

Lasse Arola

ASIAKKAIDEN KOKEMUKSIA BÄNDI- RYHMÄSTÄ

Opinnäytetyö

Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto

Sosiaalialan koulutus

2021



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tutkintonimike	Sosionomi (amk)
Tekijä/Tekijät	Lasse Arola
Työn nimi	Asiakkaiden kokemuksia bändiryhmästä
Toimeksiantaja	Keski-Uudenmaan sote -kuntayhtymä (Keusote)
Vuosi	2021
Sivut	41 sivua, liitteitä 4 sivua
Työn ohjaaja(t)	Harri Mäkinen

TIIVISTELMÄ

Tämä opinnäytetyö käsittelee sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan bändiryhmää. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää bändiryhmään osallistuvien sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden kokemuksia bändiryhmästä. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa asiakaslähtöistä tietoa bändiryhmän kehittämiseksi sekä avata sitä, miten asiakas kokee bändiryhmässä olemisen tukevan paitsi tämän henkilökohtaisia, mutta myös sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan tavoitteita. Tutkimustulosten perusteella pyrittiin selvittämään mahdolliset kehitystarpeet ja -kohteet sekä ylipäänsä keräämään tietoa ja asiakaskokemuksia bändiryhmätoiminnasta.

Reflektoin tutkimustuloksia luovien ja taiteellisten menetelmien teorioihin sekä kuntouttavan työtoiminnan ja sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteisiin. Opinnäytetyö vastaa kysymyksiin: ”Tukeeko bändiryhmä kuntoutumista?”, ”Vahvistako bändiryhmä asiakkaan toiminta- ja työkykyä sekä elämän- ja arjenhallintaa?” ja ”Lisääkö bändiryhmä osallisuutta ja hyvinvointia?”

Tutkimus suoritettiin laadullisena eli kvalitatiivisena haastattelututkimuksena. Aineisto kerättiin teemahaastatteluin. Haastatteluihin osallistuivat kaikki haastatteluhetkellä toiminnassa mukana olleet viisi asiakasta. Haastattelut analysoitiin teorialähtöisellä sisällönanalyysillä.

Tutkimuksen tulokset myötäilivät erittäin paljon aikaisempaa tutkimustietoa luovien ja taiteellisten menetelmien käytöstä: luovat ja taiteelliset menetelmät voivat toimia luontevasti osana sosiaalista kuntoutusta ja kuntouttavan toiminnan ryhmätoimintaa. Asiakkaat kokivat bändiryhmän toiminnan olevan kuntouttavaa ja hyvinvointia lisäävää. Heidän kokemuksiansa mukaan bändiryhmä tukee asiakkaita henkilökohtaisissa ja sosiaalisen kuntoutuksen sekä kuntouttavan työtoiminnan tavoitteissa.

Asiasanat: sosiaalinen kuntoutus, kuntouttava työtoiminta, taiteelliset- ja luovat menetelmät, bänditoiminta, musiikki.

Degree	Bachelor of Social Services
Author (authors)	Lasse Arola
Thesis title	The customer experiences of band group
Commissioned by	Keski-Uudenmaan sote -kuntayhtymä (Keusote)
Time	2021
Pages	41 pages, 4 pages of appendices
Supervisor	Harri Mäkinen

ABSTRACT

This thesis deals with the band group of social rehabilitation and rehabilitative work. The aim of the study was to find out the experiences of social rehabilitation and rehabilitative work clients participating in the band group. The purpose of the thesis was to produce customer-oriented information for the development of a band group and to open up how the customer feels that being in a band group supports not only his personal but also social rehabilitation and rehabilitative work goals. On the basis of the research results, the aim was to find out possible development needs and targets, and to collect information and customer experiences about the band's group activities in general.

I reflect on the theories of creative and artistic methods as well as the goals of rehabilitative work and social rehabilitation. The thesis answers the questions: "Does the band group support rehabilitation?", "Does the band group strengthen the client's ability to function and work, as well as life and everyday management?" and "Does the band group increase inclusion and well-being?"

The study was conducted as a qualitative interview. The material was collected through thematic interviews. All five customers involved in the activities at the time of the interview participated in the interviews. The interviews were analyzed by theory-based content analysis.

The results of the study were very much in line with previous research on the use of creative and artistic methods: creative and artistic methods can function naturally as part of social rehabilitation and group activities of rehabilitative activities. Customers feel that the band group's operations are rehabilitative and increase well-being. In their experience, the band group supports clients in their goals of personal and social rehabilitation as well as rehabilitative work.

Keywords: social rehabilitation, rehabilitative work, artistic and creative methods, band activities, music

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	TOIMINTAYMPÄRISTÖ	7
2.1	Keski-Uudenmaan sote -kuntayhtymä	7
2.2	Sosiaalinen kuntoutus.....	7
2.3	Kuntouttava työtoiminta	8
2.4	Sosiaalinen kuntoutus ja kuntouttava työtoiminta Keusotessa	12
3	LUOVAT JA TAITEELLISET MENETELMÄT	12
4	BÄNDIRYHMÄ.....	18
5	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TOTEUTUS	23
6	TUTKIMUSOTE, TUTKIMUSMENETELMÄ JA TIEDONHANKINTA.....	24
7	JOHTOPÄÄTÖKSET	26
7.1	Tavoitteet.....	26
7.2	Bänditoiminta sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan menetelmänä	27
7.3	Hyvinvointia musiikista.....	33
7.4	Kehitystarpeet.....	34
8	LUOTETTAVUUSTARKASTELU.....	35
9	LOPUKSI	37
	LÄHTEET.....	39

LIITTEET

Liite 1. Tutkimustiedote

Liite 2. Suostumus tutkimukseen osallistumisesta

Liite 3. Tutkimustulokset ennen informantin varmennusta

Liite 4 Tutkimustulokset informantin varmentamisen jälkeen

1 JOHDANTO

Taiteellisten menetelmien merkitystä ja mahdollisuuksia osana sosiaalityötä ymmärretään koko ajan paremmin. Aihetta on tutkittu sekä kansainvälisesti että Suomessa, ja tutkimustulokset puhuvat taiteellisten ja luovien menetelmien käytön puolesta. Henkilökohtaisesti olen kiinnostunut yhdistämään taiteelliset ja luovat menetelmät osaksi sosionomin työnkuvaani ja asiakastyötä, jota teen. Perustin bändiryhmän osaksi kuntouttavan työtoiminnan ryhmätointa vuonna 2018. Bändiryhmä hyödyntää musiikkia ja yhdessä soittamista osana sosiaalista kuntoutusta.

Opinnäytetyöni toimintaympäristö sijoittuu sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan toimintaympäristöön Keski-Uudenmaan sote -kuntayhtymän (Keusote) alueella, jossa pyörittämäni kuntouttavan työtoiminnan bändiryhmä on ainoa luovia menetelmiä hyödyntävä kuntouttavan työtoiminnan ja sosiaalisen kuntoutuksen toiminnan muoto. Opinnäytetyöni toimeksiantajana on Keski-Uudenmaan sote-kuntayhtymä.

Opinnäytetyöni tavoitteena on kerätä asiakkaiden kokemuksia bändiryhmästä sekä avata sitä, miten asiakas kokee bändiryhmässä olemisen tukevan paitsi tämän henkilökohtaisia mutta myös sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan tavoitteita. Tarkastelen opinnäytetyössäni bänditoimintaa sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan kautta, asiakaslähtöisesti, sekä peilaan asiakkaiden kokemuksia laajempaan taiteellisten ja luovien menetelmien kontekstiin, jota käyn läpi ajankohtaisen tutkimustiedon kautta.

Bändiryhmätöinnässä sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan asiakkaista muodostetaan bändi, johon osallistuminen ei vaadi asiakkaalta mitään aiempaa soittotaustaa tai musiikin osaamista. Toiminta on suunniteltu niin, että musiikki ja yhdessä soittaminen toimii työkaluna sosiaalisen kuntoutuksen ja asiakkaiden henkilökohtaisten tavoitteiden saavuttamiseksi. Bänditoiminnassa on käytössä yhdessä soittamista tukevia menetelmiä, jotka mahdollistavat matalan kynnyksen osallistumisen sekä onnistumisen kokemukset ryhmässä.

Opinnäytetyöni tehtävä on kuvata bändiryhmätoiminnan toimivuutta ja sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan tavoitteiden toteutumista asiakkaan näkökulmasta tarkasteltuna. Tutkimustulosten perusteella pyritään selvittämään mahdolliset kehitystarpeet ja -kohteet sekä ylipäänsä kerätä tietoa ja asiakaskokemuksia bändiryhmätoiminnasta. Tiedon keräämiseksi toteutettiin teemahaastattelu, johon osallistuivat kaikki opinnäytetyön tekohetkellä bänditoimintaan osallistuneet sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan asiakkaat Järvenpäässä.

Opinnäytetyön kautta on mahdollista lisätä keskustelua Keusoten alueella taiteellisten menetelmien lisäämiseksi osaksi sosiaalityötä. Tietoa ja kokemuksia luovien menetelmien käytöstä paikallisesti tarvitaan, jotta sosiaalityön tulevaisuuden suunnittelussa luovien menetelmien käytön merkitys ja potentiaali voidaan tunnistaa. Opinnäytetyöni kautta luovien menetelmien käytöstä ja kokemuksista pääsevät puhumaan nimenomaan asiakkaat eli ne, jotka toimintaan todella osallistuvat ja joille sitä suunnitellaan.

Opinnäytetyö alkaa teoreettisen viitekehyksen kuvailulla. Kuvaan opinnäytetyöni kannalta sosiaalisen kuntoutuksen toimintaympäristöä sekä pyrin tuomaan ymmärrettävästi esiin sosiaalisen kuntoutuksen kannalta olennaista alan terminologiaa sekä toimintaa ohjaavaa lainsäädäntöä. Opinnäytetyöhön liittyvän toiminnan ja tutkimuksen lähin toimintaympäristö, bändiryhmä, lukeutuu niin sanottujen taiteellisten menetelmien kenttään. Luvussa 3 esittelen taiteellisten ja luovien menetelmien teoriaa ja periaatteita sekä musiikin tutkittuja vaikutuksia hyvinvointiin. Luku 4 puolestaan esittelee ja perustelee varsinaisen bändiryhmätoiminnan kohderyhmän, tavoitteet sekä käytännöt. Opinnäytetyön luvut 5–8 kuvaavat opinnäytetyöprosessia tarkemmin: esittelen käyttämäni tutkimusmenetelmän, haastattelututkimuksen, opinnäytetyöni johtopäätöksen sekä luotettavuustarkastelun. Tekemäni haastattelututkimuksen suorien lainausten eli autenttisten vastausten kautta pyrin tuomaan opinnäytetyössäni kuuluviin myös bändiryhmätoimintaan osallistuneiden asiakkaiden ääntä ja kokemuksia. Asiakkaiden kommentit käsitellään anonyymeina. Opinnäytetyön loppuluvussa, Lopuksi, kuvaan opinnäytetyöprosessin kautta esiin nousseita ajatuksia sekä kuvailen lyhyesti henkilökohtaista matkaani tämän opinnäytetyön parissa.

2 TOIMINTAYMPÄRISTÖ

Opinnäytetyö on toteutettu Keski-Uudenmaan sote -kuntayhtymälle (Keusote), johon kuuluu kuusi jäsenkuntaa Keski-Uudellamaalla. Bänditoiminta on Keusoten sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan ryhmätoimintaa Järvenpäässä. Bändiryhmätoiminta on järjestetty paikallisen Äänirauta ry:n tiloissa, joita Keusote on vuokrannut. Tilassa on valmiina kaikki tarvittava välineistö ryhmän toimintaa ajatellen.

2.1 Keski-Uudenmaan sote -kuntayhtymä

Keusote on kuntayhtymä, joka vastaa kuuden jäsenkuntansa terveys- ja sosiaalipalveluista. Jäsenkuntia ovat Hyvinkää, Järvenpää, Mäntsälä, Nurmijärvi, Pornainen ja Tuusula, ja sen alueella asuu noin 200 000 kuntalaista. Keusote aloitti terveys- ja sosiaalipalveluiden tuottamisen ja järjestämisen 1.1.2019, jota ennen julkisista terveys- ja sosiaalipalveluista vastasivat kaupungit ja kunnat itse. Keusotessa on yhteensä noin 3 500 työntekijää (Keusote 2021a). Opinnäytetyö on toteutettu osana Keusoten tuottamaa sosiaalista kuntoutusta ja kuntouttavaa työtoimintaa. Aloitin bändiryhmätoiminnan Järvenpäässä vuonna 2018, jolloin palveluntarjoajana oli Järvenpään kaupunki ja vuonna 2019 jatkoin toimintaa Keusoten alla. Bänditoiminta on Keusoten ainoa vain luoviin menetelmiin keskittyvä sosiaalisen kuntoutuksen muoto opinnäytetyön tekohetkellä.

Keusoten terveys- ja sosiaalipalvelut on jaettu kolmeen palvelualueeseen, joita ovat ikäihmisten ja vammaisten palvelut, terveyspalvelut ja sairaanhoito sekä aikuisten mielenterveys- ja päihde- ja sosiaalipalvelut ja lasten, nuorten ja perheiden palvelut (Keusote 2021b).

2.2 Sosiaalinen kuntoutus

Sosiaalinen kuntoutus on sosiaaliohjauksella ja sosiaalityöllä annettavaa tehostettua tukea, jonka tavoitteena on toimintakyvyn vahvistaminen, syrjäytymisen torjuminen ja osallisuuden edistäminen (THL 2015). Sen tarkoituksena on tukea ihmisen arjen osallisuutta sekä sosiaalista toimintakykyä, yhteisöllisen,

yksilöllisen ja toiminnallisen tuen kautta (Keusote 2021c). Sosiaaliohjaus on asiakkaan ohjausta palvelujen käytössä ja oikeiden tukimuotojen löytämisessä. Sosiaalityö rakentaa sosiaalisen tuen ja palvelujen kokonaisuuden sekä sovittaa sen yhteen muiden toimijoiden tuen kanssa. (THL 2015.) Sosiaalisen kuntoutuksen tarkoituksena on vahvistaa asiakkaan kykyä selviytyä jokapäiväisistä toiminnoista, sosiaalisista suhteista ja oman toimintaympäristönsä rooleista. Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteena voi olla esimerkiksi arkielämän taitojen oppiminen, päihteetön arki, opiskelussa tai työelämässä tarvittavien taitojen opettelu tai ryhmässä toimiminen. Sosiaalista kuntoutusta voidaan toteuttaa esimerkiksi yksilöllisenä psykososiaalisena tukena, toiminnallisina ryhminä, vertaistukena, vapaaehtoistoiminnalla ja työtoimintana. (STM 2021.) Bändiryhmä toteuttaa sosiaalista kuntoutusta toiminnallisen ryhmän kautta, johon asiakas ohjataan sosiaalityöntekijän tai työvoimatoimiston kautta.

