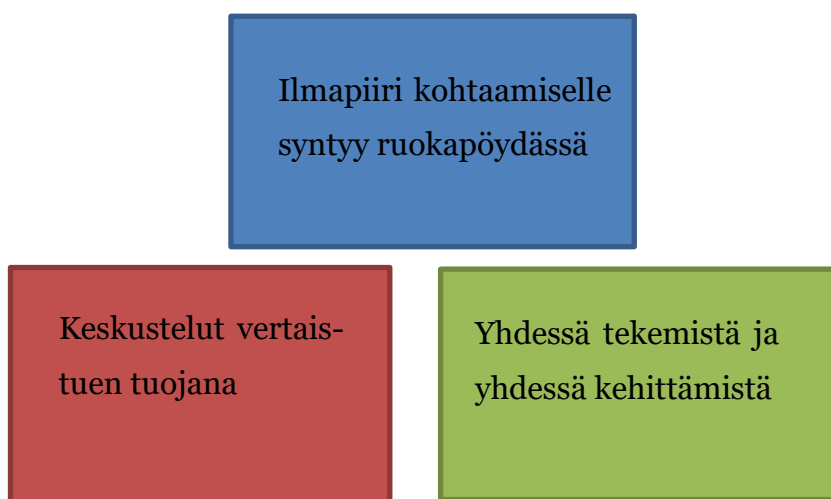
5 MENETELMIEN TULOKSET JA ANALYSOINTI

Analysoin saamani tulokset teemoittain. Teemoittelu on analyysimenetelmä, jossa tutkija pyrkii hahmottamaan tuloksista erilaisia aihepiirejä, eli teemoja (Koppa 2016). Aloitin benchmarkingista, sillä alan työntekijöiden antamista vastauksista löytyi selkeitä yhtäläisyyksiä ja teemoja. Kuten menetelmät-luvussa mainitsin, jälkikäteen ajateltuna benchmarking-menetelmään olisi kannattanut ottaa muitakin kohteita, kuin erovertaiskahvilatoimintaa. Benchmarking-kohteideni suurimmat haasteet olivat toiminnan markkinointi ja asiakkaiden löytäminen. Tämä eroaa suuresti yhteisöilloista, joka ei markkinoi toimintaansa yleisesti. Yhteisöiltojen asiakkaat ovat helposti tavoitettavissa, sillä toiminta on tarkoitettu vain ja ainoastaan Ensikoti Pinjan entisille ja nykyisille asiakkaille.

Olin jo benchmarking-haastattelujen aikana kirjoittanut ylös haastateltavien vastaukset, ja nämä vastaukset kävin läpi yksi kerrallaan. Etsin yhteneväisyyksiä eli uudestaan toistuvia sanoja ja lauseita haastateltavien vastauksissa. Laadin otsikot yleisimmille teemoille, joita vastauksissa ilmeni. Toistin saman prosessin uudelleen kyselylomakkeiden vastauksille. Kaikki kyselylomakkeiden kysymykset olivat avoimia kysymyksiä, joten vastaukset olivat hyvin analysoitavissa teemoittelun keinoin.

Osallistavan havainnoinnin pohjalta tekemäni havainnointipäiväkirjani teemoittelu osoittautui hankalammaksi. Havainnointikertoja oli yhteensä neljä, joten analysoitavaa tekstiä oli kertynyt paljon. Olin myös havainnoinut ja kirjannut yhteisöilloista ylös asioita, joita en vielä menetelmää käyttäessäni nähnyt epäolennaisena. Teemoittelun myötä näin, kuinka paljon tekstissä esiintyi havaintoja, joilla ei ollut juurikaan merkitystä. Suuresta määrästä tekstiä oli haastavaa etsiä olennaiset tapahtumat ja aiheet kategorioiksi. Jälkeenpäin ajateltuna tekisin ensimmäisen havainnointikerran jälkeen havainnointipäiväkirjan pohjalta taulukon, jota täyttäisin havaintojen perusteella seuraavilla kerroilla. Tämä olisi helpottanut aineiston teemoittelua.

Kun olin löytänyt kaikista menetelmistä omat teemansa, aloin tarkastella, mitä yhtäläisyyksiä teemoilla oli, ja mitkä asiat nousivat eniten esille kaikissa menetelmissä. Koska aihepiirejä oli monta, yhdistin jotkut otsikot toisiinsa, jos aineistossa esiin tullut määrä ja aiheen samankaltaisuus vastasivat toisiaan. Kaikki teemat eivät olleet yhtä yleisiä kaikkien menetelmien kohdalla, mutta jokainen aihepiiri tuli esille kaikissa menetelmissä. Aineistosta nousi esille kolme teemaa, jotka ovat ilmapiiri kohtaamiselle syntyä ruokapöydässä, keskustelut vertaistuen tuojana ja yhdessä tekemistä ja yhdessä kehittämistä.



Kuvio 2. Aineistosta nousseet teemat.

5.1 Ilmapiiri kohtaamiselle syntyä ruokapöydässä

Yhteiset ruokailuhetket lähentävät ihmisiä. Ruoan ääressä toisen kohtaaminen on luontevampaa. Tutustuminen uuteen ihmiseen tai ystävän kanssa kuulumisten vaihtaminen saa rinnalleen tekemisen, joka tuo mielihyvää. Ruokaileminen yhdessä on myös arjen taitojen opettelua. Kynnys mukaan lähtemiselle madaltuu, kun asettumalla yhteisesti ruoan ääreen on mukana osallistujana yhteisessä toiminnassa. Yhteinen ruokailu on merkityksellistä, vapaamuotoista ja yhteisöllisyyttä lisäävää. (Laurila 2009.)

Tietoperustan yhteisö ja yhteisöhoito-luvussa mainittu kohtaamisen tärkeys yhteisöllisyyden tuojana korostui myös tuloksissa, erityisesti benchmarking-haastatteluissa. Kohtaamiseen panostetaan ja hyväksyvän ilmapiirin merkitys ja tärkeys tunnustetaan. Haastatteluista kävi ilmi, että se, että kävijä voi olla oma itsensä ja osallistua niin paljon tai vähän kuin haluaa, on merkityksellistä. Asiakkaille tarjottu ruoka, sen esillepano ja tilojen viihtyisyys koetaan myös tärkeäksi. Yhdessä syöminen haastattelujen perusteella rentouttaa ja vapauttaa asiakkaita. Kävijät saavat ruoasta ja jaetusta ruokahetkestä henkistä ja fyysistä hyvää.

Osallistuvan havainnoinnin menetelmä tukee näitä väitteitä. Tarjoilut olivat mieluisia, ja moni yhteisöiltojen kävijä pysyi siellä, missä tarjoilut sijaitsivat. Jaetun ruoan äärellä tapahtuivat keskustelut ja kohtaamiset niin toisten asiakkaiden, kuin asiakkaiden ja ohjaajien välillä. Myös kyselyn perusteella ruoka oli kävijöille tärkeässä asemassa (n=5). Hyvästä ruoasta annettiin kiitosta (n=4), ja se mainittiin myös houkuttelevana syynä iltoihin osallistumiselle (n=1). Myös rento ilmapiiri (n=2) ja ulkona vietetty aika (n=2) mainittiin positiivisiksi asioiksi. Itse järjestelyt ja se, että iltaa ylipäättään järjestetään, saivat kehuja (n=3).

