

Anne Härkönen, Anu Nevanperä & Sinikka Ruuhonen-Kuivas

**LAINRIKKOJA- JA PÄIHDETAUSTAISTEN HENKILÖIDEN LÄHEISTEN KOKE-  
MUKSIA VERTAISTUESTA HAND IN HAND -HANKKEESSA**

**LAINRIKKKOJA- JA PÄIHDETAUSTAISTEN HENKILÖIDEN LÄHEISTEN KO-  
KEMUKSIA VERTAISTUESTA HAND IN HAND -HANKKEESSA**

Anne Härkönen, Anu Nevanperä &  
Sinikka Ruuhonen-Kuivas  
Opinnäytetyön raportti  
Syksy 2022  
Sosiaalian koulutusohjelma  
Oulun ammattikorkeakoulu

## TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu  
Sosiaalialan tutkinto-ohjelma, Sosionomi

---

Tekijät: Anne Härkönen, Anu Nevanperä, Sinikka Ruuhonen-Kuivas

Opinnäytetyön nimi: Lainrikkoja- ja päihdetaustaisten henkilöiden läheisten kokemuksia vertaistuesta Hand in Hand -hankkeessa

Työn ohjaajat: Seija Kokko & Pirjo Ylikauma

Työn valmistuslukukaus ja -vuosi: Syksy 2022

Sivumäärä: 46 + 2 liitettä

---

On laskettu, että yhden vangin tilanne koskettaa vähintään kymmentä ihmistä, joten päihteiden käyttö sekä lainrikkomusten haittavaikutukset kuormittavat käyttäjän lisäksi omaisia, tekijän lähipiiriä sekä koko yhteiskuntaa.

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli kuvailla lainrikkoja- ja päihdetaustaisten henkilöiden läheisten kokemuksia vertaistuesta Hand in Hand -hankkeessa. Tavoitteenamme oli tuottaa kokemustietoa vertaistuesta ja korostaa sitä, kuinka merkityksellistä vertaistuki on sosiaalialan asiakastyössä voimaannuttavana ja osallisuutta tukevana työmuotona. Tutkimuskysymyksemme on: millaisia kokemuksia lainrikkoja- ja päihdetaustaisten henkilöiden läheisillä on Hand in Hand -hankkeessa saamaan vertaistuesta?

Opinnäytetyömme on tehty KRIS-Oulu ry:n Hand in Hand -hankkeelle osana heidän vertaistukitoimintansa kehittämistyötä. Hand in Hand-hankkeen tavoitteena on edistää lainrikkoja- ja päihteidenkäyttäjien läheisten voimaantumista sekä toipumista, vertaistukea korostaen. Hankkeen kohderyhmänä ovat ne läheiset, jotka ovat työttömiä tai muutoin työelämän ulkopuolella. Hand in Hand -hankkeelle ei ole tehty aiempia opinnäytetöitä.

Kokosimme tietoperustaa hyödyntäen erilaisia suomalaisia tutkimuksia, lähdekirjallisuutta, tilastoja sekä seuraamalla ajankohtaista uutisoitua. Tietoperustassamme on käsitelty vertaistukea tukimuotona sekä perehdytty aikaisempiin läheisille suunnatusta vertaistuesta saatuihin kokemuksiin.

Opinnäytetyömme aineistonhankinta toteutettiin kyselytutkimuksena hankkeen toimintaan osallistuneille täysi-ikäisille läheisille. Laadimme kyselylomakkeen, jossa oli tietoperustaan pohjautuvia väittämiä ja mittarina käytimme Likertin asteikkoa. Kyselylomake lähetettiin 22:lle hankkeen asiakkaalle ja palautuneita lomakkeita oli kuusitoista. Kyselyn vastausprosentti oli 72,73 %. Analysoimme tulokset tilastollisin menetelmin. Tulosten mukaan Hand in Hand-hankkeen vertaistuen vaikuttavuus läheisille on merkittävää. Saamamme vastaukset tuovat esille sen, miten hyviä kokemuksia ja voimaantumisen tunteita vastaajat ovat saaneet hankkeen tarjoamasta vertaistuesta. Tästä voidaan päätellä, että vertaistuki on lainrikkoja- ja päihteidenkäyttäjä taustaisten henkilöiden läheisille merkittävä ja toimiva tuen muoto. Opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää Hand in Hand -hankkeen toiminnan kehittämiseen, jotta se vastaisi mahdollisimman hyvin hankkeen asiakkaiden tarpeisiin.