Sosiaalisesta kuntoutuksesta määrätään Sosiaalihuoltolain (Sosiaalihuoltolaki 2014) 17. §:ssä. Sen mukaan sosiaaliseen kuntoutukseen kuuluu:

- 1) sosiaalisen toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen selvittäminen*
- 2) kuntoutusneuvonta ja -ohjaus sekä tarvittaessa kuntoutuspalvelujen yhteensovittaminen;*
- 3) valmennus arkipäivän toiminnoista suoriutumiseen ja elämänhallintaan;*
- 4) ryhmätoiminta ja tuki sosiaalisiin vuorovaikutussuhteisiin;*
- 5) muut tarvittavat sosiaalista kuntoutumista edistävät toimenpiteet.*

Nuorten sosiaalisella kuntoutuksella tuetaan nuorten sijoittumista työ-, työkokeilu-, opiskelu-, työpaja- tai kuntoutuspaikkaan sekä ehkäistään näiden keskeyttämistä.

2.3 Kuntouttava työtoiminta

Kuntouttavalla työtoiminnalla pyritään parantamaan asiakkaan elämänhallintaa ja toimintakykyä ja näin auttamaan asiakasta pääsemään työhön, koulutukseen tai työvoimapalveluihin (THL 2019a). Sosiaalihuoltolain

(Sosiaalihuoltolaki 2014.) 14. §:n mukaan kunnallisina sosiaalipalveluina kuntien on huolehdittava kuntouttavasta työtoiminnasta sen mukaan, miten laissa kuntouttavasta työtoiminnasta (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 2001) säädetään. Lain tarkoituksena on parantaa pitkittyneen työttömyyden perusteella työmarkkinatukea tai toimeentulotukea saavan kuntalaiseen mahdollisuuksia työllistyä ja parantaa mahdollisuuksia osallistua koulutukseen ja julkiseen työvoimapalveluun. Laissa kuntouttava työtoiminta määritellään palveluksi, jonka tarkoituksena on parantaa henkilön elämänhallintaa ja edellytyksiä työllistymiselle. (THL 2019d.) Kuntouttavassa työtoiminnassa ryhmätoiminnan sisällöt rakentuvat henkilökunnan vahvuuksien ja osaamisen sekä asiakkaiden tarpeiden ja toiveiden mukaisesti. Aloittaessani työskentelyn Järvenpäässä kuntouttavassa työtoiminnassa (2018) ja tutustuttuani kuntouttavan työtoiminnan tavoitteisiin, halusin perustaa bändiryhmän, sillä uskoin että luovien menetelmien ja yhteisöllisen tekemisen kautta olisi mahdollista vastata toiminnan tavoitteisiin. Koska oma vahvuusalueeni ja osaamiseni liittyy sosiaalityön lisäksi musiikkiin, oli luontevaa valita kuntoutuksen työkaluksi musiikilliset menetelmät.

Kunnan lisäksi kuntayhtymät, valtio, säätiöt, yhdistykset tai uskonnolliset yhteisöt voivat järjestää kuntouttavaa työtoimintaa. Kunta voi myös tehdä sopimuksen näiden tahojen kanssa kuntouttavan työtoiminnan järjestämisestä. Yritykset eivät voi järjestää kuntouttavaa työtoimintaa eikä sitä voi hankkia yrityksiltä. Kuntouttava työtoiminta ei saa hyödyttää yrityksiä alihankinnalla eikä kuntouttava työtoiminnan työpanosta saa käyttää voiton tuottamiseen. Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaalla ei saa korvata tai sijaistaa toimipaikan virka- tai työsuhteessa olevaa työntekijää. (THL 2019d.)

Asiakas ohjautuu kuntouttavaan työtoimintaan aina aktivointisuunnitelman kautta. Työ- ja elinkeinotoimisto ja kunta ovat velvollisia tekemään aktivointisuunnitelman pitkään työttömänä olleelle henkilölle. Asiakkaan saadessa toimeentulotukea, on kunta velvollinen aloittamaan aktivointisuunnitelman suunnittelun. Jos asiakas saa työttömyysetuutta tai molempia, on työ- ja elinkeinotoimisto vastuussa aktivoinnin aloittamisesta. Aktivointisuunnitelma tehdään alle 25-vuotiaalle työttömälle henkilölle, jolle on tehty työllistymissuunnitelma ja

- joka on saanut työttömyysetuutta vähintään 180 päivältä viimeisen 12 kalenterikuukauden aikana tai
- jolle on laadittu työllistymissuunnitelma ja joka on saanut 500 päivän työttömyyspäivärahauden ajan työttömyyspäivärahaa tai
- jolle on tehty työnhakijan haastattelu ja jonka pääasiallinen toimeentulo on viimeisen neljän kuukauden aikana perustunut toimeentulotukeen (THL 2019b.)

Aktivointisuunnitelma tehdään myös 25 vuotta täyttäneelle työttömälle henkilölle, jolle on tehty työllistymissuunnitelma ja

- joka on saanut työttömyysetuutta vähintään 500 päivältä tai
- joka on 500 päivän työttömyyspäivärahauden jälkeen saanut työttömyysetuutta vähintään 180 päivältä tai
- jonka pääasiallinen toimeentulo on viimeisen 12 kuukauden aikana perustunut toimeentulotukeen (THL 2019b.)

Työllistymissuunnitelma on työ- ja elinkeinotoimiston ja asiakkaan yhdessä tekemä suunnitelma työnhaun tavoitteista, työllistymisen edistämistavoista ja tarvittavista palveluista. Sen tarkoitus on antaa selkeä kuva asiakkaan tilanteesta niin asiakkaalle itselleen kuin työ- ja elinkeinotoimistollekin. (Te-palvelut 2013.)

Aktivointisuunnitelmaan selvitetään asiakkaan palvelutarve sekä työ- ja toimintakyky. Jos asiakkaan työ- ja toimintakyky riittävät työ- ja elinkeinotoimiston palveluihin, ohjataan hänet sinne. Työ- ja elinkeinotoimiston palvelut ovat aina ensisijaisia asiakkaalle. Työ- ja toimintakyvyn ollessa riittämättömät työ- ja elinkeinotoimiston palveluihin, ohjataan asiakas kuntouttavaan työtoimintaan tai muuhun toimintakykyä edistävään toimintaan. (THL 2019b.) Kuntouttavaa työtoimintaa ohjaavan lain (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 2001) 9. §:n mukaan aktivointisuunnitelmaan, joka sisältää kuntouttavaa työtoimintaa on kirjattava ainakin seuraavat asiat:

- 1) kuntouttavan työtoiminnan tavoite, kuvaus ja toiminnan järjestämispaikka

2) *kuntouttavan työtoiminnan päivittäinen ja viikoittainen kesto;*

3) *kuntouttavan työtoiminnan jakson alkamisajankohta ja pituus;*

4) *henkilölle annettava tuki ja ohjaus kuntouttavan työtoiminnan aikana;*

5) *henkilölle kuntouttavan työtoiminnan ohella tarjottavat muut sosiaalipalvelut sekä terveys-, kuntoutus- ja koulutuspalvelut;*

6) *ajankohta, jolloin viimeistään arvioidaan kuntouttavan työtoiminnan vaikutuksia henkilön työllistymismahdollisuuksille ja päätetään jatkotoimista sekä aktivointisuunnitelman tai monialaisen työllistymissuunnitelman uudistamisesta. (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 2001)*

Kuntouttava työtoiminta voi olla esimerkiksi työtoimintaa, ryhmätoimintaa, yksilövalmennusta tai toimintakyvyn arviointia. Tarjolla voi olla vastuullisia työtehtäviä tai totuttautumista päivärytmiin ja ohjattuun toimintaan. Yksi kuntouttavan työtoiminnan jakso on 3–24 kuukautta pitkä. Tarvittaessa jaksoja voi olla monta peräkkäin. Asiakkaan oltua 24 kuukautta toiminnassa tai jos toiminnan sisältö muuttuu merkittävästä, on aktivointisuunnitelma tarkistettava ja tarvittaessa uusittava. Yksi toimintapäivä kestää neljästä kahdeksaan tuntia. Toimintapäiviä voi olla yhdestä neljään viikossa. Bändiryhmään osallistuneista osakäy ryhmässä kerran viikossa, osa kaksi kertaa viikossa. Ryhmäläiset saattavat osallistua myös johonkin muuhun järjestettyyn kuntouttavan toiminnan ryhmään. Bändiryhmä toimii Järvenpäässä opinnäytetyön tekohetkellä kahtena päivänä viikossa.

Asiakkaan kuntouttavan työtoiminnan jakson lopussa tehdään arviointi, jossa arvioidaan tavoitteiden toteutumista ja suunnitellaan jatkoa. Jatkoa arvioidaan ja suunnitellaan yhdessä asiakkaan kanssa ja tähän voi osallistua ryhmän ohjaaja tai esimerkiksi työvalmentaja tai asiakkaan sosiaalityöntekijä. Pidemmissä sopimuksissa on hyvä tehdä väliarviointeja vähintään kolmen kuukauden välein. Jos kuntouttava työtoiminta ei ole asiakkaalle oikea palvelu, voidaan aktivointisuunnitelma päivittää ja asiakas ohjata sopivampaan palveluun.

Työtoiminta voidaan keskeyttää kesken kauden, jos asiakas saa työkokeilu-, opiskelu- tai työpaikan tai jos esimerkiksi luvattomia poissaoloja kertyy liikaa. (THL 2019c.)

2.4 Sosiaalinen kuntoutus ja kuntouttava työtoiminta Keusotessa

Keusotessa Sosiaalinen kuntoutus kuuluu aikuisten mielenterveys-, päihde-, ja sosiaalipalveluihin. Sosiaalinen kuntoutus on jaettu avopäihdepalveluihin, kuntouttavaan työtoimintaan ja työ- ja päivätoimintaan. (Keusote. 2021c.) Avopäihdepalvelut antavat suunnitelmallista avokuntoutusta yli 18-vuotiaille päihde- ja mielenterveysongelmista kärsiville hoitosuhteessa oleville asiakkaille neuvonnan, ohjauksen, terapian, hoidon tarpeenarvioinnin, vieroitus- ja korvaushoidon sekä kuntoutuksen muodossa. Avopäihdepalveluita Keusotessa tarjotaan Hyvinkäällä ja Järvenpäässä. (Keusote 2021d.)

Mielenterveyskuntoutujien työtoimintaa tarjotaan Hyvinkäällä, Nurmijärvellä sekä Järvenpäässä. Päivätoimintaa ja tuettua työtoimintaa mielenterveys- ja päihdekuntoutujille on tarjolla Mäntsälässä. (Keusote 2021f.)

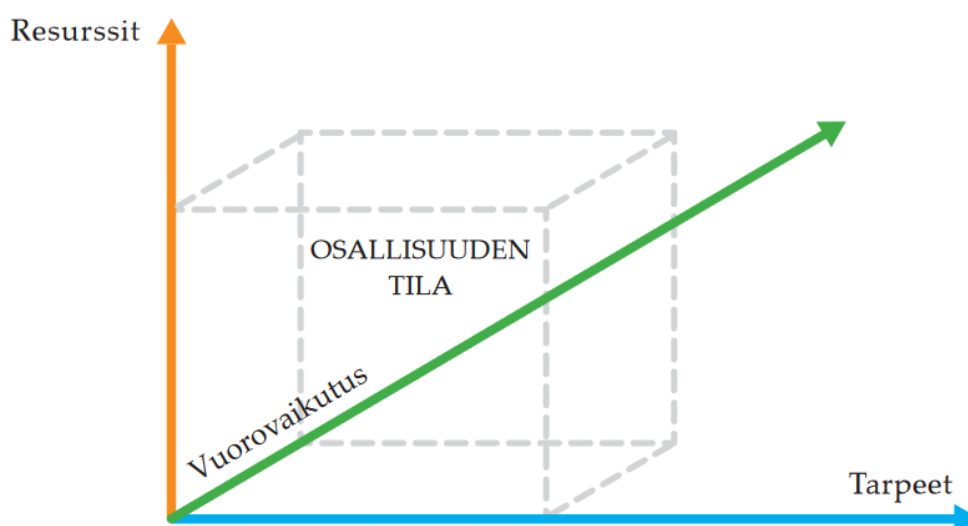
Kuntouttavaa työtoimintaa on tarjolla Hyvinkään Rentossa, Järvenpäässä (tällä hetkellä väistötiloissa Arkilla, huhtikuusta 2021 alkaen Emalinkukka-kiinteistössä Järvenpään Pajalassa), Mäntsälän Valmennuskeskuksessa, Nurmijärven Woimalassa ja Tuusulan Työtoimintakeskuksessa. Keusoten Sosiaalisen kuntoutuksen kuntouttava työtoiminta tarjoaa Sosiaalihuoltolain mukaista kuntouttavan työtoiminnan palvelua. (Keusote 2021g.)

3 LUOVAT JA TAITEELLISET MENETELMÄT

Luovuus on osa rikasta elämää. Kaikilla meillä on tarvetta luovalle ilmaisulle. Taiteellisella toiminnalla tai siitä käytävällä keskustelulla on mahdollista helpottaa tunteiden käsittelyä. Luova ryhmätoiminta voi edistää kuntoutumista. (Huhtinen-Hildén & Isola 2019, 1) Luovat ja taiteelliset toiminnot voivat luoda tunteen merkityksellisyydestä, kun omat kokemukset tai tuotokset ovat tärkeä osa isompaa kokonaisuutta. Yhdessä koettu luova toiminta lisää osallisuuden kokemusta. Tunne siitä, että voi vaikuttaa itse kokemuksiin ja tunne siitä, että kuuluu johonkin lisää osallisuutta. Luovissa menetelmissä ihminen voi kokea

olevansa aktiivinen, kokeva, toimiva ja muovaava subjekti eikä vain muiden tekemisen kohde tai altistuja. (Karjalainen (toim.) 2019, 13.)

Huhtinen-Hildénin ja Isolan (2018, 8.) mukaan luovuus ja luovat toiminnot luovat hyvinvointia, koska ne laajentavat osallisuuden tilaa (Kuva 1). Osallisuuden tila syntyy tarpeiden, resurssien ja vuorovaikutuksen kautta. Elämään muodostuu uusia ulottuvuuksia ja mahdollisuuksia sen laajentuessa ilmaisun, ja luovuuden myötä. (Huhtinen-Hildén & Isola 2018, 8.) Luovuus vahvistaa resursseja. Resurssit lisäävät hyvinvointia. Luovat toiminnot vastaavat tarpeisiimme ja saavat aikaan hyviä tunnekokemuksia. Luovissa ryhmätoiminnoissa ihminen saa vuorovaikutusta. Resurssit, tarpeet ja vuorovaikutus luovat osallisuuden tilan. (Karjalainen, A-L. (toim.) 2019, 14.)