Ulkona oleminen positiivisena tekijänä näkyi myös osallistavan havainnoinnin kautta. Yhteisöilloissa oltiin ulkona sään salliessa, vain yhtenä havainnointikertana iltaa vietettiin kokonaan sisätiloissa. Ulkona sisäpihalla oli mukavia terassituoleja ja pöytä tarjottaville. Lämpiminä päivinä maassa oli huopa istumista varten. Ulkona oleminen toi rentoa tunnelmaa. Lapsilla oli enemmän tilaa leikille, ja näin aikuisetkin pääsivät keskustelemaan enemmän keskenään. Aurinko oli joillekin, erityisesti raskaana oleville, tukala kesäpäivänä. Näinä päivinä olisi ollut tarvetta siirtää tarjottavat, ja näin myös oleskelutila, varjoon. Tämän, ja muut konkreettiset käytännön vinkit iltojen kehittämiseen, jotka menetelmien kautta tulivat ilmi, sisällytän idealistan muodossa tulevaan tuotokseen.

Osallistavan havainnoinnin yhteydessä huomasin myös, että eräs asiakas kommentoi sisätiloissa pöytäjärjestystä. Pöytäjärjestys oli uusi, ruokailutila oli pistetty eri tavalla,

asiakkaan sanoin ”kuppikunnittain”. Yhden suuren pöydän sijaan oli käytössä useampi pieni pöytäryhmä. Tämä vähensi havaintoni mukaan yhteisöllisyyttä, kun tarjoilusta nauttineet asiakkaat eivät päässeet keskustelemaan keskenään yhtä vaivattomasti. Benchmarking-haastattelujen perusteella tarjoilujen lisäksi myös tilan viihtyisyys vaikuttaa. Tilan mukavuuden tärkeyttä korostettiin, ja sitä että tilat sijaitsevat paikassa, johon asiakkaiden on helppo tulla ja löytää.

5.2 Keskustelut vertaistuen tuojana

Kun ihmisen oma tilanne on haastava, on monella toive saada puhua asiasta jonkun samaa kokeneen kanssa. Tämä antaa toivoa ja luo käsityksen siitä, miltä oma tulevaisuus voi näyttää. Kun yhdistyksen toimintaan tuodaan entinen asiakas mukaan, voi nykyinen asiakas kokea käytyjen keskustelujen ja jaettujen kokemusten kautta, että hänelläkin on mahdollisuus joskus auttaa toisia, ja olla vertaistukena. (Meriluoto & Marila-Penttinen 2015, 62.)

Keskustelujen, ystävien näkemisen ja vertaistuen tärkeys korostui eniten kaikista teemoista, jokaisen menetelmän kohdalla vertaisten kanssa käydyt keskustelut ja siitä saatu vertaistuki ja sen tärkeys tulivat esille. Benchmarking-haastatteluissa mainittiin kävijöiden arjen verkostojen vahvistuneen, kun he ovat saaneet samassa elämäntilanteessa olevia keskustelukumppaneita. Jotkut ryhmissä toisensa tavanneet ovat saaneet toisistaan niin hyviä ystäviä, että he tapaavat ja antavat toisilleen vertaistukea myös ryhmän ulkopuolella. Tämä tukee tietoperustassa mainittua vertaistuen määritelmää: parhaimmillaan vertaistuella, jossa luottamus ja vastavuoroisuus ovat läsnä, on voimaannuttava vaikutus. Ystävien näkeminen mainittiin useasti myös kyselyiden vastauksissa (n=5). Seuraavaksi otteita yhteisöilloissa käyneiden vastauksista kyselyihin. Vastauksissa korostuu muiden asiakkaiden näkeminen, vertaistuki ja yhdessäolo.

(--) On ollut ihanaa, kun on tullut paljon porukkaa ja nähnyt pitkästä ajasta tärkeitä ihmisiä ja vielä samalla kertaa! *(--)* Hauskaa muistella menneitä juttuja (Kyselyyn vastannut kävijä).

Kivaa on illoissa se, kun saa nähdä vanhoja asiakkaita ja myös muistutusta siitä, miten pitkälle on itse päässyt (Kyselyyn vastannut kävijä).

Uudet toipuvat äidit tarvitsevat konkreettisesti uskoa siihen, että tästä ovat muutkin selvinneet, se on mahdollista. Siksi on hyvä idea ollut perustaa nämä illat! (Kyselyyn vastannut kävijä).

Keskustelun tärkeys näkyi osallistavan havainnoinnin menetelmässä mahdollisesti eniten kaikista käytetyistä menetelmistä. Keskustelut työstä, opiskelusta ja tulevaisuuden haaveista olivat yleisiä. Keskustelut liittyivät myös lapsiin, lapsiperhearjen haasteisiin ja kasvatukseen. Lapsiin liittyvissä keskusteluissa, erityisesti asiakkaiden ja ohjaajien välillä, katsottiin usein lasten kuvia ja videoita lapsista asiakkaiden puhelimilta. Keskustelut käsittelivät myös paljon haastavia aiheita, kuten asiakkaiden terveydentilaa, päihteidenkäyttöä, menneisyyttä ja hankalia ihmissuhteita muun muassa perheenjäseniin.

On hyvä pohtia päihteiden käytölle syitä, sillä ei kukaan lapsi haaveile siitä että olis isona narkkari (Kävijän kommentti yhteisöillassa).

Yksi keskustelunaihe nousi osallistavan havainnoinnin tuloksista ylitse muiden. Yhteisöillan kävijöiden yleisin puheenaihe oli Ensikoti Pinja. Moni muisteli elämäänsä Pinjan asiakkaana ja vertasi nykyistä elämäänsä Pinjassa vietettyyn aikaan. Asiakkaat kokivat Ensikoti Pinjan tehneen muutoksen heidän elämässään ja osa kaipasi Pinjan tapoja ja rutiineja. Samoissa keskusteluissa kävijöiltä tuli myös kommentteja yhteisöilloista, ja sen hyödyllisyydestä ja iltojen tuottamasta ilosta.

Seuraavan kuvion lauseet ovat yhteisöiltojen kävijöiden sanomia kommentteja tai tekemiäni havainnointoja Ensikoti Pinjasta ja yhteisöilloista. Kuten menetelmät-luvussa kerroin, kävijöille kerrottiin illoissa, että havainnoin iltoja opinnäytetyötäni varten ja kerään illoista materiaalia opinnäytetyöhöni. Yhteisöiltoja koskevat kommentit ovat sinisten pallojen sisällä ja Ensikoti Pinjaa koskevat kommentit löytyvät punaisten pallojen sisältä.



Kuvio 3. Otteita osallistavan havainnoinnin kautta kerätyistä kommentteista ja tilanteista yhteisöiltojen aikana koskien yhteisöiltoja ja Ensikoti Pinjaa.