Kuva 1. Osallisuuden tila (Huhtinen-Hildén & Isola 2018, 8)

ESR:n rahoittamassa Sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishankkeessa tehtiin vuonna 2019 Elämäni sävelet -tutkimus, jossa tarkoituksena oli kehittää luovaa ryhmätoimintaa aikuissosiaalityössä, sosiaalisessa kuntoutuksessa, kuntouttavassa työtoiminnassa, nuorten sosiaalityössä ja syrjäytymistä ehkäisevissä palveluissa. Tavoitteena tutkimuksessa oli ymmärtää osallisuutta vahvistavia tekijöitä luovissa menetelmissä ja luoda näiden tekijöiden ympärille luovaa toimintaa kuvaava toimintamalli. (Huhtinen-Hildén & Isola 2019, 3)

Tutkimuksen (Huhtinen-Hildén & Isola 2019, 1) mukaan luovien ryhmätoimintojen keskeisiä vaiheita ovat virittäytyminen, etäännyttäminen, sanoittaminen,

jakaminen ja hyväksyntä. Vaiheet voivat olla läsnä limittäin, samanaikaisesti tai toistuvasti.

1. Virittäytyminen

Pohja luovalle ryhmätoiminnalle ja yksilölliselle luovalle työskentelylle luodaan virittäytymälle hetkeen, ryhmään ja sen vuorovaikutukseen. Virittäytymällä pienennetään mahdollista ryhmän tai luovan tilanteen aiheuttamaa jännitystä ja hämmennystä. *Luova ilmaisu sekä tunteiden ja ajatusten käsittely ryhmässä edellyttävät turvallista ja keskustelun sallivaa ilmapiiriä.* (Huhtinen-Hildén & Isola 2019, 1)

2. Etääntyminen

Luovassa ryhmätoiminnassa ihmisen on voitava turvallisesti etääntyä arjestaan ja vaikeuksistaan. On luotava sellaiset olosuhteet, joissa tämä on mahdollista. Luovuus voi olla reitti etääntyä kielteiseksi ja pakottavaksi koetusta arjesta. Luovilla ja taiteellisilla menetelmillä ihmisen on mahdollista etääntyä omasta tilanteestaan ja näin tarkastella sitä kauempaa. Uudesta perspektiivistä asioiden näkeminen antaa uusia välineitä käsitellä kokemuksia ja rakentaa niiden ympärille uusia merkityksiä. Taide voi herättää tunteita, jotka voi löytää ja ymmärtää myös itsessään. Taide voi herättää tunteita esiin, jolloin niitä voi käsitellä. *Etääntymisen myötä syntyy tilaa mielikuville, tunteille ja oivalluksille.* (Huhtinen-Hildén & Isola 2019,1–2.)

3. Sanoittaminen

Luovassa työskentelyssä asioita pohditaan ja jäsennellään ensin sanattomasti. Asioiden tunteminen ja pohtiminen voi johtaa siihen, että kokemukset ja tuntemukset puetaan sanoiksi. Luova toiminta ulottuu sellaisiin tunteisiin, joihin sanat eivät riitä. Luovilla toiminnoilla voidaan saada nämä kokemukset ja tuntemukset sanoiksi. (Huhtinen-Hildén & Isola 2019, 2.)

4. Jakaminen

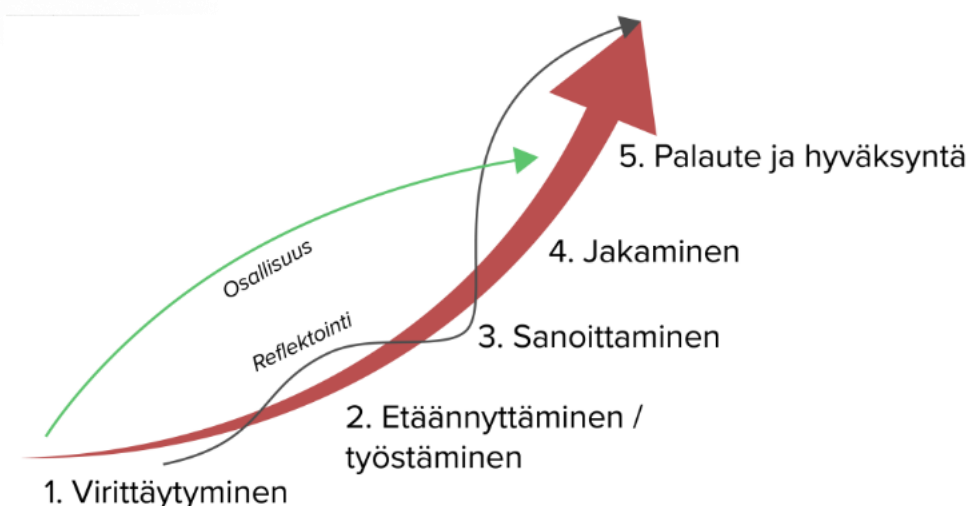
Ihmisen saadessa kiinni tunteistaan ja tunteisiin liittyvistä merkityksistä niitä on helpompi jakaa. Luovat ryhmätoiminnat mahdollistavat tunteiden ja

merkitysten jakamisen kielellisin ja ei-kielellisin keinoin. Myös eläytyminen taiteeseen on oman tunteensa jakamista muille. *Yhdessä soittaminen ja laulaminen vahvistavat yhteisyyden kokemusta.* (Huhtinen-Hildén & Isola 2019, 2.)

Teemahaastattelussa monien haastateltavien kanssa tuli ilmi yhteisyyden kokemus ja ei-kielellinen vuorovaikutus. Yhdessä tekemisen ja onnistumisen tunne luo yhteisyyttä ja luo pohjan vuorovaikutukselle, jossa ei tarvita puhetta.

5. Palaute ja hyväksyntä

Hyväksytyksi tuleminen antaa uskoa itseän, kykyihin, ympäristöön ja tulevaisuuteen. Hyväksytyksi tuleminen edistää voimaantumista ja valtautumista. Ihmisten jakaessa kokemuksiaan luovan ryhmätoiminnan aikana, on mahdollisuus antaa ja saada vastavuoroista hyväksymistä, myötätuntoa ja toisen ymmärtämistä. Silloin koetaan tullessa kuulluksi ja nähdyksi. Se herättää ihmisessä kiinnostuksen: mistä muusta voin saada samanlaisia positiivisia onnistumisen, oppimisen ja kokeilemisen kokemuksia. (Huhtinen-Hildén & Isola 2019, 3.) Teemahaastatteluissa kaikki haastateltavat kokivat tullessa hyväksytyksi ryhmässä ja saaneensa onnistumisen kokemuksia. Kaikki osallistujat kokivat tullessa kuulluksi. Neljä viidestä haastateltavasta mainitsi oppineensa bändiryhmässä uutta.



Kuva 2: Luova ryhmätoiminnan malli (Huhtinen-Hildén & Isola 2019, 2)

Elämäni sävel -tutkimuksen tulokset osoittivat luovan ryhmätoiminnan lisäävän osallisuutta ja hyvinvointia (Huhtinen-Hildén & Isola 2019, 3). Oma tutkimukseni antoi samoja tuloksia. Jokainen bändiryhmän osallistujista koki

bändiryhmän lisäävän osallisuutta ja hyvinvointia. Luovassa ryhmätoiminnossa osallisuus voimistuu, kun ryhmään osallistuva henkilö

- *pääsee käsiksi olemassa oleviin voimavaroihinsa tai löytää uusia*
- *kuuluu johonkin, tulee kuulluksi ja kuuluu yhdessä muiden kanssa*
- *kokee elämänsä merkitykselliseksi ja pystyy hallitsemaan tunteitaan.* (Huhtinen-Hildén & Isola 2019, 3.)

Vuonna 2017 Sitra (Suomen itsenäisyyden juhlarahasto) fasilitoi kulttuurin yhteiskunnallisten vaikutusten keskustelunavausta. Sen osana toteutettiin kooste (Honkala & Laitinen 2017), johon kerättiin kansainvälistä tutkimustietoa vuosilta 2010–2017 taiteen ja kulttuurin vaikutuksista. Kooste jaettiin kuuteen vaikutusalueeseen: sosiaaliseen hyvinvointiin, terveyteen, oppimiseen, talouteen, ekologiseen kestävyteen kulttuuriseen kestävyteen. Jokaisesta osa-alueesta tehtiin oma tutkimuskooste. (Honkala & Laitinen 2017.)

Näkökulmia taiteen ja kulttuurin sosiaalisen hyvinvoinnin vaikutuksiin -tutkimuskoosteen (Sitra. 2017) perusteella kansainväliset tutkimukset osoittavat taiteen ja taiteellisen toiminnan vaikuttavan ihmisten sosiaaliseen hyvinvointiin hyvin vahvasti. Taide ja kulttuuri vaikuttavat sosiaaliseen hyvinvointiin niin yksilötasolla, yhteisöissä kuin yhteiskunnallisestikin. Sitran (2017) tutkimuskoosteessa sosiaalinen hyvinvointi on jaettu kahdeksaan eri alueeseen, joihin taiteellinen toiminta vaikuttaa positiivisesti: sosiaalinen osallistuminen ja osallisuus, sosiaaliset taidot ja vuorovaikutustaidot, sosiaalinen pääoma, syrjäytymisen ehkäisy, kulttuurinen ja sosiaalinen moninaisuus, kriittinen ajattelu, aktiivinen kansalaisuus sekä elin- ja asuinympäristöjen kehitys. (Sitra. 2017).

Sitran tutkimuskoosteen mukaan osallistava taide- ja kulttuuritoiminta lisää sosiaalista vuorovaikutusta, tukea ja luottamusta. Yhteisöllisessä taidetoiminnassa ihminen kokee tulleeksi nähdyksi, kuulluksi ja arvostetuksi. Tutkimukset kertovat taide- ja kulttuuritoiminnan vähentävän yksinäisyyttä ja sosiaalista eristäytyneisyyttä nuorilla. Se vahvistaa nuoria positiivisten sosiaalisten suhteiden luomisessa ja rohkaisee heitä osallistumaan yhteisöllisesti ja yhteiskunnallisesti. Osallistava taide – ja kulttuuritoiminta vahvistaa nuorten sosiaalisia taitoja ja vuorovaikutustaitoja. Ryhmässä tapahtuvassa taidetoiminnassa nuorten yhteistyötaidot, kommunikaatio- ja neuvottelutaidot sekä konfliktien ratkaisemiseen liittyvät taidot paranevat. Taide- ja kulttuuritoiminta rakentaa ja

vahvistaa sosiaalista pääomaa. Osallistava ja yhteisöllinen taidetoiminta kasvattaa sosiaalisten verkostojen määrää ja luottamusta muihin ihmisiin. (Sitra. 2017).

Tutkimukset kertovat taiteellisen toiminnan ehkäisevän syrjäytymistä. Yhteisöllinen ja osallistava taide- ja kulttuuritoiminta kasvattaa sosiaalista pääomaa, vähentää yksinäisyyden tunnetta ja tukee mielen hyvinvointia ja mielenterveyttä. Se myös antaa mahdollisuuden tunnistaa omia vahvuuksia, kykyjä ja kiinnostuksen kohteita edistäen samalla toimijuutta ja toimijuuden tunnetta sekä lisää itseluottamusta ja rohkeutta. Tutkimuksissa todettiin osallistavan taide- ja kulttuuritoiminnan parantavan ihmisen oppimisvalmiuksia, kognitiivisia ja sosioemotionaalisia taitoja, ryhmätyötaitoja, itsesäätelyä, itseilmaisutaitoja sekä kykyä tunnistaa ja hallita mielialoja ja tunteita. (Sitra. 2017).

Taiteellisen toiminnan katsotaan tutkimuksissa mahdollistavan vuorovaikutuksen ihmisten ja ihmisryhmien välille, jotka eivät ole muuten yhteydessä, iästä ja taustoista riippumatta. Taiteellisen toiminnan katsotaan lisäävän kulttuurien ja sukupolvien välistä ymmärrystä, erilaisuuden arvostamista ja empatiaa. Taide ja kulttuuritoiminta tekee mahdolliseksi kulttuuristen ja sosiaalisten epäkohtien ja ongelmien esiin tuomisen ja niihin puuttumisen. Tutkimukset kertovat, että taiteellinen toiminta kehittää kriittistä ajattelua sekä tukee ihmisten osallistumista kansalaistoimintaan ja kansalaisaktiivisuutta. Tutkimuksista voi päätellä, että aktiivisesti taidetta harrastavat ovat ahkerampia äänestäjiä ja osallistuvat vapaaehtoistoimintaan enemmän. Tutkimuksissa on todettu osallistavaan ja yhteisölliseen taidetoimintaan osallistuvien olevan kiinnostuneempia asuinalueensa ja elinympäristönsä kehittämistä, asuinalueensa monimuotoisuuden tukemisesta, asuinalueensa viihtyvyyden ja turvallisuuden lisäämisestä. (Sitra. 2017).

Musiikilla on vastaanottaja ja tuottaja. Ihminen voi olla vastaanottaja, tuottaja tai molemmat. Kuka tahansa normaalisti musikaalinen ihminen voi tuottaa musiikkia soittaen, laulaen, säveltäen, sovittaen tai vaikka tehden kaikkea noista. Musikaalisuuden lisäksi säveltämiseen ja sovittamiseen tarvitaan luovuutta. Osa ihmisistä on täysin epämusikaalisia. Heiltä musiikin tuottaminen ei onnistu, ei ainakaan niin hyvin kuin musiikilliselta ihmiseltä. Epämusikaalinen ihminen saa musiikin kuuntelemisestakin vähemmän irti kuin musiikillinen

ihminen, mutta jokainen normaalin kuulojärjestelmän omaava henkilö voi vastaanottaa musiikkia. (Ukkola-Vuoti 2017.)

Musiikin tuottaman mielihyvän voi havaita ihmisen verestä verikokein tai vaikka kuvaamalla aivoja. Kuunnellessamme, soittaessamme tai laulaessamme musiikkia, saa musiikki tietyt geenit toimimaan muita vilkkaammin ja sen voi mitata verestä, syljestä, virtsasta, verenpaineesta, sydämen sykkeestä ja aivokuvien muutoksilla. (Ukkola-Vuoti 2017.)

Ukkola-Vuotin mukaan (2017) lukuisissa tutkimuksissa on huomattu musiikin harrastamisen, niin tuottajana kuin vastaanottajanakin, ehkäisevän sairauksilta ja lievittävän sairauksien oireita. Musiikin voima sairauksia ehkäisevänä ja hillitsevänä tekijänä perustuu sen monipuolisuuteen ja kokonaisvaltaisuuteen. Musiikki aktivoi monia geenejä ja aivojen osia, jotka liittyvät tunteisiin, mielihyvään, kognitioon, aistimiseen ja liikkumiseen. (Ukkola-Vuoti 2017.)

Musiikin vaikutukset ihmisessä voi havaita paljain silmin: kyyneleet, pala kurkussa tai kylmät väreet. Ihmisen pupillit laajenevat suuria tunteita herättävän musiikin kuuntelemisen aikana. Saman reaktion pupilleissa saa aikaan moni muu mielihyvää aiheuttama asia kuten ihastuksen kohteen näkeminen. Kehosta voidaan mitata paljon musiikin aikaansaamia muutoksia. Musiikin kuuntelu muuttaa verenpainetta ja saa sydämen sykkeen muuttumaan. Se muuttaa ihon sähkönjohtavuutta ja laajentaa pupilleja. Nämä ovat merkkejä tahdosta riippumattoman hermoston sympaattisen osan toiminnasta. Musisointi ja musiikin kuuntelu muuttavat hermostoon vaikuttavien geenien määrää, lisäävät solujen viestinvälittäjien, vasta-aineiden ja luonnollisten tappajasolujen tuotantoa sekä muuttavat geenien aktiivisuutta. Musiikki myös aktivoi aivoja ja lisää aivojen verenkiertoa ja lisää aivojen plastisuutta ja rakennetta. (Ukkola-Vuoti 2017.)

4 BÄNDIRYHMÄ

Bändiryhmä on ryhmämuotoista toimintaa kuntouttavan työtoiminnan ja sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaille. Asiakkaat ovat yli 18-vuotiaita työttömiä kuntouttavan työtoiminnan asiakkaita tai eläkkeellä olevia sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaita. Asiakkailta on usein taustalla moninaisia haasteita elämän eri

osa-alueilla. Asiakkaat ovat pitkäaikaistyöttömiä tai muuten olleet pitkään poissa työelämästä. Heillä on usein haasteita päihteiden käytön, mielenterveyden, terveyden, elämänhallinnan ja/tai toimintakyvyn kanssa. Tällä hetkellä kaikki asiakkaat ovat järvenpääläisiä, mutta tulevaisuudessa asiakkaita voi tulla muistakin Keusoten kunnista. Asiakkaiden tavoitteita toiminnassa ovat usein päivärytmin ja elämänhallinnan parantaminen, sosiaalisten kanssakäymisten lisääminen ja päihteettömän mukavan tekemisen saaminen elämään. Aloitin ryhmän toiminnan elokuussa 2018, kun sosiaali- ja terveystalvelut olivat vielä Järvenpään kaupungin alaisuudessa. Aluksi ryhmä oli kerran viikossa perjantaiaamuisin. Samaan aikaan kun sosiaali- ja terveystalvelut siirtyivät Järvenpään kaupungilta Keusotelle tammikuussa 2019, lisättiin bändiryhmälle toinen päivä ja siitä lähtien bändiryhmä on toiminut kaksi kertaa viikossa, tiistaisin ja perjantaisin.

Järvenpään ja Keusoten sosiaalisessa kuntoutuksessa on pyritty rohkeasti kokeilemaan erilaisia toiminnallisia ryhmiä ohjaajien mielenkiintojen ja taitojen sekä asiakastarpeen mukaan, jotta löydettäisiin mahdollisimman hyvin asiakkaita ja heidän tarpeitaan palvelevia toimintoja. Bändiryhmäkin perustettiin näin, hyödyntäen ohjaajan erikoisosaamista ja kiinnostuksen kohdetta asiakkaiden tarpeisiin. Bändiryhmään saatiin helposti kiinnostuneet asiakkaat mukaan ja aloituksesta alkaen ryhmä onkin ollut täysi melkein koko ajan saaden myös jonoa aikaiseksi. Bändiryhmä on ollut erinomainen ja monipuolista lisä sosiaalisen kuntoutuksen tarjontaan ja ollut selkeästi tarpeellinen lisä siihen.

Bändiryhmä on saanut mukaan ihmisiä, jotka eivät muuten olisi osallistuneet kuntouttavaan työtoimintaan tai sosiaaliseen kuntoutukseen. Ihmiset, joille musiikki on mielenkiinnon kohde ja intohimo, osallistuvat helpommin kuntouttavaan työtoimintaan tai sosiaaliseen kuntoutukseen, kun toiminnassa pääsee toteuttamaan itseään musiikin keinoin. Ilman musiikkia moni voisi pitää kuntouttavaa työtoimintaa tai sosiaalista kuntoutusta epämiellyttävänä ja epähoukuttelevana vaihtoehtona. Se, että on mahdollisuus osallistua kuntouttavaan työtoimintaan tai sosiaaliseen kuntoutukseen itselleen tärkeän asian muodossa, madaltaa kynnyksiä osallistumiseen.

Bändiryhmä on alusta asti toiminut vuokralla Äänirauta ry:n bänditiloissa Vanhalla suksitehtaalla Järvenpään Kinnarissa. Ääniraudan tilat on ensisijaisesti suunniteltu musiikkiryhmien ohjaamiseen, joten puitteet ovat kunnossa. Tila on akustoitu ja tilasta löytyy laadukkaat äänentoistojärjestelmät. Tilassa käytetään sähkörumpuja, joten äänenvoimakkuus ei nouse liian korkealle tasolle. Tarvittaessa jokaiselle on tarjolla studiokuulokkeet, jolloin jokaiselle osallistujalle saadaan juuri hänelle sopiva äänenvoimakkuuden taso ja jokaiselle osallistujalle saadaan säädettyä juuri hänen haluamansa miksaus. Tilassa on käytettävissä akustisia kitaroita, sähkökitaroita vahvistimineen, bassoja, kosketinsoittimia, sähkörummut, perkussioita ja mikrofoneja. Tilasta löytyy myös livetilanteisiin ja äänityskäyttöön sopiva mikseri sekä äänitykseen, miksauseseen, videoeditointiin ja kuvankäsittelyyn tarkoitettut tietokone ja ohjelmisto. Osassa soittimista on kuvionuottitarrat. Näillä soittimilla soittamista voi harjoitella kuvionuottijärjestelmää (Resonaari 2019) hyödyntäen. Tarkoituksena on, että ryhmän toimintaan voi tulla mukaan kuka tahansa riippumatta soittotaidosta ja -kokemuksesta. Kuvionuottijärjestelmä helpottaa kokemattoman pääsyä mukaan soittamiseen. Ryhmän kokoonpano voi muuttua koska tahansa. Ryhmästä voi koska tahansa lähteä yksi osallistuja lähteä pois ja tulla toinen tilalle. Siksi on tärkeää, että soittamiseen sisäänpääsy on tehty mahdollisimman helpoksi.

Ryhmässä asiakas voi valita instrumentikseen rummut tai muita lyömäsoittimia, basson, kitaran, kosketinsoittimet tai laulun. Asiakas saa vaikuttaa siihen, minkä soittimen hän valitsee, mutta pyrin vaikuttamaan soitinvalintaan niin, että ryhmästä saataisiin aikaiseksi mahdollisimman toimiva bändi. Enimmillään ryhmässä on ollut samanaikaisesti kuusi asiakasta. Silloin instrumentteina oli laulu, rummut, basso, kaksi kitaraa ja kosketinsoittimet. Vähimmillään ryhmässä on samanaikaisesti ollut paikalla yksi henkilö, jolloin esimerkiksi minä olen soittanut kitaraa ja asiakas on laulanut. Käytössä on ollut myös tekemäni taustanauhat, jolloin saadaan aikaan jonkinlainen illuusio siitä, että mukana olisi koko bändi.

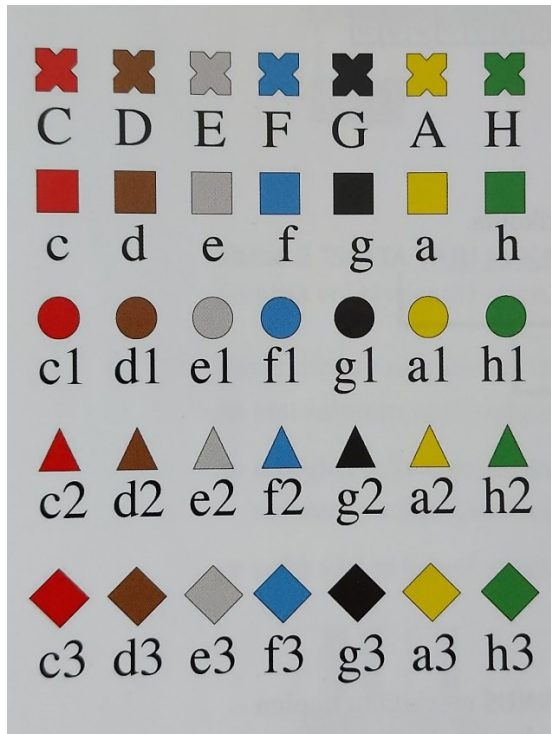
Yleensä ryhmässä on paikalla 3–4 ihmistä. Korona-aikana maksimimäärä on ollut neljä. Jos paikalla on 3 tai 4 ihmistä, on lähestulkoon aina vapaana joko rumpalin, basistin tai kitaristin paikka. Silloin ohjaajan on hypättävä tähän

vapaana olevaan soittimeen, jotta bändi saadaan kasaan. On tärkeää, että ohjaaja pystyy soittamaan kaikkia ryhmässä soitettavia soittimia edes auttavasti.

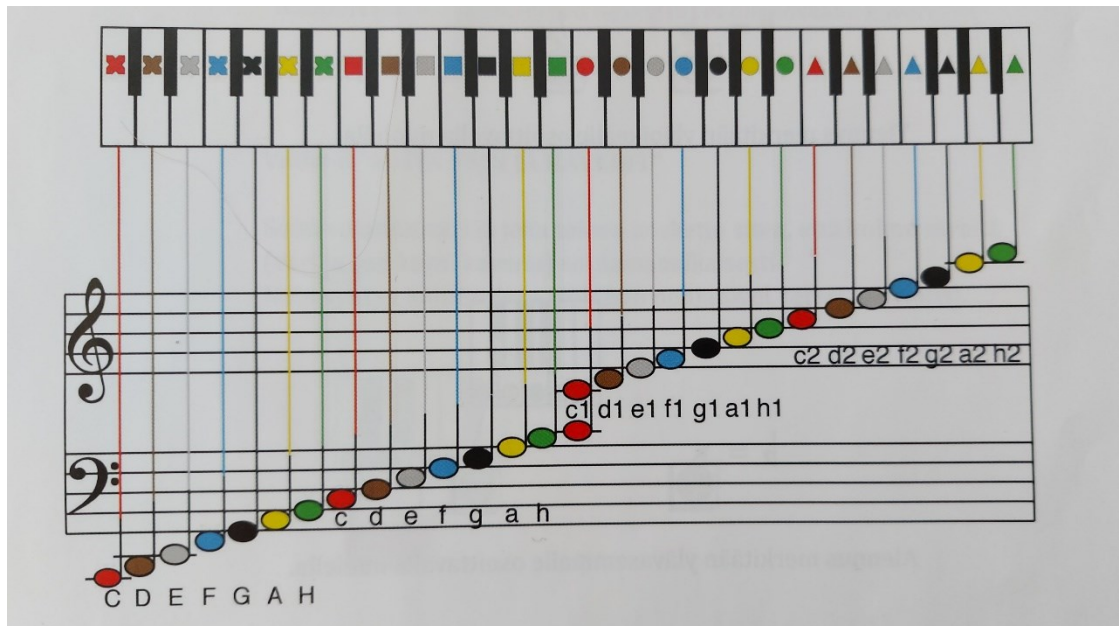
Ryhmä valitsee yhdessä demokraattisesti kappaleita, joita haluaa soittaa. Kappalevalintoja pyritään tekemään niin, että jokainen saisi vaikuttaa valittaviin kappaleisiin ja saisi jollain tavalla omiakin suosikkejaan valittavaksi. Laulajalla on veto-oikeus; emme valitse kappaleita, joita laulaja ei halua tai voi laulaa. Kappaleille on myös etsittävä oikea ääniala laulajan mukaan. Valituista kappaleista minä teen kuvionuotit, joiden pohjalta kappaletta lähdetään soittamaan. Valittavana on myös suuri määrä valmiiksi tehtyjä kuvionuotteja kymmenistä kappaleista.

Bändiryhmässä käytetään kuvionuotteja. Kappaleiden soinnutukset luetaan kuvionuoteista. Kuvionuottien sointumerkinnästä on luettavissa sointu myös perinteisellä tavalla. Ääniraudan soittimista muutama basso ja kosketinsoitin sekä nelikielinen kitara on varustettu kuvionuottitarroin. Kuvionuottien avulla niin aloitteleva vasta-alkaja, kuin kokenut konkarikin pääsee soittamiseen sisään helposti eikä aikaisempia taitoja tarvita (Kaikkonen & Uusitalo 2017, 7).

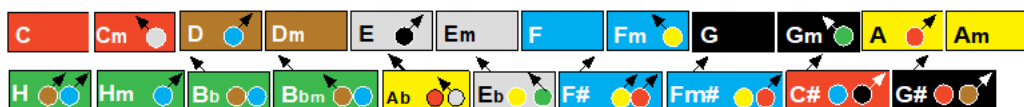
Kuvionuotit on musiikkiterapeutti Kaarlo Uusitalon alun perin kehitysvammaisten tarpeisiin kehitetty konkreettinen ja helposti ymmärrettävä nuotitusjärjestelmä, jonka avulla kuka tahansa voi oppia soittamaan ja saada kokemuksen oman soittamisensa hallitsemisesta. Kuvionuotit eivät näytä samalta kuin perinteiset nuotit. Kuvionuotit ovat värejä ja kuvioita; risti, ympyrä, neliö ja kolmio. Kuvionuoteista löytyy kuitenkin sama tieto kuin perinteisissä nuoteissakin; oktaavialat, eri sävelet, sävelten kestot, ylennykset ja alennukset, tauot, sointumerkit sekä tahdit ja kappaleen rakenne. Merkintätapa on helposti ymmärrettävä ja selkeä. Siksi soittaminen onnistuu nopeasti ja soittaja kokee onnistumisen kokemuksen nopeasti. Se tuo iloa ja motivaatiota soittamiseen. (Resonaari 2019.)