5.3 Yhteistä tekemistä ja yhdessä kehittämistä

Osallistavassa havainnoinnissa yhteisen tekemisen ja lapsille suunnattujen aktiviteettien suosio näkyi. Neljästä havainnointikerrasta kahdessa yhteisöillassa oli tekemistä joko lapsille tai lapsille ja vanhemmille. Ensimmäisessä yhteisöillassa toukokuussa oli Ensikoti Pinjan opiskelijaharjoittelijoiden ohjaama äitienpäiväkorttiaskartelua. Kuusi aikuista ja kaikki Pinjan entisten asiakkaiden lapset osallistuivat askarteluun. Opiskelijat olivat askarteluissa suuri apu, havaintojeni perusteella askarteluhetki ei olisi sujunut ilman heitä. Toisella havainnointikerralla kesäkuussa yhteisöillassa oli lapsille saippuakuplia ulkoleikkeihin. Tämä oli havaintopäiväkirjassani mainittu mieluisaksi tekemiseksi, joka oli niin lasten kuin aikuistenkin mieleen. Saippuakuplat ja opiskelijoiden tai vapaaehtoisten ohjaamat askarteluhetket ovat aktiviteetteja, joiden jatkamista aion suositella tuotokseni idealistassa. Ne ovat hyvä esimerkki matalan kynnyksen tekemisestä yhdessä lasten kanssa, johon ei tarvita paljon varoja yhdistyksen kassasta tai henkilökunnalta liikaa resursseja valmistelun ja suunnittelun osalta.

Kyselyissä lasten kanssa yhdessäolo (n=1), tekeminen lapsille (n=2) ja yhdessä tekeminen ja yhteishenki (n=3) olivat pidettyjä asioita yhteisöilloissa. Näitä myös toivottiin jatkossa lisää. Asiakkaat myös antoivat ehdotuksia yhteiselle tekemiselle. Toiveita tuli muun muassa musiikkileikkikoulusta, piirustusvälineistä ja vesipyssyistä ulkoleikeissä. Eräs kyselyyn vastaaja toivoi myös vuodenaikoihin sidonnaisia aktiviteetteja, kuten pulkkailua talvella. Eräässä benchmarking-haastattelussa esille tuli myös idea ajoittaisista retkistä, jotka olivat olleet suosittuja. Kyselyissä ja osallistuvassa havainnoinnissa esiin tulleet vanhempien toiveet ja benchmarking-haastatteluissa ilmenneet ideat otetaan huomioon tuotoksen idealistassa.

Yhteisessä kehittämisessä osallisuus tulee toiminnassa parhaiten esille. Asiakkaiden tarpeiden aito huomiointi toiminnassa on todennäköisempää, kun asiakkaiden kokemustieto ja työntekijöiden asiantuntijatieto yhdistetään. Yhteinen kehittäminen saa merkityksensä vain, jos asiakkailla on aito mahdollisuus vaikuttaa toimintaan. Aidosti

yhteinen ideointi ja suunnittelu vaatii reunaehtojen selittämisen koko työryhmälle. On tärkeää tietää, mitkä ovat mahdollisuudet, kun kyse on budjetista, resursseista ja aika-tauluista. Motivaatio kehittämiseen voi laskea, jos asiakas huomaa, että kehitettävä asia on jo päätetty toisaalla. (Meriluoto 2015, 66.) Hyvä hetki yhteiseen kehittämiseen ja palautteen antoon Ensikoti Pinjan asiakkailta ohjaajille voisi löytyä yhteisökokouksista. Entisten asiakkaiden huomioon ottaminen kehittämistyössä on myös tärkeää. Ideoita tähän löytyy tuotoksesta.

Benchmarking-menetelmän kautta tuli esille se, miten paljon muut vertaistukea tarjoavat illat hyödyntävät yhdessä kehittämisen tarjoamia mahdollisuuksia. Haastatteluissa mainittiin, että toiminnan avoimuus on elinehto yhteiselle kehittämiselle. Haastateltavat kokivat hyödylliseksi tavan, että kauden alussa asiakkaat otetaan osaksi kauden suunnittelua. Alkuvuodesta voi suunnitella kevätkauden ja syksyllä loppuvuoden toimintaa. Toiveita voi silti esittää myös kesken kauden palautteen annon yhteydessä. Mahdollisuus toimintaan vaikuttamiseen on miellyttänyt asiakkaita. Seuraava kommentti on vertaistukea tarjoavan illan ohjaajalta, liittyen toiminnan yhdessä suunnitteluun.

*(--)*Ekalla kerralla joka kaudella suunnitellaan vanhempien kanssa sitä mitä he haluavat ja saavat kertoa mitä toivovat. Se on ollut tärkeää. Täysin valmis paketti vailla joustoa niin vanhemmat eivät sitoudu. Homma toimii kun vanhemmat saavat itse vaikuttaa sisältöön. Kun porukka ryhmäytyy, voi nousta jokin todella tärkeä asia mikä on ryhmässä ajankohtaista. Voi kuunnella mistä vanhemmat puhuvat, jos vaikka puhuvat uhmaiästä voi ottaa aiheeksi seuraavalla kerralla sen, mikä on puhuttanut. (Benchmarking-haastateltava, vertaiskahvilatoiminnan ohjaaja).

Kyselyiden tuloksissa paljastui, että osa Ensikoti Pinjan nykyisistä asiakkaista joko koki illan osittain epämukavana tai toivoi ettei iltoja järjestettäisi lainkaan (n=3). Yksi kyselyyn vastannut, joka ei ollut osallistunut yhteisöiltoihin itse, koki etteivät illat olleet hänen ”juttunsa”. Toinen kyselyyn vastannut, joka ei ollut osallistunut, koki olonsa

vaikeaksi, kun Ensikoti Pinjaan saapuu hänelle vieraita ihmisiä, ja lähtee siksi pois iltojen ajaksi. Kolmas vastaaja oli osallistunut iltoihin ja piti järjestelyjä onnistuneena. Tästä huolimatta hän koki, ettei jaksaa usein osallistua, ja illat tuntuvat aina olevan hänelle huonoon aikaan. Hän myös koki, ettei viihdy tuntemattomien ihmisten kanssa, ja koki olonsa täten epämukavaksi.

Ne, jotka eivät koe kuuluvansa, tai eivät koe hyötyvänsä yhteisöilloista, voisivat hyötyä mahdollisuudesta antaa palautetta yhteisöiltojen toiminnasta. Ensi- ja turvakotien liiton jokaisessa yhdistyksessä käytetään asiakaspalautetta keinona välittää asiakkaille kokemus siitä, että heidän näkemyksensä on arvokas (Meriluoto 2015, 67). Benchmarking-haastattelujen tuloksissa korostui palautteen merkitys. Yksi haastateltavista sanoi, että jokaisen illan jälkeen asiakkailta kerätään asiakaspalautte illasta, ja asiakaspalautteet käydään läpi työryhmän kesken joka illan jälkeen. Yksi haastateltavista sanoi, että vaikka illoissa ei käy kuin kaksi kävijää, eli vuosittain tavoitetaan alle 20 asiakasta, toimintaa on palautteen perusteella jatkettu. Palautteen perusteella illat ja niistä saatu tuki on niin merkityksellistä, että toiminta jatkuu yhä.

Benchmarking-haastatteluissa korostettiin myös henkilökunnan koko tiimin tärkeyttä yhteisessä suunnittelussa. Toiminnan pyörittäminen koettiin haavoittuvaksi, jos mukana toiminnassa olisi vain pieni osa henkilökunnasta. Jotta yhteisöillat jatkuisivat joka kuukauden ensimmäinen keskiviikko vielä vuosienkin kuluttua, on mietittävä ohjaajien jaksamista ja resursseja. Jotta toiminta jatkuisi mahdollisimman pitkään, on niin osallistumisen kuin järjestämisen oltava Ensikoti Pinjan kaltaisen yhteisön nykyisille ja entisille jäsenille matalan kynnyksen toimintaa. Tätä tukemaan olen pyrkinyt tuotoksessani.

Kaikissa benchmarking-haastatteluissa vapaaehtoiset mainittiin suurena voimavarana, ja toiminnan edellytyksenä. Vapaaehtoisina toimivat useimmiten henkilöt, jotka kykenivät antamaan vertaistukea, eli heillä oli vastaavia kokemuksia asiakkaiden kanssa. Benchmarking-kohteista puhuttaessa vapaaehtoiset olivat tässä tapauksessa

eron käyneitä ihmisiä, sillä benchmarking-kohteeni olivat erovertaiskahvilat. Haastateluista kävi ilmi, että yhteisöllisyys illoissa syntyi jaetuista kokemuksista vapaaehtoisten kanssa. Iltojen ohjaajat pyrkivät tapaamaan vapaaehtoisia säännöllisesti, ja ottamaan heidät mukaan kehittämistyöhön. Koulutetut vapaaehtoiset olivat myös motivoituneita, ja toiminnan suunnittelu yhteistyönä sai vapaaehtoiset kokemaan itsensä tärkeäksi. Vapaaehtoisten virkistyksestä ja koulutuksista pidettiin haastateltavien mukaan huolta, sillä se toi yhteenkuuluvuuden tunnetta. Haastateltavat kokivat sen myös ansaituksi, sillä vapaaehtoiset antavat toiminnalleen arvokasta aikaansa. Täysin ongelmatonta vapaaehtoisten hyödyntäminen toiminnassa ei ole, osa haastateltavista mainitsi toiminnan yhdeksi haasteeksi vapaaehtoisten rekrytoinnin, ja mieluisten ja motivoivien työtehtävien löytämisen vapaaehtoisia varten.

Yhteisöilloissa on tähän asti hyödynnetty ohjaajien lisäksi Ensikoti Pinjan opiskelija-harjoittelijoita. Ensi- ja turvakotien yhdistyksen toiminnassa on paljon vapaaehtoisia: vuonna 2016 vapaaehtoisena toimi 1600 henkilöä, jotka antoivat aikaansa yhteensä 42 500 tuntia (Ensi- ja turvakotien liitto b. 2019). Yhteisöilloissakin voisi harkita Turun Ensi- ja turvakodin vapaaehtoisten käyttöä heille soveltuviin tehtäviin, kuten vanhempien toivoman musiikkileikkikouluhetkien tai askartelun kaltaisen toiminnan järjestämiseen. Tämä suositus löytyy myös tuotoksestani.

6 TUOTOKSENA YHTEISÖILTOJEN VUOSIKELLO

Tilaaaja toivoi opinnäytetyöltäni kehittämisideoita vasta alkaneille Ensikoti Pinjan yhteisöilloille. Alkuperäinen suunnitelma oli tehdä vuosikello toimintaa helpottamaan. Kun tarpeet toiminnan kehittämiseksi jäsentyivät tietoperustan ja kehittämistyön menetelmien tulosten myötä, vaikutti vuosikello yhä tilaaajan mielestä parhaalta mahdolliselta tuotokselta toiminnan kehittämiseksi. Tuotoksena syntyi yhteisöiltojen vuosikello (Liite 4).

Vuosikellon tarkoituksena on auttaa hahmottamaan työtehtävät ja valmistelut, joita vaaditaan yhteisöiltojen kaltaisen toiminnan mahdollistamiseksi. Tuotoksesta löytyy yhteisöiltojen seurantapohja, jonka tarkoitus on auttaa jäsentämään iltojen suunnittelua. Tuotoksessa on myös tehtävälista, johon on laitettu välttämättömät asiat, joita iltoja varten on hoidettava. Tehtävälistan asiat eivät kuitenkaan vaadi ainoastaan työntekijöiden panostusta, vaan tehtäviä voi delegoida esim. opiskelijoille tai vapaaehtoisille. Vuosikellon on tarkoitus toimia apuna silloinkin, kun iltoja vetävät työntekijät kokevat, että yhteisöillat aiheuttavat kiirettä, ahdistusta ja liikaa työtä jo aikaisempien työtehtävien päälle. Illat eivät saa olla vetäjälle liian kuormittavia.

Tuotoksen lopusta löytyy kolme idealistia, joista tilaaaja piti erityisesti. Idealistaan on jaettu vuoden 12 kuukautta kolmeen osaan. Idealistaan olen kerännyt kehittämistyönsäni esiin tulleita kehittämisideoita yhteisöiltojen käyttöön.

Tuotoksessa on myös tilaaajan toivoma juhlapäiväkalenteri, jota tilaaaja kehui palautteessaan loistavaksi. Juhlapäiväkalenteriin on laitettu jo vakiintuneita suomalaisia juhlapäiviä, kuten äitienpäivä ja isänpäivä. Mukana on myös ei niin tunnettuja päiviä, kuten halipäivä ja korvapuustipäivä. Juhlapäivistä voi saada ideoita yhteisöiltojen asiantunteluun, toimintaan ja tarjoiluihin.

Yhteisöiltojen vuosikellon tarkoituksena on helpottaa iltoihin valmistautumista ja etukäteisjärjestelyjä, sekä taata se, että iltojen suunnitteluun otetaan mukaan myös asiakkaat. Benchmarking-menetelmästä tuli ilmi palautteen keruun tärkeys, näin ollen tuotoksessa on myös suositus kerätä illoista palautetta ja käydä ne myös läpi työryhmän kanssa. Tuotoksesta löytyy palautteen keruun aikataulu ja valmis kyselylomake. Säännöllinen palautteen kerääminen voisi olla ratkaisu siihen, että kaikki Ensikoti Pinjan nykyisistä asiakkaista eivät kokeneet yhteisöiltaa miellyttäväksi kyselyiden perusteella. Keräämällä palautetta säännöllisesti annetaan mahdollisuus vaikuttaa yhteisöiltojen sisältöön. Yhteisöillat, joissa mahdollisimman monen toiveet on otettu järjestelyissä huomioon, ovat todennäköisemmin kaikkien mieleen.