Kuva 3. Kuvionuoteissa jokaisella sävelellä on oma värinsä ja oktaavia erotellaan toisistaan muotojen avulla (Kaikkonen & Uusitalo 2017. 7)



Kuva 4. Oikea soittokohta löytyy soittimeen liimatun tarran avulla (Kaikkonen & Uusitalo 2017, 7)



Kuva 5. Esimerkkejä sointujen merkitsemisestä. (Kaikkonen & Uusitalo 1996)

5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TOTEUTUS

Opinnäytetyön tilaajana toimii Keski-uudenmaan Sote -kuntayhtymä, jonka Sosiaalisessa kuntoutuksen alaisuudessa Bändiryhmä toimii. Sosiaalisesta kuntoutuksesta puhuttaessa mainitaan monesti taiteelliset ja luovat menetelmät. Silti taiteelliset ja luovat menetelmät ovat vain pienessä osassa Keusoten Sosiaalista kuntoutusta. Tämä opinnäytetyö tekee näkyväksi bändiryhmän ja muun taiteellisen ja luovan toiminnan toimivuuden ja tärkeyden osana sosiaalista kuntoutusta ja kuntouttavaa työtoimintaa.

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, millaisia kokemuksia asiakkailla on bändiryhmästä ja miten asiakkaat kokevat toiminnan tukevan heidän osallisuuttaan, toimintakykyään, elämän- ja arjenhallintaansa, hyvinvointiaan sekä kuntoutumistaan. Opinnäytetyön tavoitteena on saada asiakaslähtöistä tietoa toiminnan kehittämiseksi sekä saada tietoa, miten asiakkaiden mielestä bändiryhmä vastaa sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan tavoitteisiin ja kuinka se soveltuu sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan toiminnaksi. Tutkimukseni tutkimuskysymykset ovat:

Tukeeko bändiryhmä kuntoutumista?

Vahvistaako bändiryhmä asiakkaan toiminta- ja työkykyä sekä elämän- ja arjenhallintaa?

Lisääkö bändiryhmä asiakkaan osallisuutta ja hyvinvointia?

Opinnäytetyössä kerron kirjallisuutta hyväksikäyttäen sosiaalisesta kuntoutuksesta, kuntouttavasta työtoiminnasta ja taiteellisten ja luovien menetelmien positiivisista vaikutuksista ihmiseen keskittyen taiteellisista ja luovista menetelmistä musiikkiin.

Osa opinnäytetyön prosessia on käytännön työ bändiryhmässä. Olen toteuttanut bändiryhmää vuodesta 2018 alkaen ja asiakkaat käyvät bändiryhmässä yhden tai kaksi kertaa viikossa. Koko opinnäytetyön perustana on bändiryhmä, sen toiminta ja asiakkaiden kokemukset bändiryhmästä ja sen toiminnasta. Näitä kokemuksia pyrin saamaan esille teemahaastatteluilla, joihin

jokainen bändiryhmässä tällä hetkellä oleva asiakas suostui osallistumaan. Asiakkaiden kokemuksia peilaan tutkimaani teoretietoon sosiaalisesta kuntoutuksesta, kuntouttavasta työtoiminnasta luovista ja taiteellisista menetelmistä sekä musiikin vaikutuksista hyvinvointiin.

6 TUTKIMUSOTE, TUTKIMUSMENETELMÄ JA TIEDONHANKINTA

Opinnäytetyöni tutkimusotteeksi valitsin laadullisen eli kvalitatiivisen tutkimusotteen. Kvalitatiivisella tutkimuksella halutaan saada ymmärrys ja syvälinen näkemys ilmiöstä. Laadulliselle tutkimukselle tyypillisiä piirteitä ovat esimerkiksi se, että tutkimus tapahtuu aidossa ympäristössään, aineisto kerätään tutkittavilta vuorovaikutussuhteessa ja tutkimuksen huomio on tutkittavien näkökulmissa, merkityksissä ja näkemyksissä. (Kananen 2017, 32–34.) Siksi laadullinen tutkimus sopii hyvin asiakkaiden kokemusten tutkimiseen.

Tutkimuksen aineisto kerätään haastatteluilla. Haastattelun muotona on teemahaastattelu. Teemahaastattelu on kahden ihmisen välistä keskustelua tutkijan etukäteen miettimien teemojen ympärillä (Kananen 2017, 88).

Haastattelut suoritettiin tutussa bändiryhmän tilassa tutun ohjaajan toimesta. Haastatteluista oli jo keskusteltu etukäteen ja jokaiselle asiakkaalle annettiin tiedote haastatteluista tutustuttavaksi. Jokaiselta asiakkaalta pyydettiin allekirjoitus tutkimukseen osallistumisen suostumuslomakkeeseen.

Halusin luoda teemahaastattelun niin, että se herättäisi asiakkaan miettimään omaa taustaansa ja miten hän on päätenyt sosiaaliseen kuntoutukseen ja/tai kuntouttavaan työtoimintaan ja mitkä ovat hänen omat tavoitteensa. Mitä hän haluaa sosiaalisesta kuntoutuksesta ja/tai kuntouttavasta työtoiminnasta ja miksi hän on siellä. Ensimmäiseksi teemaksi valikoitui Taustat ja tavoitteet.

Kun asiakas oli kertonut taustoistaan ja miettinyt omia tavoitteitaan toiminnassa, oli hyvä siirtyä seuraavaan teemaan, jossa mietittiin, miten asiakas kokee bändiryhmän tukevan hänen ja sosiaalisen kuntoutuksen ja/tai kuntouttavan työtoiminnan tavoitteita. Toiseksi teemaksi muodostui Taiteellinen- ja luova menetelmä sosiaalisessa kuntoutuksessa ja kuntouttavassa työtoiminnassa. Otsikon alle muodostin apukysymyksiä, jos keskustelua ei synnykään.

Kolmanneksi teemaksi päätyi Musiikin vaikutukset hyvinvointiin. Neljäntenä teemana oli Bändiryhmän kehittäminen. Nämä kaksi viimeistä teema oli jo monesti haastattelutilanteessa tullut esille kahden ensimmäisen teeman keskusteluissa. Teemahaastattelu mahdollisti aidon vuorovaikutuksellisen keskustelun, jossa eri teemat sulautuivat toisiinsa ja keskustelua syntyi luontevasti kaikkien teemojen asioista.

Varasin koko haastatteluun aikaa viisi tuntia. Jokainen haastateltava sai varata itselleen ajan viikkoa ennen haastattelua. Tarjolla oli tasatunnein alkavat haastatteluajat, joten jokaiselle haastattelulle oli varattu aikaa noin 55 minuuttia. Yksi haastateltavista oli noin 15 minuuttia myöhässä, joten hänen haastatteluajansa oli noin 37 minuuttia. Muiden haastattelut kestivät 42 minuuttia 53 minuuttiin. Yksi haastateltavista ilmoitti, ettei pääsekään paikalle, joten hänen kanssaan haastattelu tehtiin puhelimitse.

Äänitin kaikki haastattelut ja kirjoitin ne puhtaaksi Word-tiedostoksi. Käytin yleiskielistä litterointia eli muutin tekstiä helpommaksi luettavaan muotoon. Muutin tekstiä enemmän kirjakielelle ja poistin murre- ja puhekielen ilmaisuja. (Kananen 2017, 135.)

Lähdin analysoimaan litteroitua tekstiä teorialähtöisesti. Teorialähtöisessä analyysissä aineistoa tulkitaan teorian avulla, etsitään vihjeitä teorian avulla (Kananen 2017, 135). Listasin Excelliin asioita, joita sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan pitäisi tarjota asiakkaille ja mitä tavoitteita ne pitävät sisällään. Sen jälkeen listasin aikaisemmasta tutkimus- ja teorian tiedosta mitä tuloksia taiteelliset, luovat ja musikaalisten menetelmät ovat saaneet niiden mukaan aikaan. Loin siis taulukon, josta löytyy sosiaaliseen kuntoukseen, kuntouttavaan työtoimintaan, taiteellisiin-, luoviin ja musikaalisiin menetelmiin sekä hyvinvointiin liittyvät teoriasta esiin tulleet asiat. Sen jälkeen kävin keskustelut läpi ja merkitsin miten haastateltava oli asian kokenut. Tässä vaiheessa huomasin, että aineistosta löytyi sisältöä, jota en ollut osannut poimia teoriasta. Otin analyysiin mukaan hiukan aineistolähtöistä analyysia, jossa tulkinta nostetaan esiin aineistosta (Kananen 2017, 135). Lopputuloksena on taulukko (Liite 1. Teemahaastattelujen tulokset ennen informantin varmistusta), jossa on listattu teoriasta ja aineistosta esiin nousseita väitteitä

taiteellisten, luovien- ja musikaalisten menetelmien hyödyistä. Väitteiden perään olen merkannut, onko asiakas tulkintani mukaan ollut samaa mieltä, eri mieltä tai jos asia ei ole tullut ilmi keskustelusta. Tämän jälkeen suoritin informantin varmistuksen, eli tarkistin haastateltaviltani onko tulkintani oikea. Kerroin haastateltavilleni tulkintani. Jos tulkintani heidän mukaansa oli oikein, annoin tulkinnan jäädä. Jos tulkinta heidän mielestään oli väärin, saivat he korjata tulkinnan ja merkkasin sen taulukkoon. Tuloksena oli taulukko korjatuin tulkinnoin (Liite 4. Teemahaastattelujen tulokset informantin varmistuksen jälkeen). Yhtä asiakasta en saanut enää kiinni vahvistaakseni tulkintojani.

Analysoin aineistoa teorialähtöisellä sisällönanalyysillä. Analysoin aineiston suhteessa sosiaalisen kuntoutuksen- ja kuntouttavan työtoiminnan tavoitteisiin, taiteellisten ja luovien menetelmien teoriaan sekä tutkimustietoon musiikin vaikutuksista hyvinvointiin. Reflektiota teorian, kirjallisuuden ja tutkimustulosten välillä käyn koko ajan tekstin sisällä, teorian ja tutkimustiedon rinnalla.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyön taustalla on toteutettu haastattelututkimus, johon osallistuivat kaikki opinnäytetyöprosessin aikana bänditoiminnassa mukana olleet kuntouttavan työtoiminnan ja sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaat. Heitä oli opinnäytetyön tekoaikana viisi. Tutkimukseni tulokset myötäilevät hyvin paljon Elämäni sävel -tutkimuksen (Huhtinen-Hildén & Isola 2019) ja Sitran (2017) kansainvälisistä tutkimuksista koostaman tutkimuskoosteen tuloksia. Asiakkaiden kokemukset näyttävät olevan samanlaisia kuin näissä aikaisemmissa tutkimuksissa. Tutkimukseni mukaan bändiryhmän asiakkaat kokevat toiminnan lisäävän osallisuutta ja hyvinvointia. Tutkimus osoittaa myös, että bändiryhmän asiakkaat kokevat bändiryhmän toiminnan olevan sopiva sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan muoto ja tukevan heitä omien ja työtoiminnan tavoitteiden saavuttamiseksi.

7.1 Tavoitteet

Asiakkaiden henkilökohtaiset tavoitteet ovat tutkimukseni mukaan hyvin samanlaisia. Kaikilla viidellä tavoitteena on saada aktiviteetteja kodin ulkopuolella, ryhmässä toimiminen, arkirytmien ylläpito ja parantaminen sekä miellyttävä tekeminen. Neljällä viidestä tavoitteena on saada sosiaalisia kontakteja ja

työhön tai opintoihin pääseminen, yksi ei enää töihin tai koulutukseen tavoittele. Niin ikään musiikista oppiminen ja/tai soittokokemuksen saaminen on neljän tavoitteena. Yksi ei koe tarvetta uuden oppimiselle bändiryhmässä. Päättäminen sosiaalisissa ympäristöissä on neljän tavoitteena.

7.2 Bänditoiminta sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan menetelmänä

Kaikki viisi haastateltavaa kokevat, että toiminta tukee kuntoutumista, säännöllisemmän arkirytmien ylläpitämistä, elämänhallintaa, hyvinvointia, ryhmässä toimimisen taitoja, vuorovaikutustaitoja ja omiin tavoitteisiin pääsemistä. Kaikki viisi haastateltavaa olivat myös sitä mieltä, että toiminta vaikuttaa positiivisesti elämänlaatuun sekä työ- ja toimintakykyyn ja että toiminta tukee opiskelussa tai työelämässä tarvittavia taitoja. Neljä asiakasta kokee toiminnan parantavan mahdollisuuksia osallistua koulutukseen, julkiseen työvoimapalveluun tai työllistyä. Yhdellä työelämä tai koulutus ei ole tavoitteena, eikä hän siksi kokenut toiminnan vaikuttavan näihin asioihin. Kaikki haastatteluun osallistuneet kokevat olevansa osa ryhmää, saavansa ryhmältä tukea ja ryhmän hyväksynnän sekä saavansa sosiaalisia kontakteja ryhmässä. Kaikki asiakkaat ovat sitä mieltä, että toiminnasta saa onnistumisen kokemuksia ja että toiminta sopii sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan muodoksi. Kaikkien mielestä toiminta on mielekästä ja toiminnan tuoma hyvä olo jatkuu pidemmällekin kuin vain toimintapäivään. Neljä haastateltua kokevat toimintaan osallistumisen kynnyksen olevan matala. Yhden mielestä mihinkään toimintaan osallistumisen kynnyksen ei voi olla matala. Neljän mielestä sosiaaliset kontaktit ovat kasvaneet ryhmän ansiosta. Yksi ei kokenut tarvetta sosiaalisten kontaktien kasvattamiseen, eikä siksi kokenut ryhmän niitä kasvattavan. Neljä viidestä kokee toiminnan tukevan päihteetöntä arkea, yhdellä se ei tullut keskusteluissa esille. Kolme viidestä tutkimukseen osallistuneesta asiakkaasta toivat itse esiin sen, kuinka bändiryhmä tarjoaa mukavan tekemisen merkeissä päihteetöntömän tilan ja ajan. Päihteettömyys toteutuu toiminta-aikana, mutta jotta paikalle pääsee ja toimintaan pystyy osallistumaan, päihteettömyys on pitänyt ottaa huomioon jo edellisenä päivänä. Haastatteluissa tuli myös ilmi, kuinka musiikkiharrastuksen jatkaminen vapaa-ajallakin voi toimia päihteettömyyden edistävänä voimana.