Tilaaaja kertoi palautteessaan, että yhteisöiltojen vuosikelloon on kerätty paljon hyvää materiaalia yhteisöiltojen järjestämisestä. Yhteisöiltojen vuosikellosta saa erilaisia ajatuksia ja ideoita. Tilaaaja kiitti palautteessaan vuosikellon visuaalisesti kaunista ja selkeää ulkoasua. Tulevissa yhteisöilloissa tilaaaja aikoo hyödyntää juhlapäiväkalenteria, idealistoja ja palautelomaketta. Tilaaaja painottaa, että tuotokseen rauhassa tutustuminen on tärkeää, sillä materiaalia on runsaasti. Materiaalin laajuus voi tilaaajan mielestä säikäyttää ja saada yhteisöillan järjestämisen tuntumaan raskaalta. Tilaaaja on kuitenkin sitä mieltä, että kun osioita täyttää ja lukee pieninä paloina, on Vuosikello oikein hyvä työkalu.

Jotta tuotoksen jalkauttaminen muihinkin Ensi- ja turvakodin yksikköihin olisi mahdollista, tuotos ei koskenut sisällöltään ainoastaan tilaajaa eli Ensikoti Pinjaa. Näin tuotos sopii käytettäväksi muidenkin, kuin vain Ensikoti Pinjan, käyttöön. Olen jalkauttanut tuotosta lähettämällä sitä sähköpostitse muihin Ensi- ja turvakoteihin, joissa on Ensikoti Pinjan kaltaista päihdeongelmiin erikoistunutta kuntoutusta perheille ja odottaville äideille.

7 LOPUKSI

Tilaaajan kanssa käydyt keskustelut opinnäytetyöni aiheesta päätyivät jo opiskeluharjoitteluni aikana yhteisöiltojen kehittämiseen, ennen kuin yhtäkään iltaa oli vietetty. Tilaaaja näki iltojen jatkuvan kehittämisen tarpeellisena, sillä yhteisöiltojen tarkoitus on jatkua niin kauan, että illoista muodostuisi niin nykyisiä kuin entisiä Ensikoti Pinjan asiakkaita hyödyttävä sukujuhlien kaltainen perinne.

Tutkimuskysymyksiksi valikoitui yhteistyössä tilaaajan kanssa: Millaisena Pinjan asiakkaat kokivat yhteisöillat? Millaisena Pinjan entiset asiakkaat kokivat yhteisöillat? Mitä nykyiset/entiset asiakkaat toivovat yhteisöilloilta? Näihin kysymyksiin hain vastauksia käyttämälläni menetelmillä: Osallistavalla havainnoinnilla, kyselyllä ja benchmarkingilla.

Menetelmien tuloksista sain selville kolme aineistossa toistuvaa teemaa. Teemoiksi muodostuivat: ilmapiiri kohtaamiselle syntyy ruokapöydässä, keskustelut vertaistuen tuojana ja yhteistä tekemistä ja yhdessä kehittämistä. Teemojen pohjalta syntyi sisältö opinnäytetyöni tuotokselle, joka on yhteisöiltojen vuosikello.

Tuotoksena syntyi yhteisöiltojen vuosikello. Tuotoksen tarkoituksena on hyödyntää Ensi- ja turvakodin työkenttää laajemmin, joten tilaaajan suostumuksella tuotoksesta tehtiin sopiva muillekin, kuin Ensikoti Pinjalle. Ensikoteja sijaitsee ympäri Suomea, ja ne Ensikodit, joissa yhteisöiltoja ei vielä järjestetä, yhteisöiltojen vuosikello voi innoittaa iltojen aloittamisen asiakkaille.

Moni Ensi- ja turvakodin kuntouttavan päihdetyön asiakas tarvitsee apua myös kuntoutuksen jälkeen. Arjen hallinnan ja elämäntaitojen opettelu ei lopu kuntoutuksen

päättymiseen, vaan vuorovaikutuksen vahvistamista tarvitaan myös jatkossa. Päihderiippuvaiset äidit eivät ole niin marginaalinen ryhmä yhteiskunnassa kuin luulisi, keskimäärin kuudella prosentilla odottavista äideistä on päihdeongelma. Jos sikiö on altistunut raskauden aikana päihteille, voi perheen lapsi olla tavallista vaikeahoitosempi, joten turvaverkon ja vertaistuen tarve on entistä tärkeämpää. (YLE b. 2019.) Yhteisöilta tarjoo vanhemmille ja perheille vertaistukea myös kuntoutuksen jälkeen.

Raskaudenaikainen päihteenkäyttö on monille äideille häpeä, josta ei voi puhua missä tahansa perhekahvilassa. Tarvitaan kohdennettua tukea ja kannustusta. Ensikoti Pinjan yhteisöilloissa jokainen vanhempi tietää, että kaikkien kävijöiden taustat ovat päihteisiin liittyen samankaltaiset. Päihderiippuvuutta ei yhteisöilloissa tarvitse piilotella tai hävetä. Yhteisöilloissa kävijät voivat nauttia lasten kanssa vietetystä ajasta ja vuorovaikutuksesta muiden vanhempien kanssa ilman pelkoa siitä, että menneisyydestä puhuminen karkottaisi keskustelukumppanin.

Noin kaksi kolmesta Ensikoti Pinjan kaltaisen ympärivuorokautisen hoidon piirissä olleista vanhemmista kuntoutuu täysin, tai pystyy tuetusti olemaan lapsensa ensisijainen huoltaja. Tutkimusten mukaan kuntoutuksen piiriin päässeiden vanhempien lapset ovat 2-vuotiaina normaalin kehityksen rajoissa. Tällaiset tilastot vahvistavat sen, että päihderiippuvaisten vanhempien ja heidän lastensa eteen tehtävä kuntouttava työ, on yhteiskunnan ajan ja resurssien arvoinen asia. (YLE b. 2019.)

LÄHTEET

- Andersson, M. 2001. Päihdeongelmaiset äidit – uutta äitiyspolitiikkaa? Teoksessa Andersson, M. Tartu hetkeen – Apua ja hoitoa päihteitä käyttäville vauvaperheille. Helsinki.
- Andersson, M. 2008. Pidä kiinni hoitojärjestelmän rakentaminen. Teoksessa Andersson M., Hyytinen R., Kuorelahti, M. (toim.): Vauvan parhaaksi. Kuntoutuminen päihteistä odotus ja vauva aikana. Pidä kiinni hoitojärjestelmä. Helsinki: Ensi ja turvakotien liiton julkaisu.
- Assmuth, L. 1986. Vuodenvaihteen juhlaperiodin rituaalit ja merkitykset. Pro Gradu - tutkielma. Helsingin yliopisto.
- Bailey, J., Hill, K., Oesterle, S. & Hawkins, D. 2006. Linking substance use and problem behavior across three generations. *Journal of abnormal child psychology*, 34 (3), 273–292.
- Birck, R. 2019. Miten yhteisö syntyy? <https://www.ikainstituutti.fi/blogi/miten-yhteisollisyys-syntyy/>. Viitattu 16.11.2019.
- Dahl, P. & Hirschovits, T. 2005. Tästä on kyse – tietoa päihteistä. Helsinki: YAD (Youth Against Drugs).
- Ensi- ja turvakotien liiton strategia 2016-2019. <https://issuu.com/ensi-jaturvakotienliitto/docs/ensi- ja turvakotien liiton strateg>. Viitattu 22.10.2019.
- Ensi- ja turvakotien liitto 2018. Pidä kiinni. https://issuu.com/ensi-jaturvakotienliitto/docs/pida_kiinni_hoitojarjestelma. Viitattu 16.11.2019.
- Ensi- ja turvakotien liitto 2019. Tilastotietoa. https://ensijaturvakotienliitto.fi/vaikuta-yhteiskuntaan/tilastotietoa/#tilastot_pida_kiinni. Viitattu 16.11.2019.
- Ensi- ja turvakotien liitto a. <http://www.ensijaturvakotienliitto.fi>. Viitattu 21.10.2019.
- Ensi- ja turvakotien liitto b. https://ensijaturvakotienliitto.fi/vaikuta-yhteiskuntaan/tilastotietoa/#tilastot_vapaaehtoiset_tukena. Viitattu 22.10.2019.
- Ensikoti Pinja. <https://tuentu.fi/ensikoti-pinja/>. Viitattu 1.10.2019.

Finlex a. Sosiaalihuoltolaki. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301>. Viitattu 22.10.2019.

Finlex b. Lastensuojelulaki. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>. Viitattu 22.10.2019.

Foddy, W 1995. Constructing questions for interviews and questionnaires. Theory and practice in social research. 3. painos. Cambridge: Cambridge University press.

Grönfors 2001. Havaintojen teko aineiston keräämisen menetelmänä. Teoksessa Aaltonen, J. & Valli, R. (toim.). Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 124-141.

Halmesmäki 2003. Raskaus ja alkoholi. Teoksessa Salaspuro, M., Kiianmaa, K. & Seppä, K. (toim.): Päihdelääketiede. Helsinki: Duodecim, 404-412.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Jyväskylä.

Itäpuisto, M. 2001. Pullon varjosta valoon. Vanhempiensa alkoholinkäytöstä kärsineiden selviytymistarinoita. Kuopion yliopiston selvityksiä E. Yhteiskuntatieteet 22. Kuopio: Kuopion yliopisto.

Itäpuisto, M. 2005. Kokemuksia alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa eletystä lapsuudesta. Kuopion yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet 124. Kuopio: Kuopion yliopisto.

Itäpuisto, M. 2008. Pullon pohjimmaisat. Helsinki.

Itäpuisto, M. 2019. Lasinen lapsuus. <https://lasinenlapsuus.fi/tietoa/miksi-lapsinakokulma-tarkea>. Viitattu 16.11.2019

Järvinen, R., Lankinen A., Taajamo, T., Veistilä, M., Virolainen, A. 2012. Perheen parhaaksi – perhetyön arkea. Helsinki.

Kalland, M. 2001. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. WSOY: Helsinki.

Kananen, J. 2015. Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja -sarja. Jyväskylä.

Karila-Hietala, R., Wahlbeck, K., Heiskanen, T., Stengård, E., Hannukkala, M. 2017. Mielenterveys elämäntaitona - Mielenterveyden ensiapu I. Suomen mielenterveysseura.

Koponen 2006. Sikiökautena päihteille altistuneiden lasten kasvuympäristö ja kehitys. Väitöskirja. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Koppa 2016. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineiston-analyysimenetelmat/teemoittelu> Viitattu 18.10.2019.

Laurila, V. 2009: https://vslj.fi/wp-content/uploads/2019/03/Osallisuus_osana_arkea_Veera_Laurila.pdf. Viitattu 22.10.2019.

Liikanen, A. 2003. <https://www.jyu.fi/hytk/fi/laitokset/yfi/oppiaineet/kulttuuripolitiikka/tekstit/konferenssit/kulttuurienergia/juhlat>. Viitattu 16.11.2019.

Meriluoto T., Marila-Penttinen, L. & Lehtinen, E. (toim.). 2015. Osallisuus – Osallisuuden ja kokemusasiantuntijuuden käsikirja. Ensi- ja turvakotien liiton käsikirja 2.

Murto, K. 1997. Yhteisohoidon suuntauksia. Jyväskylä: Jyväskylän koulutuskeskus Oy.

Murto, K. 2013. Terapeuttinen yhteisö. YhteisöAkatemia.

Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2014. Kehittämistyön menetelmät: uudenlaista osaamista liiketoimintaan.

Päihdelinkki a: <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/pikatieto/amfetamiini>. Viitattu 22.10.2019.

Päihdelinkki b: <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/pikatieto/heroini> Viitattu 14.10.2019 .

Päihdelinkki c: <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/alkoholi/alkoholin-kaytto-suomessa>. 22.10.2019.

Rantanen 2002. Yhteisöllisyys ja ay-liike. Teoksessa Mäkelä, R. Yhteisöllisyydestä – perusteluja, tulkintoja, menetelmiä. Humanistinen ammattikorkeakoulu.

Salo, S. 2002. Kiintymyssuhteiden merkitys elämänkaaren aikana. Teoksessa Sinkkonen, J. Pesästä lentoon – Kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. WSOY: Helsinki.

Silvennoinen, J. 2019. Suullinen tiedonanto 15.11.2019.

- Solantaus, T. 2001. Lapset ja vanhemman mielenterveyden häiriö. Teoksessa Inkinen, M. (toim.): Näkymätön lapsi aikuispsykiatriassa. Helsinki: Tammi.
- Stormbom, A. 2001. Yhteisöllisyys. Teoksessa Andersson, M. Tartu hetkeen – Apua ja hoitoa päihkeitä käyttäville vauvaperheille. Helsinki.
- Särkelä, R. 2019. Lapsen oikeudet todeksi joka päivä. <https://ensijaturvakotienliitto.fi/blogi/lapsen-oikeudet-todeksi-joka-paiva/>. Viitattu 16.11.2019.
- Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2009. Päihdetilastollinen vuosikirja. Helsinki.
- Turun ensi- ja turvakoti: <https://tuentu.fi/ensikoti-pinja/>. Viitattu 22.10.2019.
- Työväenliike 2019. <http://www.tyovaenliike.fi/tyovaenliikkeen-vaiheita/alasivu-5/elakoon-ensi-koti/>. Viitattu 16.11.2019.
- Törrönen 1998. Ehjänä perille. Ensi- ja turvakotien liiton julkaisu 18. Helsinki.
- Valkonen, L. 2006. Millainen on hyvä isä ja äiti. Viides- ja kuudesluokkalaisten lasten vanhemmuuskäsitykset. Väitöskirja. Jyväskylän: Jyväskylän yliopisto.
- Valli, R. 2005. Paperinen kyselylomake. Teoksessa Valli, R. & Aaltola, J. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1 – Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Helsinki:PS-kustannus
- Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. Helsinki: PS-kustannus.
- YLE a. 2019. www.yle.fi/uutiset/3-10978705 . Viitattu 22.10.2019.
- YLE b. 2019. 21.10 YLE TV 1 Hämeen alueuutiset. Viitattu 22.10.2019.