”Täällä ollaan se neljä tuntia kaks kertaa viikossa. Nyt, kun on vuoden tauko ollu [toimintaan osallistumisesta], niin tää on ollu ihan selviytymistä. Tää on luojaan lykky, et ku ekaa kertaa pitkään aikaan olin täällä perjantaina, niin mä olin niin onnellinen et mä saan istuu tässä tuolissa basso kädessä ja tehdä jotain yhdessä. Jotain oikeeta tekemistä, eikä mitään mussutusta, höpinää ja maailmanparannusta kaljalasi kädessä. Vaan tää oli jotain oikeeta tekemistä.” - Asiakas

”Nämä päivät, joina on toimintaa, niin ne ei ole pelkästään ne, jotka vaikuttaa siihen [päähteettömyyteen], vaan myös niitä edeltävät päivät, että pitää olla tavallaan niinku työkunnossa. Että, kun tiistaina on bändiryhmä niin maanantaina oon nähnyt kaikkien skarppaavan, että mennään ajoissa nukkumaan.” -Asiakas

Kaikki tutkimukseeni osallistuneista haastateltavista pitävät bändiryhmään osallistumisessa tärkeänä ihmisten kanssa yhdessäoloa ja muiden ihmisten tapaamista. Yksi haastatelluista kertoi, ettei välttämättä tarvitsisi lisää sosiaalisia kontakteja ja verkostoja, mutta ei koe niistä olevan haittaakaan. Yhteisöllisen yhdessä tekemisen katsottiin lisäävän sosiaalista pääomaa.

”Se, että kun täällä soitetaan porukalla niin se lisää sitä semmosta sosiaalista yhteenkuuluvuuden tunnetta koska se että jos mä soiton jotain eri biisiä ku muut niin silloin mä en oo sosiaalisesti kanssakäymisessä muiden kanssa niin kuin mä nyt olen. Tää on antanut mulle sen, että mä oon pystynyt avaamaan suuni, ku mä olen ollut esimerkiksi tuolla liikkeellä, vaikka Subissa [Subway -ravintola] niin mä en ois viis vuotta sitten kuvitellutkaan, että mä pystyn menemään yksinäni Subiin ja tilaamaan sieltä jotakin. Nyt mä pystyn menemään sinne ja käyttäytymään niinku tavallinen ihminen.” -Asiakas

Tekemässäni haastattelututkimuksessani viisi haastateltavaa viidestä kertoi bändiryhmän parantavan elämän- ja arjenhallintaa sekä toimintakykyä. Neljän haastateltavan mukaan toiminta parantaa edellytyksiä työllistymiselle tai kouluttautumiselle.

”Tää lisää mulla sellasta tietynlaista järjestelmällisyyttä, mitä mulla ei ole ennen ollut. Se, että mä jo alan treenaamaan itse niitä biisejä, on täysin verrattavissa siihen, että mun työkyky on parantunut.” -Asiakas

”Toimintakyky on lisääntynyt. Mä olen pystynyt jo keräämään roskat, viemään ne ulos, imuroimaan, pitämään kämppää kunnossa. Ja suunnittelemaan muitakin asioita. Tää on laajentanu mun toimintakykyäni. Ennen se oli pelkkä TV. Nyt mä en koko ajan katso telkkaria, vaan mä voin tehdäkin jotakin. Suunnitella jotakin. Mulla ei oo ennen ollu tulevaisuuden tähtäimiä tuntia pidemmälle. Nyt mulle on tullu sellasia. Toki mä oon käyny terapiassakin ja näin, mutta nyt mulla on jo suunnitelmia pitemmälle ajalle. Tää on antanu sellasta uskoa siihen, että elämä jatkuu tunnin päästäki. Se jatkuu viikon päästäkin ja kuukauden päästäkin. Tulee ens kesäkin. Ennen, ku meni illalla nukkumaan niin ei ollu mitään väliä herääkö aamulla. Nyt saattaa olla seuraavalle päivälle jo suunnitelma, että mä soitan tän tai että mä lähen käymään siellä ja sovin kaverin kanssa, että mennään ens viikolla käymään kahvilla.”

-Asiakas

Monelle bändiryhmä on ainoa arjen asia, minne pitää mennä ja jossa pitää olla tiettyyn aikaan paikalla. Neljän haastateltavan mielestä tärkeintä toimintaan osallistumisen kannalta on se, että toiminta on musiikkia ja musiikki toiminnan sisältönä helpottaa osallistumiskynnystä.

”Bändiryhmä on tällä hetkellä mulle mahdollisuus opetella olemaan toisten ihmisten kanssa, koska ainoot harrastukset, joita mul on ollut viime aikoina ollu, ne on liittyneet musiikkiin. On huomattavasti helpompi tulla musiikkia tekemään toisten ihmisten kanssa, ku mennä esimerkiksi johonkin keskusteluryhmään tai sauvakävelyryhmään tai johonkin muuhun mitä en tunne mielekkäaks. Tässä käytetään hyväksi mun omaa halua oppia soittamaan lisää ja mä tiedän, että kaikki soitto mitä tehdään ja

varsinkin ryhmässä, niin siitä on enemmän hyötyä kuin siitä, että yksin soittaa kotona.” -Asiakas

Yhden mielestä lähteminen on aina yhtä haasteellista, on toiminnan sisältö mitä vain. Kaikki tutkimukseen osallistuneet toivat esiin toiminnan tuoman rytmin omaan arkeen: tulee mentyä aikaisemmin nukkumaan, kun aamulla pitää lähteä bändiryhmään.

”Se on sellanen psyykkinen puoli, että tuntee onnistuvansa tiettyissä asioissa. Just, et jos pääsee paikan päälle, niin se on mulle sellanen onnistumisen tunne. Ja toinen asia mikä siin on se, että sitä kautta joutuu pakottamaan ittiesä silleen rytmiin, et ei mee nukkumaan aivan liian myöhään ja sit ei pääse aamulla paikalle, jos ei jaksa nousta ylös.” -Asiakas

”Se et on tehnyt oman osuutensa, et se mikä on ollut vaikeata, sen arkirytmien löytäminen ja joka kerta kun se onnistuu niin tulee sellainen ajatus, että se voi kehittyä siihen että voi vielä palata normaaliin työelämään. Se on mun tavoite tavalla tai toisella. Mulla on niin monta ammattia olemassa, että johonkin niistä.” -Asiakas

Tutkimuksessani kaikki viisi haastateltavaa toivat esiin sitä, kuinka helppoa on ollut päästä mukaan ryhmään ja soittamiseen soittotaidoista ja aikaisemmasta kokemuksesta riippumatta. Neljä haastateltavaa viidestä mainitsi kuvionuotien merkityksen asiassa.

”Meit on niin monitasosia tässä ryhmässä, et on yks melkein ammattimuusikko ja sit on harrastelijoita. Mut siin ei tapahdu mitään alistamista tai dissaamista tai tällaista kiukuttelua. Tavallaan hyväksytään se heikkolahjasempikin soittaminen ihan hyvin. Ja se on jo paljon.”

-Asiakas

”Tosi hyväksyväinen ilmapiiri. Se mua pelotti just eniten, et mitä multa odotetaan, koska mul ei ollu mitään kokemusta. Mut ei odotettu mitään. Itekin otti sen enemmän opittavana asiana eikä

silleen, että pitäis osata jo. Se helpotti, et pysty olemaan silleen, et okei mä en osaa tätä, mut täällä voin oppia sen.” -Asiakas

”Ennen ku sinne lähti, niin kyllä se jännitti älyttömästi ja monesti mielti, et uskaltaako sinne mennä, mut sit ku pääs paikan päälle niin sit sitä alko ymmärtää et ei kukaan oleta multa niitä samoja juttuja mitä mä oon omassa päässäni ajatellu. Lähettiin siitä nolla-pohjalta mikä mulla instrumentteihin on ja ei haitannu, vaikka kuinka monta kertaa mokas. Kaikki kuitenkin oli ymmärtäväisiä ja kannustavii. Ku pääs paikan päälle niin ei mua niin paljoo jännittäny enää, sit ku sinne pääs ja alko tekee sitä toimintaa.” -Asiakas

Ryhmässä tavoitteena on saada onnistumisen kokemuksia soittamisesta, yhdessä tekemisestä ja ryhmässä toimimisesta sekä nauttia musiikin soittamisesta. Tutkimukseen osallistuneista asiakkaista kaikki kertoivat saaneensa onnistumisen kokemuksia soittamisesta ja yhdessä tekemisestä ja nauttivansa soittamisesta. Moni asiakkaista on kokenut elämässään paljon pettymyksiä ja vaikeuksia, joten onnistumisen kokemukset yksin ja yhdessä voivat olla hyvin tärkeitä asioita.

”Kun on ajatellu ittestään tosi negatiivisesti, niin onnistumisen tunteet on hyvin harvoja. Sen takii just tällanen paikka, jossa haluaa tehdä asiaa, on oikeesti kiinnostunu siitä ja saa siihen sen onnistumisen tunteen, niin se on sanoin kuvaamatonta suunnilleen. Se on ihan uskomatonta.” -Asiakas

Kaikki tutkimukseeni osallistuneet kokivat bändiryhmän edistävän heidän kuntoutumistaan ja kaikki kokivat yhdessä tehdyn luovan toiminnon lisäävän heidän osallisuuttaan.

Teemahaastattelun keskusteluissa haastateltavista kolme viidestä mainitsi musiikkitoiminnan etäännyttävän arjesta. Toiset kutsuivat sitä läsnäoloksi, toiset etäännyntymiseksi.

”Kyl mä sanoisin, että tärkeimpiä asioita tässä musaryhmässä on just nimenomaan se läsnäoleminen. Et ei tarvii mieltiä missä on

seuraavaks, mitä tekee seuraavaks. Se musiikki, se soittaminen unohduttaa hetkeks niinku tavallaan kaikki maailman murheet.” -Asiakas

”Niin ja se tärkein juttu, että sitten kun pääsee paikan päälle ja ruvetaan tässä soittaa, juomaan kahvia ja juttelee. Niin häviää muisto siitä vaikeasta aamusta.” -Asiakas

”Mä en puhu. Mä soitan bassoo. Mä oon vuorovaikutuksessa bändin jäsenien kanssa mun basson soitolla. Kun se homma menee minttiin niin hyvä. Eliikkä sekin on vuorovaikutusta. Voi olla parempaakin jopa, ku tää puhuminen. Ku tää mitä täältä käkättimestä tulee, niin onks siit 10 prosenttii totta ja 90 prosenttii jotain ihan muuta.” -Asiakas

Teemahaastattelussa keskustelin asiakkaiden kanssa sosiaalisesta hyvinvoinnista. Keskusteluissa korostui bänditoiminnan vaikutus sosiaaliseen osallistamiseen ja osallisuuteen, sosiaalisiin taitoihin ja vuorovaikutustaitoihin, sosiaaliseen pääomaan sekä syrjäytymisen ehkäisyyn. Kaikkien haastateltujen mielestä bändiryhmä vaikuttaa näihin asioihin positiivisesti.

*”Ennen tätä, kun oli koronaeristykset ja omat masennukset ja omat eristyksiset ja nää. Niin mä oon tullu niinku kaapista ulos ja tavannut muita ihmisiä, joita mä en ois muuten tavannut. Eli tää (bändiryhmä) on selkeesti avannut mun elämää taas sellaseen normaalimpaan suuntaan. Tää on hyvä työkalu, koska ei mua väkisin sieltä kotoa pois saa. Vaikka mä olen sanonutkin, että mä en ihmisistä pidä lähtökohtaisesti, mut kuitenkin on tietyt ihmiset, joista mä pidän niin kuitenkin mä olen eristäytynyt heistäkin, nyt kun on ollut ne pahimmat ajat. Kyllä tää (bändiryhmä) on auttanu siihen, että ku hyvin moni heistä on muusikko, niin mun puhelini-
kenne on esimerkiks viisinkertaistunut, kymmenkertaistunut siihen verrattuna, kun tätä ei ollut. Ku mä olen soitellut ja kysellyt joistain biiseistä ja nyt tosiaan alotetaan huomenna jopa levyä tekemään tuolla studiossa, että kyl tää on rikastuttanut mun sosiaalista elämää ja avaruuttanut taas niin kun, että mun sulkeutuneisuus on vähentynyt huomattavasti jo tämän avulla. Tää voi olla sellanen tärkeä tekijä, että jos se tästä riehaantuu, niin minähän kohta soitan jollekin muulleki ku muusikolle.”*

-Asiakas

7.3 Hyvinvointia musiikista

Tutkimukseni haastatteluissa kaikki asiakkaat kertoivat musiikin vaikuttavan positiivisesti heidän hyvinvointiinsa. Vaikutusten erittelemine oli vaikeampaa. Haastateltavien oli hyvin vaikea eritellä millä tavoin musiikki hyvinvointiin vaikuttaa.

”Kyl mul sitä hyvää oloa tulee siitä. Jotain endorfiinia alkaa erittyä kehossa.” -Asiakas

Kaikki kokivat, että musiikista tulee hyvä fiilis ja siksi kaikki asiakkaista harrastavat musiikkia jollain tavalla myös vapaa-aikanaan. Eräs asiakas muisteli bändiryhmän keikan aiheuttamaa hyvää oloa näin:

”On minne mennä, missä olla ja viihtyy ja jää hyvä olo sen jälkeen. Et silloin, kun esiinnyttiin siellä puutarhajuhlissa, niin mulla oli kaks päivää hyvä olo sen keikan jälkeen. Et tota tuntu hyvältä kaks päivää. Mä tunsin sen ihan fyysisesti kehossa ja mielessä. Kehossa ihan rentoutumisena. Kaikkena tämmösenä. Niin tota, niin mä tekisin sitä joka päivä, jos se olis mahdollista. Ja voisin paremmin. Ja hyvin.

Se oli se esiintyminen, vaikka tuntuu hullulta, et mä en oo koskaan ollu mikään esiintyjä, enkä oo koskaan sillä tavalla halunnu olla huomion keskipisteenä, mut sai olla osa sitä bändiä, tavallaan esiintyä ja antaa ihmisille jotain, et nekin voi unohtaa hetkeks maailman siks puoleks tunniks. Keskittyy siihen ja nauttia. Se on kakssuuntanen tie. Ite saa siitä jotain ja yleisö saa siitä jotain. Mä oon paljon ollu siellä katsomon puolella, mut tää oli erilainen kokemus. Tää oli vahvempi tavallaan. Se oli vahvempi kokemus. Mä yritin oikein varastoida sitä hyvää oloa. -Asiakas

7.4 Kehitystarpeet

Tutkimukseni osoitti bändiryhmän tukevan asiakkaita omissa henkilökohtaisissa ja kuntouttavan työtoiminnan ja sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteissa. Tutkimukseni yhdessä muun tutkimustiedon kanssa osoittaa bändiryhmän olevan toimiva muoto sosiaaliseen kuntoutukseen ja kuntouttavaan työtoimintaan ja että lisää samanlaista toimintaa tarvitaan.