LIITTEET

Liite 1

Iltoja on nyt vietetty neljä, ja haluamme tietää miten voisimme kehittää niitä tulevaisuudessa. Vastaukset pidetään anonyymeinä. Kyselyn tuloksia voidaan käyttää Julia Kiven opinnäytetyössä, joka käsittelee Pinjata-iltoja. Kiitos vastauksesta jo etukäteen.

Mikä illoissa oli onnistunutta?

Mitä muuttaisit illoissa tai haluaisit lisätä niihin?

Onko sinulla ideaa, jolla kävijät voisi saada osallistumaan ja viihtymään?

Onko sinulla kokemus tai muisto jostain Pinjata-illasta, jonka haluaisit kertoa?

Liite 2

Iltoja on nyt vietetty neljä, ja haluamme tietää miten voisimme kehittää niitä tulevaisuudessa. Vastaukset pidetään anonyymeinä. Kyselyn tuloksia voidaan käyttää Julia Kiven opinnäytetyössä, joka käsittelee Pinjata-iltoja. Kiitos vastauksesta jo etukäteen.

Oletko osallistunut yhteen tai useampaan Pinjata-iltaan?

Kyllä

En

Jos olet osallistunut, mikä illoissa oli onnistunutta? Mitä muuttaisit illoissa?

Jos olet aikaisemmin osallistunut, onko sinulla ehdotusta tai ideaa, jolla voisimme kehittää Pinjata-iltoja? Mikä saisi sinut osallistumaan tai viihtymään?

Liite 3

Kuka olette ja missä työskentelette?

Miten kauan toimintanne on jatkunut?

Miten kävijät ovat kokeneet toiminnan? Mistä on tullut risuja ja mistä ruusuja?

Ovatko kävijät toivoneet jotain erityistä ja onko toiveisiin vastattu?

Mitä haasteita olette kohdanneet toiminnassanne ja miten olette ne ratkaisseet?

Miten olette saaneet ihmisiä mukaan toimintaanne?

Millä keinoin ja menetelmin olette luoneet yhteisöllisyyttä?

Miten kehittäte toimintaanne?

Mitkä asiat tai tekijät ovat olleet avainasemassa menestymiseen? Onko vinkkejä aloittelevalle yhteisöillalle? Yksittäistä ideaa jonka olette kokeneet toimivaksi?

Liite 4



Sisällysluettelo

YHTEISÖILTOJEN VUOSIKELLO

MIKÄ ON YHTEISÖILTA?

SEURANTAPOHJA, TEHTÄVÄLISTA JA IDEALISTA TOIMINNAN TUKENA

PALAUTTEEN KERUUN AIKATAULU JA VALMIS KYSELYLOMAKE

JUHLAPÄIVÄKALENTERI

YHTEISÖILLAN SEURANTAPOHJA

YHTEISÖILLAN KYSELY

YHTEISÖILLAN TEHTÄVÄLISTA

YHTEISÖILLAN JUHLAPÄIVÄKALENTERI

YHTEISÖILLAN PALAUTTEEN KERUUN AIKATAULU

IDEALISTA TAMMI-HELMI-MAALIS-HUHTIKUU

IDEALISTA TOUKO-KESÄ-HEINÄ-ELOKUU

IDEALISTA SYYS-LOKA-MARRAS-JOULUKUU

Yhteisöiltojen vuosikello

TYÖKALU YHTEISÖILTOJEN SUUNNITTELUUN.

Vuosikellon tarkoituksena on helpottaa vertaistukea tarjoavien yhteisöiltojen toimintaa ja suunnittelua. Tämä vuosikello on toteutettu osana Julia Kiven Humanistisessa ammattikorkeakoulussa joulukuussa 2019 valmistunutta opinnäytetyötä: "Ensikoti Pinjaa en unohda ikinä" - Yhteisöiltojen kehittäminen Ensikoti Pinjassa.

Mikä on yhteisöilta?

Yhteisöilta, joka tarjoaa asiakkailleen vertaistukea, kokoontuu säännöllisin väliajoin yhteisen toiminnan merkeissä. Ensikoti Pinjassa yhteisöiltaa kutsutaan Pinjataksi.

Pinjatoihin kutsutaan työntekijöiden toimesta Ensikoti Pinjan entiset ja nykyiset asiakkaat, Ensikoti Pinjan tiloihin, joka kuukauden ensimmäinen keskiviikko. Kehittämistyön menetelmien perusteella tärkeimmät elementit yhteisöilloissa ovat hyvä ilmapiiri kohtaamiselle, joka syntyy ruokapöydässä, keskustelut vertaistuen tuojana ja yhteinen tekeminen ja yhdessä kehittäminen.

Seurantapohja, tehtävälista ja idealista toiminnan tukena

Seurantapohjan on tarkoitus toimia yhteisöiltojen jäsentäjänä ennen ja jälkeen iltojen. Pohjaan voi täyttää suunniteltavat asiat, ja asiat jotka illoissa toteutuivat. Pohjan avulla illoista on helpompi kertoa myös niille työntekijöille, jotka eivät ole olleet paikalla illoissa. Seurantapohjia voi tulostaa tarpeen mukaan jokaista yhteisöiltaa varten.

Idealistalla on ideoita, joita yhteisöilloissa voi käyttää. Tehtävälistaan on laitettu välttämättömät asiat, jotka iltoja varten on hoidettava. Tehtäviä voi delegoida esim. opiskelijoille tai vapaaehtoisille.

Palautteen keruun aikataulu ja valmis kyselylomake

Palautetta kannattaa kerätä yhteisöiltään osallistujilta kahdesti vuodessa, vuoden ensimmäinen palautteen keruu on huhtikuussa. Toukokuussa on aika käydä läpi palautteet ja kesän aikana voi kehittää toimintaa niin, että loppuvuodesta voidaan kävijöiden toiveita mahdollisuuksien mukaan toteuttaa.

Marraskuussa kannattaa kerätä myös palautetta, jotta joulukuussa ja tammikuussa voidaan kehittää toimintaa niin, että keväällä toiveita voidaan toteuttaa, ja ottaa kävijöiden ehdotuksia ja ideoita käyttöön. Palautteenkeruu on tehty tässä vuosikellossa omaksi aikataulukseen erillisellä sivulla.

Vuosikellosta löytyy myös valmis kyselypohja, jonka voi tulostaa ja antaa kävijöiden täytettäväksi.

Juhlapäiväkalenteri

Juhlapäiväkalenteriin on laitettu jo vakiintuneita suomalaisia juhlapäiviä. Mukana on myös ei niin tunnettuja, hauskoja päiviä, kuten korvapuustipäivä ja halipäivä. Juhlapäivistä voi saada ideoita yhteisöiltojen askarteluun, toimintaan ja tarjoiluihin.

YHTEISÖILLAN SEURANTAPOHJA

Yhteisöillan ajankohta: _____

Henkilöt, jotka ovat iltaa
vetämässä:

Onko illassa erityistä ohjelmaa tai
ohjattua tekemistä? Kuka on
vastuussa ohjelman vetämisestä?
Mitä tarvikkeita toimintaa varten on
varattava?

Mitä tarjottavia iltaa varten
hankitaan?

Iltaan osallistuneet asiakkaat?

YHTEISÖILLAN KYSELY

Kyselyn täyttämisen
ajankohta: _____

Mitä mukavaa illoissa on ollut?

Mitä voisi parantaa?

Onko sinulla ideoita iltojen parantamiseksi?

YHTEISÖILLAN TEHTÄVÄLISTA

ENNEN ILTAA:

Jos tarkoitus on kerätä illasta palautetta, laadi kyselylomake. Voit käyttää myös vuosikellon valmista kyselylomaketta.

Varmista, että illan aikana vuorossa olevat työntekijät ja opiskelijat tietävät illasta.

Varmista, että yhteisökokouksessa muistutetaan asiakkaita tulevasta illasta. Kysy asiakkailta toiveita yhteisökokouksessa tarjottavien suhteen.

Hanki tarjottavat iltaa varten. Erityisesti jos tarjottavat valmistetaan itse, kannattaa hyödyntää opiskelijoita tai vapaaehtoisia.

ILLAN JÄLKEEN:

Käy palautteet läpi työryhmän kanssa työryhmän kokouksessa. Kerätkää palautteista yhteenveto, joka käydään yhdessä asiakkaiden kanssa läpi yhteisökokouksessa. Kävijät, jotka eivät osallistu yhteisökokouksiin, saavat tiedon palautteen yhteenvedosta seuraavassa yhteisöillassa.

YHTEISÖILLAN JUHLAPÄIVÄKALENTERI

- Uudenvuodenpäivä 1.1.
- Halipäivä 21.1.
- Suklaakakkupäivä 27.1.
- Ystävänpäivä 14. 2.
- Kansainvälinen naistenpäivä 8.3.
- Aprillipäivä 1.4.
- Valtakunnallinen koiran päivä 24.4.
- Pääsiäinen
- Vappu 1.5.
- Maailman naurupäivä 6.5.
- Äitienpäivä, toukokuun toinen sunnuntai
- Aku Ankan päivä 9.6.
- Juhannus
- Unikeonpäivä 27.7.
- Suomen luonnon päivä, elokuun viimeinen lauantai
- Unelmointipäivä 25.9.
- Korvapuustipäivä 4.10.
- Pyhäinpäivä
- Isänpäivä, marraskuun toinen sunnuntai
- Maailman kiltteyspäivä 13.11.
- Lapsen oikeuksien päivä 20.11.
- Itsenäisyyspäivä 6.12.
- Mokkaalapäivä 8.12.
- Joulukuun

YHTEISÖILLAN PALAUTTEEN KERUUN AIKATAULU

- **Tammikuu:** Toiminnan kehittäminen marraskuussa kerättyjen palautteiden pohjalta.
- **Helmikuu:** Palautteista saatua tietoa hyödynnetään toiminnan suunnittelussa
- **Maaliskuu:** Palautteista saatua tietoa hyödynnetään toiminnan suunnittelussa
- **Huhtikuu:** Palautekyselyt kävijöille ja palautteen keruu
- **Toukokuu:** Toiminnan kehittäminen huhtikuussa kerättyjen palautteiden pohjalta
- **Kesäkuu:** Toiminnan kehittäminen huhtikuussa kerättyjen palautteiden pohjalta
- **Heinäkuu:** Palautteista saatua tietoa hyödynnetään toiminnan suunnittelussa
- **Elokuu:** Palautteista saatua tietoa hyödynnetään toiminnan suunnittelussa
- **Syyskuu:** Palautteista saatua tietoa hyödynnetään toiminnan suunnittelussa
- **Lokakuu:** Palautteista saatua tietoa hyödynnetään toiminnan suunnittelussa
- **Marraskuu:** Palautekyselyt kävijöille ja palautteen keruu
- **Joulukuu:** Toiminnan kehittäminen marraskuussa kerättyjen palautteiden pohjalta.

IDEALISTA TAMMI- HELMI-MAALIS- HUHTIKUU

- Talven kylminä kuukausina on oiva idea järjestää ohjelmaa sisätiloissa, kuten askartelua, piirtämistä, värityskuvia ja muskarihetkiä. Ideoita teemoihin voi katsoa vuosikellon juhlapäiväkalenterista.
- Jos ilmat suosivat, kannattaa järjestää ulkoilua, kuten esimerkiksi pulkkamäkiretki tai vappupiknik asiakkaiden kesken. Retkistä on muistettava kertoa asiakkaille tarpeeksi ajoissa. Tällaiseen ylimääräiseen aktiviteettiin kannattaa ottaa avuksi muun muassa opiskelijoita ja vapaaehtoisia.

IDEALISTA TOUKO- KESÄ-HEINÄ-ELOKUU

- Kesäkuukausina säiden salliessa kannattaa yhteisöillat pitää ulkona. Lapsille kannattaa varata ulkoleluja, saippuakuplia, katuliituja ja vesipyssyjä resurssien mukaan.
- Tilan viihtyvyys ja tarjoilut kannattaa huomioida myös ulkona, ja se, että tilan järjestäminen ja tarjoilujen vienti ulos voi vaatia enemmän aikaa valmisteluilta. Ulkona vietetty aika kuitenkin kannattaa, sillä lapset keksivät ulkona usein enemmän tekemistä ja aikuiset saavat tilaisuuden keskustella keskenään tavallista enemmän.
- Jos aurinko porottaa, kannattaa taata kävijöille ja työntekijöille mahdollisuus asettua ulkona pidettävissä illoissa varjoisalle paikalle ja varaa runsaasti vettä ja mehua kahvin lisäksi.

IDEALISTA SYYS-LOKA- MARRAS-JOULUKUU

- Syksyllä asiakkaille voi järjestää sadonkorjuujuhlan tai halloween-naamiaiset. Joulukuussa voi järjestää asiakkaille joulujuhlan, johon voi kuulua esimerkiksi joulukoristeiden tai joulukorttien askartelua, joululauluaiheinen muskari ja pienimuotoinen jouluruoka. Juhlien järjestämiseen kannattaa ottaa avuksi opiskelijat. Monella opiskelijalla on työharjoittelun vaatimuksena näyttö harjoittelupaikalla. Yhteisöillan joulujuhlan järjestäminen, vaikka toisen opiskelijan kanssa, voisi sopia monen opiskelijan näytöksi, työntekijöiden avustuksella tietenkin.
- Heti kun seuraavan vuoden yhteisöiltojen päivämäärät varmistuvat, kannattaa asiakkaille kertoa iltojen ajankohdat mahdollisimman pian, jotta kaikki halukkaat pääsevät osallistumaan.