Suurimmaksi osaksi asiakkaat kokevat bändiryhmän olevan hyvin rakennettu, selkeä ja toimiva. Osa asiakkaista ei keksinyt mitään parannettavaa.

”Tämä toimii. Täällä toimii demokratia ja yhteishenki. Laitteet toimii. Tämä kokonaisuus, ainakin mulle, antaa sen mitä minä tältä odotan ja mihin mä luulen, että tämä on tarkoitettu.” -Asiakas

”Kaikki vaan toimii. Vaikee sanoa mikä toimii parhaiten, ku kaikki vaan toimii.” -Asiakas

Muutama kehitettävä asia nousi kuitenkin esiin. Kaksi asiakasta haluaisi toimintaa enemmän. He haluaisivat, että bändiryhmä olisi vähintään neljänä päivänä viikossa. Toinen toivoi, että toiminta-ajat olisivat hänelle sopivammat. Sama asiakas haluaisi myös, että ryhmässä soitettaisiin ryhmäläisten itse tekemiä kappaleita. Keskustelimme siitä, kuinka tällaisessa ryhmässä ryhmäläisten omien kappaleiden soittaminen ei välttämättä palvelisi koko ryhmää ja tulimme siihen tulokseen, että ehkä oma ”Biisin teko -ryhmä” voisi olla ratkaisu tilanteeseen. Yksi asiakkaista koki kappaleiden väliin joskus syntyvän, osan asiakkaista soittimellaan synnyttävän kakofonian häiritsevän ryhmän toimintaa, ohjausta ja keskustelua. Hän toivoi, että kappaleiden välissä soitettaisiin vähemmän, jotta keskustelu olisi sujuvampaa. Eräs asiakkaista toivoi alkuaikojen bändiryhmissä toteutunutta yhteistä ruokailua takaisin.

”Soiton ohella jutellaan musiikista ja biiseistä, mutta sit kun tuli se ruokatauko niin, sitten keskusteltiin kaikesta muustakin. Eli se ruokailu laajensi sitä sosiaalista yhteneväisyyttä. Nyt tää on keskittynyt pelkästään tähän musiikkiin, mikä tietysti on se ratkaseva tekijä kuitenkin. Mut ku mä mietin miten tästä sais vielä lisää, niin se

oli se, että sen ruokailun aikana me keskusteltiin niin kuin ihan tavalliset ihmiset jossain muualla ihan muistakin asioista. Se toimi niinku turbona siinä.” -Asiakas

8 LUOTETTAVUUSTARKASTELU

Opinnäytetyössäni pyrin tuottamaan luotettavaa tietoa ja pyrin tekemään tutkimukseni hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti käyttämällä tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä tutkimusmenetelmiä. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu rehellisyys, tarkkuus, objektiivisuus, tieteellisten menetelmien käyttö, tulosten avoimuus ja vastuullisuus, muiden tutkijoiden tuotosten kunnioittaminen, tutkimuksen eettinen suunnitteleminen, toteuttaminen ja tallentaminen, tutkimusluvut, oikeudet, vastuut ja velvollisuudet, mahdolliset sidonnaisuudet sekä tietosuojat. (Kananen 2017, 189–190.)

Tutkimuksen luotettavuuden arviointi laadullisessa tutkimuksessa on vaikeaa. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa tieteellisen tutkimuksen arviointi on helpompaa. Ihmisiä tutkittaessa ihminen ja tilanteet muuttuvat, eikä tutkimusta voi tehdä laboratorio-olosuhteissa niin kuin kemiassa ja fysiikassa. Ihmisiä ja yhteiskunnallisia ilmiöitä tutkittaessa ympäristö muuttuu, ihmisten toiminta muuttuu ja ihmiset oppivat. Tutkimuksen kohde siis muuttuu koko ajan. Tämän tutkimuksen luotettavuus ja riskienhallinta voi olla siinä mielessä ongelmallista. Luotettavuuden parantamiseksi on tehtävä suunnitelma luotettavan tiedon saamiseksi. Laadullisen tutkimuksen luotettavuus lepää tutkijan arvioinnin ja näytön varassa ja siksi objektiivista luotettavuutta onkin lähes mahdoton saavuttaa laadullisessa tutkimuksessa. (Kananen 2017, 173–175.)

Luotettavuuden tarkastelun edellytyksenä on riittävä dokumentaatio, jonka avulla voidaan arvioida tutkijan ratkaisuja. Laadullisen tutkimuksen luotettavuuskriteerejä ovat informantin vahvistus, vahvistettavuus, arvioitavuus/dokumentaatio tulkinnan ristiriidattomuus, saturaatio ja aikaisemmat tutkimukset. (Kananen 2017, 176–180.) Mitä enemmän nämä kriteerit täyttyvät, sitä luotettavampana tutkimusta voidaan pitää.

Tieteellisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan mitata myös reliabiliteetin ja validiteetin avulla. Reliabiliteetilla tarkoitetaan tulosten pysyvyyttä, jolloin pysyvyydellä tarkoitetaan sitä, että jos tehdään uusi tutkimus, saadaan samat tulokset. Validiteetilla tarkoitetaan oikeiden asioiden tutkimista; onko tutkimusongelma määritelty oikein ja tutkitaanko oikeita asioita. (Kananen 2019, 30–31.)

Tutkimukseni reliabiliteetti näyttää olevan kunnossa. Tutkimukseni tulokset myötäilevät aikaisempien tutkimusten tuloksia taiteellisten ja luovien menetelmien käytöstä. Tutkimuskysymykset ja tutkittavat asiat nousivat esiin sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan tavoitteista sekä aikaisemmasta tutkimustiedosta luovien ja taiteellisten menetelmien käytöstä. Tutkimuksessa tutkitaan aikaisempien tutkimusten esille tuomia positiivisia vaikutuksia. Validiteetti tutkimuksessani on kunnossa.

Saturaatiossa eli kylläntymisessä eri lähteiden tai tutkittavien antamat tutkimustulokset toistuvat. Tutkimukseni tuloksista voidaan lukea, että samat vastaukset toistuvat eri haastateltavien kanssa lähes koko tutkimuksen ajan. Myös tutkimustulosten samankaltaisuus aikaisempien tutkimustulosten ((Huh-tinen-Hildén & Isola 2019 ja Sitra 2017) kanssa saa aikaan saturaatiota. Kananen (2019) mukaan vastausten alkaessa toistamaan itseään, saturaatio on saavutettu. (Kananen 2019. 32.)

Toteutin informantin vahvistuksen eli tarkistin tulkintani oikeellisuuden haastateltavilta. Informantin vahvistuksella varmistetaan, että tutkija on tulkinnut haastateltavien sanomiset oikein (Kananen 2019, 34). Tarkistin haastateltavilta oliko jokainen tulkitsemani väittämä tulkittu oikein. Yhden haastateltavan kanssa kaikki 31 väittämää oli tulkittu oikein. Kahdella haastateltavalla kaksi väittämää sai tarkennusta tai muuttui. Yhdellä haastateltavalla kolme väittämää muuttui ja yksi haastateltava ei enää ollut tavoitettavissa. Tulkintani haastatteluilta olivat hyvin paljon oikeassa, sillä toteutin jonkinlaista vahvistusta teemahaastattelun yhteydessä lisäkysymyksillä. Jos koin vastauksen haastattelutilanteessa vaikeasti ymmärrettäväksi tai vaikeaselkoiseksi, kysyin ja täsmensin vastausta lisäkysymyksin: ”Ymmärsinkö oikein, että...?” Informantin vahvistus on tutkimuksessani osittain suoritettu ja osittain ei. Neljä haastateltavaa viidestä osallistuivat jälkeen päin suoritettuun informantin vahvistukseen ja vahvistusta suoritettiin kaikkien kanssa haastattelun yhteydessä. Tulkinnan

vahvistusta, eli toisen tutkijan tulkintaa haastatteluista en käyttänyt (Kananen 2019, 34). Olen tutkimuksessa ainut tutkija enkä voi haastatteluja ulkopuolisille jakaa.

Laadullisen tutkimuksen luotettavuus on vaikea todistaa. Tutkimuksessani tutkitaan oikeita asioita eli valideetti on kunnossa. Tutkimusongelma on syntynyt käytännön tarpeesta ja aikaisemman teorian tiedon vertailun tuloksena eli reliabiliteetti on kunnossa. Saturaation, informantin vahvistuksen, ulkopuolisten lähteiden tulosten samankaltaisuuden ja sisäisen valideetin toteuduttua, koen tutkimukseni olevan luotettava. Haastateltavien pieni määrä tekee tutkimuksesta epäluotettavamman. Tosin tämä pieni määrä haastateltavia on 100 % bändiryhmän osallistujista tutkimushetkellä. Täydellisellä informantin vahvistuksella ja useammalla haastattelulla olisin voinut päästä vielä luotettavampiin tutkimustuloksiin.

9 LOPUKSI

Olen itse harrastanut vuosikautia musiikkia; sen kuuntelua, soittamista, säveltämistä, sanoittamista ja esittämistä. Olen kokenut musiikin valtavan voiman. Musiikki on antanut minulle harrastuksen, elämäntavan, kavereita, yhteisön, onnistumisen kokemuksia, elämyksiä, tukipilarin ja se on ollut mukana luomassa minua ja omaa identiteettiäni. Olen tehnyt vuosia töitä yhdistäen ohjaus- ja sosiaalialan töitä musiikkiin ja soittamiseen. Olen tehnyt musiikkiohjausta hyvin pitkälti samalla tavalla kuin musiikkiakin, fiilis edellä, piittaamatta paljoakaan teorioista ja muiden mielipiteistä. Tätä opinnäytetyötä tehdessäni minun oli pakko kurkistaa teorian puolelle ja etsiä teoreettista pohjaa käytännön kokemuksilleni ja tekemisilleni. Ilokseni sain huomata, että käytännön kautta oppimani ja fiilispohjalta tehdyt asiat kohtasivat teorian kanssa ja nyt tekemisilleni löytyy myös teoreettista pohjaa ja suuntaa.

Opinnäytetyöni tutkimustulokset, havainnot ja aiheesta aiemmin julkaistu tutkimustieto tukevat sitä, että taiteelliset menetelmät voivat toimia luontevasti osana sosiaalista kuntoutusta ja kuntouttavan toiminnan ryhmätoimintaa. Asiakkaat kokevat bändiryhmän toiminnan olevan kuntouttavaa ja hyvinvointia lisäävää. Heidän kokemuksiansa mukaan bändiryhmä tukee asiakkaita

henkilökohtaisissa ja sosiaalisen kuntoutuksen sekä kuntouttavan työtoiminnan tavoitteissa.

Asiakkaille tekemästani tutkimuksesta esiin noussut kehitysidea oli se, että toimintaa pitäisi lisätä ja olla useammin. Keusoten alueella pohdittiin aloitteestani mahdollisuutta, jossa bänditoimintaa toteutettaisiin kiertävänä ryhmätoimintana eri kunnissa. Tutkimuksen tekohetkellä bänditoimintaa järjestettiin ainoastaan Järvenpäässä, kaksi kertaa viikossa. Olen tuottanut Keusotelle laskelmia, joista käy ilmi kiertävän toiminnan kulut, mikäli Keusote hankkisi itselleen tarvittavan bänditoiminnan kaluston ja työntekijän. Bänditoiminnan laajentamista muihin Keusoten alueen kuntiin pohdittiin johtoryhmässä opinnäytetyön teon aikana. Johtoryhmä hylkäsi idean laajentamisesta kustannussyistä. Opinnäytetyön teon aikana lopetin työt Keusotessa. Pehdytin mahdollista seuraajaa bändiryhmän ohjaajaksi ja jätin Bändiryhmätoiminnan jatkettavaksi. Jostain syystä koko bändiryhmä on lopetettu, vaikka sille on suurta tarvetta ja kysyntää ja valmiiksi rakennetut puitteet. Siirryin itse sosiaalialan yksityiselle toimijalle töihin, jossa suunnittelemme parhaillaan musiikin ja bänditoiminnan käyttöä osana sosiaalityön avopalveluja lasten, nuorten, perheiden ja aikuisten hyvinvoinnin edistämiseksi.

LÄHTEET

Honkala, N & Laitinen, L. 2017. Näkökulmia taiteen ja kulttuurin tutkituista vaikutuksista. Artikkel. Helsinki: Sitra. Saatavissa: <https://www.sitra.fi/artikkelit/nakokulmia-taiteen-ja-kulttuurin-vaikutuksiin/> [viitattu 15.2.2021].

Huhtinen-Hildén, L & Isola, A-M. 2018. Odottamattomia aarteita, Ilmaisua, leikkisyyttä ja luovaa toimintaa ryhmässä. E-kirja. Saatavissa: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-328-097-7> [viitattu 10.2.2021].

Huhtinen-Hildén, L & Isola, A-M. 2019. Luova ryhmätoiminta lisää hyvinvointia. Helsinki: THL. PDF-julkaisu. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-329-8> [viitattu 10.2.2021]

Kaikkonen, M & Uusitalo, K 1996. KUVIONUOTIT Tee se itse kuvionuotteja Wordilla. Word-dokumentti. Ladattavissa: <https://www.helsinkimissio.fi/resonaari/kuvionuotit/> [viitattu 10.3.2021.]

Kaikkonen, M & Uusitalo, K 2017. Hepokatti Lastenlauluja kuvionuotteilla. Helsinki: Opike

Kananen, J. 2017. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. E-kirja. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Saatavissa: www.booky.fi

Kananen, J. 2019. Opinnäytetyön ja gradun pikaopas Avain opinnäytetyön ja pro gradun kirjoittamiseen. E-kirja. Jyväskylä: Jyväskylän Ammattikorkeakoulu. Saatavissa: www.booky.fi

Karjalainen, A-L (toim.) 2019. Luovan toiminnan työtavat. Jyväskylä: PS-kustannus.

Keusote. 2021a. Keusote pähkinänkuoressa. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.keski-uudenmaansote.fi/kuntayhtyma/organisaatio/yleinen-info/> [viitattu 25.1.2021].

Keusote. 2021b. Organisaatio. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.keski-uudenmaansote.fi/kuntayhtyma/organisaatio/> [viitattu 25.1.2021].

Keusote. 2021c. Sosiaalinen kuntoutus. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.keski-uudenmaansote.fi/asiakasryhmien_palvelut/aikuisten-mielenterveys-paihde-sosiaalipalvelut/sosiaalinen-kuntoutus/ [viitattu 25.1.2021].

Keusote. 2021d. Avopäihdepalvelut. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.keski-uudenmaansote.fi/asiakasryhmien_palvelut/aikuisten-mielenterveys-paihde-sosiaalipalvelut/sosiaalinen-kuntoutus/avopaihdepalvelut/ [viitattu 1.2.2021].

Keusote. 2021e. Päihdekuntoutuspiste Toiwo ja Kipinä. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.keski-uudenmaansote.fi/asiakasryhmien_palvelut/aikuisten-mielenterveys-paihde-sosiaalipalvelut/sosiaalinen-kuntoutus/avopaihdepalvelut/paihdekuntoutuspiste-toiwo/ [viitattu 1.2.2021].

Keusote 2021f. Työ- ja päivätoiminta. WWW-dokumentti. Saatavissa https://www.keski-uudenmaansote.fi/asiakasryhmien_palvelut/aikuisten-mielenterveys-paihde-sosiaalipalvelut/sosiaalinen-kuntoutus/tyo--ja-paivatoiminta/ [viitattu 1.2.2021].

Keusote 2021g. Kuntouttava työtoiminta. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.keski-uudenmaansote.fi/asiakasryhmien_palvelut/aikuisten-mielenterveys-paihde-sosiaalipalvelut/sosiaalinen-kuntoutus/kuntouttava-tyotoiminta/ [viitattu 1.2.2021].

Laki kuntouttavasta työtoiminnasta. 2.3.2001/189

Resonaari 2019. Kuvionuotit. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.helsinki.fi/resonaari/kuvionuotit/> [viitattu 10.3.2021.]

Sitra 2017. Näkökulmia taiteen ja kulttuurin sosiaalisen hyvinvoinnin vaikutuksiin. Tietokortti. Helsinki: Sitra. Saatavissa: <https://media.sitra.fi/2017/11/21095355/Taiteen-ja-kulttuurin-vaikutukset-sosiaaliseen-hyvinvointiin-tietokortti.pdf> [viitattu 15.2.2021.]

Sosiaalihuoltolaki. 30.12.2014/1301

STM 2021. Sosiaalinen kuntoutus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://stm.fi/sosiaalinen-kuntoutus/> [viitattu 25.1.2021].

Te-palvelut 2013. Työllistymissuunnitelma. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.te-palvelut.fi/te/fi/nain_asiot_kanssamme/te_palvelut/asiakaana_tepalveluissa/tyollistymissuunnitelma/index.html/ [viitattu 3.2.2021]

THL 2019a. Kuntouttava työtoiminta. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/tyoelamaosallisuus/kuntouttava-tyotoiminta/> [viitattu 3.2.2021].

THL 2019b. Aktivointisuunnitelma. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/tyoelamaosallisuus/kuntouttava-tyotoiminta/aktivointisuunnitelma/> [viitattu 3.2.2021]

THL 2019c. Kuntouttavan työtoiminnan arki. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/tyoelamaosallisuus/kuntouttava-tyotoiminta/kuntouttavan-tyotoiminnan-arki/> [viitattu 10.3.2021].

THL 2019d. Kuntouttavan työtoiminnan järjestäminen ja hankinta. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/tyoelamaosallisuus/kuntouttava-tyotoiminta/kuntouttavan-tyotoiminnan-jarjestaminen-ja-hankinta/> [viitattu 10.3.2021]

THL. 2015. Sosiaalinen kuntoutus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalinen-kuntoutus/> [viitattu 25.1.2021].

Ukkola-Vuoti, L. 2017. Musikaaliset geenit. E-Kirja. Helsinki: S&S Kustantamo,
Saatavissa: www.bookbeat.fi



Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu

TUTKIMUSTIEDOTE

1(2)

Pvm 4.2.2021

TUTKIMUSTIEDOTE

Opinnäytetyö: Asiakkaiden kokemuksia bändiryhmästä

Tutkimuksen tekijät

Lasse Arola, Työvalmentaja, Sosionomi-opiskelija
Xamk - Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu, Kotkan kampus, Pääskysentie 1, 48220 Kotka
Yhteyshenkilö tutkimukseen liittyvissä kysymyksissä:
Harri Mäkinen, Lehtori, Puh. +358 44 702 8930 , harri.makinen@xamk.fi

Tutkimuksen tarkoitus

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tutkia bändiryhmän asiakkaiden kokemuksia bändiryhmän toiminnasta ja saada tietoa bändiryhmän asiakkaiden kokemuksista bändiryhmän toiminnassa.

Pyyntö osallistua tutkimukseen

Pyydämme sinua osallistumaan tähän tutkimukseen. Sinulla on mahdollisuus tehdä kysymyksiä tutkimuksesta, kun olet perehtynyt tähän tiedotteeseen ja tiedotteen liitteenä olevaan tietosuojaselosteeseen, mikäli tutkimuksessa käsitellään henkilötietoja. Tämän jälkeen sinulta pyydetään suostumus tutkimukseen osallistumisesta.

Vapaaehtoisuus

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja voit keskeyttää tutkimuksen koska tahansa. Mikäli keskeytät tutkimuksen tai peruutat suostumuksen, keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

Tutkimustuloksista tiedottaminen

Tutkimustuloksia ja kerättyä aineistoa voidaan käyttää ja hyödyntää sellaisessa muodossa, jossa yksittäistä tutkittavaa ei voida tunnistaa. *Tutkimustuloksia ja aineistoa käytetään opinnäytetyöhön. Tutkittaville henkilöille ilmoitetaan, kun opinnäytetyö on valmis ja julkaistu ja se annetaan heille luettavaksi.*



SUOSTUMUS TUTKIMUKSEEN OSALLISTUMISESTA

Pvm 4.2.2021

SUOSTUMUS HENKILÖTIETOJEN KÄSITTELYYN TUTKIMUKSESSA JA TUTKIMUKSEEN OSALLISTUMISESTA

Opinnäytetyö: Asiakkaiden kokemuksia bändiryhmästä

Keusote, Sosiaalinen kuntoutus, Järvenpää, Lasse Arola

Olen lukenut ja ymmärtänyt saamani tutkimustiedotteen ja tietosuojaselosteen.

Tiedotteesta olen saanut riittävän selvityksen tutkimuksesta ja tietosuojailmoituksesta tarkemman kuvauksen tutkimuksen yhteydessä suoritettavasta henkilötietojen keräämisestä, käsittelystä ja luovuttamisesta. Ymmärrän, että tietojani käsitellään luottamuksellisesti. Minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä ja olen saanut riittävän vastauksen kaikkiin tutkimusta koskeviin kysymyksiini.

Minulla on ollut riittävästi aikaa harkita osallistumistani tutkimukseen. Olen saanut riittävät tiedot oikeuksistani, tutkimuksen tarkoituksesta ja sen toteutuksesta sekä tutkimuksen hyödyistä ja riskeistä. Minua ei ole painostettu eikä houkuteltu osallistumaan tutkimukseen.

Ymmärrän, että osallistumiseni on vapaaehtoista ja että voin peruuttaa tämän suostumukseni koska tahansa syytä ilmoittamatta. Olen tietoinen siitä, että mikäli keskeytän tutkimuksen tai peruutan suostumukseni, minusta keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

Allekirjoituksellani vahvistan, että annan suostumukseni henkilötietojeni käsittelyyn ja tutkimukseen osallistumiseen.

Päiväys ja paikka

Tutkittavan allekirjoitus

Tutkittavan nimenselvennös

Tutkijalle. Alkuperäinen allekirjoitettu tutkittavan suostumus sekä kopio tutkimustiedotteesta jäävät tutkijan arkistoon. Tutkimustiedote ja kopio allekirjoitetusta suostumuksesta annetaan tutkittavalle.

Mikäli tutkimuksen kohteena on alaikäinen, mutta henkilötietoja ei kerätä, vanhemmille tai sosiaalityöntekijöille tms. annetaan tutkimustiedote sekä pyydetään suostumus tutkimukseen osallistumisesta, mutta tietosuojailmoitusta ei ole välttämätöntä tehdä.

Teemahaastattelun tulokset ennen informaatin varmennusta																			
	Väite	Asiakas1			Asiakas2			Asiakas3			Asiakas4			Asiakas5			Kokonaisuus		
		sama a mielt	eri mielt ä	asia ei tullut	sama a mielt	eri mielt ä	asia ei tullut	sama a mielt	eri mielt ä	asia ei tullut	sama a mielt	eri mielt ä	asia ei tullut	sama a mielt	eri mielt ä	asia ei tullut	sama a mielt	eri mielt ä	asia ei tullut
Tavoitteet	Pärjääminen sosiaalisissa ympäristöissä	x			x			x					x			3	1	1	
	Saada sosiaalisia kontakteja	x			x			x			x		x			5			
	Päästä pois neljän seinän sisältä	x			x			x			x		x			5			
	Ryhmässä toimiminen	x			x			x			x		x			5			
	Työhön tai opintoihin pääseminen tulevaisuudessa	x			x				x		x		x			4	1		
	Arkirytmän ylläpito ja parantaminen	x			x			x			x		x			5			
	Oppia musiikista / saada soittokokemusta	x			x			x				x		x		4	1		
Miellyttävä tekeminen	x			x			x			x		x			5				
Toiminnan vaikutukset	Toiminta tukee kuntoutumistani	x			x			x			x		x			5			
	Toiminta tukee arkirytmän ylläpitämistä ja parantamista	x			x			x			x		x			5			
	Toiminta tukee elämänhallintaani	x			x			x			x		x			5			
	Toiminta tukee hyvinvointia	x			x			x			x		x			5			
	Toiminta on mielekästä	x			x			x			x		x			5			
	Saan ryhmältä tukea	x			x			x			x		x			5			
	Ryhmä hyväksyy minut	x			x			x			x		x			5			
	Toiminnan tuoma hyvä olo jatkuu pidemmälle kuin vain toimintapäivään	x			x			x			x		x			5			
	Toiminta vaikuttaa positiivisesti elämänlaatuuni	x			x			x			x		x			5			
	Toiminta vaikuttaa positiivisesti työkykyyni	x			x				x		x		x			4	1		
	Toiminta vaikuttaa positiivisesti toimintakykyyni	x			x			x			x		x			5			
	Toiminta tukee päihtetöntä arkea	x					x	x					x		x	2		3	
	Toiminta tukee ryhmässä toimimisen taitoja	x			x			x			x		x			5			
	Toiminta tukee opiskelussa tai työelämässä tarvittavia taitoja	x			x					x	x		x			4		1	
	Toiminta parantaa mahdollisuuksiani osallistua koulutukseen tai julkiseen työvoimapaalveluun tai työllistyä	x			x				x		x		x			4	1		
	Saan sosiaalisia kontakteja ryhmässä	x			x			x			x		x			5			
	Sosiaaliset kontaktini ovat kasvaneet ryhmän ansiosta	x			x			x			x				x	4		1	
	Toiminta tukee vuorovaikutustaitojani	x			x			x			x		x			5			
	Tunnen olevani osa ryhmää	x			x			x			x		x			5			
	Toiminta tukee tavoitteitani	x			x			x			x		x			5			
Toiminta sopii sosiaalisen kuntoutuksen/ kuntouttavan työtoiminnan muodoksi	x			x			x			x		x			5				
Saan toiminnasta onnistumisen kokemuksia	x			x			x			x		x			5				
Toimintaan osallistumiseen on matala kynnyks	x			x			x			x		x			5				

Liite 4/4

Teemahaastattelun tulokset informantin tarkistuksen jälkeen

	Väite	Asiakas1			Asiakas2			Asiakas3			Asiakas4			Asiakas5			Kokonaisuus		
		samaa mieltä	eri mieltä	asia ei tullut esille	samaa mieltä	eri mieltä	asia ei tullut esille	samaa mieltä	eri mieltä	asia ei tullut esille	samaa mieltä	eri mieltä	asia ei tullut esille	samaa mieltä	eri mieltä	asia ei tullut esille	samaa mieltä	eri mieltä	asia ei tullut esille
Tavoitteet	Pärjääminen sosiaalisissa ympäristöissä	x			x			x			x			x			4	1	
	Saada sosiaalisia kontakteja	x			x			x			x			x			4	1	
	Saada aktiviteetteja kodin ulkopuolelta	x			x			x			x			x			5		
	Ryhmässä toimiminen	x			x			x			x			x			5		
	Työhön tai opintoihin pääseminen tulevaisuudessa	x			x				x		x			x			4	1	
	Arkirytmin ylläpito ja parantaminen	x			x			x			x			x			5		
	Oppia musiikista / saada soittokokemusta	x			x			x				x		x			4	1	
Miellyttävä tekeminen	x			x			x			x			x			5			
Toiminnan vaikutukset	Toiminta tukee kuntoutustani	x			x			x			x			x			5		
	Toiminta tukee arkirytmin ylläpitämistä ja parantamista	x			x			x			x			x			5		
	Toiminta tukee elämäntilanteeni	x			x			x			x			x			5		
	Toiminta tukee hyvinvointia	x			x			x			x			x			5		
	Toiminta on mielekästä	x			x			x			x			x			5		
	Saan ryhmältä tukea	x			x			x			x			x			5		
	Ryhmä hyväksyy minut	x			x			x			x			x			5		
	Toiminnan tuoma hyvä olo jatkuu pidemmälle kuin vain toimintapäivään	x			x			x			x			x			5		
	Toiminta vaikuttaa positiivisesti elämänlaatuuni	x			x			x			x			x			5		
	Toiminta vaikuttaa positiivisesti työkykyyni	x			x				x		x			x			4	1	
	Toiminta vaikuttaa positiivisesti toimintakykyyni	x			x			x			x			x			5		
	Toiminta tukee päätöksentä arkea	x					x	x			x			x			4		1
	Toiminta tukee ryhmässä toimimisen taitoja	x			x			x			x			x			5		
	Toiminta tukee opiskelussa tai työelämässä tarvittavia taitoja	x			x			x			x			x			5		
	Toiminta parantaa mahdollisuksiani osallistua koulutukseen tai julkiseen työvoimapaalveluun tai työllistyä	x			x				x			x			x		4	1	
	Saan sosiaalisia kontakteja ryhmässä	x			x			x			x			x			5		
	Sosiaaliset kontaktini ovat kasvaneet ryhmän ansiosta	x			x			x			x				x		4	1	
	Toiminta tukee vuorovaikutustaitojani	x			x			x			x			x			5		
	Tunnen olevani osa ryhmää	x			x			x			x			x			5		
	Toiminta tukee tavoitteitani	x			x			x			x			x			5		
Toiminta sopii sosiaalisen kuntoutuksen/ kuntouttavan työtoiminnan muodoksi	x			x			x			x			x			5			
Saan toiminnasta onnistumisen kokemuksia	x			x			x			x			x			5			
Toimintaan osallistumiseen on matala kynnyks	x			x				x			x			x		4	1		