---

Asiasanat: läheinen, vertaistuki, lainrikkoja, päihteidenkäyttäjä

## ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences  
Bachelor of Social Services

---

Authors: Anne Härkönen, Anu Nevanperä, Sinikka Ruuhonen-Kuivas

Title of thesis: Project Hand in Hand: Study of the peer support experiences of relatives of lawbreakers and substance abusers

Supervisors: Seija Kokko & Pirjo Ylikauma

Term and year when the thesis was submitted: Autumn 2022

Number of pages: 46 + 2 appendices

---

KRIS Oulu is a non-profit organization working to facilitate the return to society of person convicted of breaking the law and/or with history of substance abuse. KRIS-Oulu's project Hand in Hand provides peer support to the relatives of lawbreakers and substance abusers. These relatives are either unemployed or outside the workforce for other reasons. This thesis is written for KRIS-Oulu's Hand in Hand project as a part of the organization's continuous efforts to improve its activities providing peer support. The purpose of the thesis was to examine and describe the experiences of the relatives who participated in the Hand in Hand project. The aim of this study was to generate experience-based knowledge on the use of peer support. It also aims at highlighting-the relevance of peer support in social work and interaction with clients as an empowering and socially inclusive form of work.

This thesis uses quantitative research method. The data of the thesis was compiled using various Finnish studies, relevant literature, statistics and through actualities. No previous studies have been conducted on the Hand in Hand project. In analysing the data, peer support is treated as a form of support. In addition, the authors have familiarized with previous studies and experiences of peer support provided for relatives. The thesis is based on the results of a survey conducted for clients of legal age who participated in the different functions of the project Hand in Hand. The questionnaire used in the survey consisted of statements based on the data and previous studies. To measure the results, we used the scale of Likert. The survey was sent to 22 recipients. The research material consists of sixteen replies, equalling a response rate of 72,73 %. The results are analysed using statistical methods.

According to the results, the peer support provided for relatives in the Hand in Hand project has a significant impact. The responses showcase how the respondents have gained good experiences and feelings of empowerment from the project. Based on the results, it can be concluded that peer support is an effective and well-functioning form of support for relatives of people with lawbreaker and substance abuser backgrounds. Research results can be utilized by KRIS-Oulu to showcase the effectiveness of the work conducted in the project and for the further improvement of the work and operations based on customers' needs.

---

Keywords: relatives, peer support, law breaker, substance abuser

1	JOHDANTO .....	6
2	KRIS RY:N HAND IN HAND-HANKE .....	8
3	LAINRIKKOJA- JA PÄIHDETAUSTAISTEN HENKILÖIDEN LÄHEISTEN TUEN TARVE... 10	
	3.1 Vertaistuki tukimuotona .....	12
	3.2 Läheisille suunnatusta vertaistuesta saatuja kokemuksia .....	15
4	TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT .....	17
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....	19
	5.1 Tutkimusmetodologia .....	19
	5.2 Kyselylomakkeen laatiminen .....	20
	5.3 Tutkimuksen kohderyhmä ja aineistonkeruu .....	24
	5.4 Aineiston analyysi.....	25
	5.5 Luotettavuus ja eettisyys .....	26
6	TULOKSET.....	29
7	JOHTOPÄÄTÖKSET .....	34
8	POHDINTA.....	38
	LÄHTEET.....	42
	LIITTEET	

# 1 JOHDANTO

Kun ihminen käyttää päihteitä tai rikkoo lakia, asia koskettaa myös läheisiä. He saattavat kokea olevansa rinnakkain tuomittuja tilanteesta heille aiheutuneiden moninaisten haittojen vuoksi. Viertorinne käsitteli aihetta “Läheisten kokemuksia elämästä huumeita käyttävän rinnalla” opinnäytetyössään vuonna 2017. Läheisen päihteidenkäyttö vaikuttaa lähimaisen terveydentilaan ja jatkuva huoli heikentää työ- ja toimintakykyä. Osalla tutkittavista henkilöistä läheisen päihderiippuvuus aiheutti myös taloudellisia vaikeuksia, koska työssä käymiseen ja oman arjen pyörittämiseen ei ollut enää riittäviä voimavaroja. Haastatellut läheiset kertoivat myös, että oma elämä ja arki pyörii paljon huumeidenkäyttäjän asioissa. (Viertorinne 2017, 37.)

Opinnäytetyö tehdään KRIS-Oulu ry:n Hand in Hand -hankkeelle osana heidän vertaistukitoimintansa kehittämistyötä. Tavoitteena hankkeessa on edistää lainrikkoja- ja päihteidenkäyttäjien läheisten voimaantumista sekä toipumista, vertaistukea korostaen. Hankkeen tarjoaman apu ja tuki lainrikkoja- ja päihdetaustaisten läheisille on yksilöllistä ja kokonaisvaltaista. (KRIS-Oulu ry b, 2022.) Lisäksi KRIS-Oulu ry haluaa levittää tietoisuutta siitä, että päihteiden käyttö ja lainrikkominen koskettaa tekijän lisäksi myös läheisiä. KRIS-Oulu ry haluaa saada myös tietoa hanketyön vertaistuen vaikuttavuudesta. Hand in Hand -hankkeessa tarjotaan yksilökeskusteluun aikoja, järjestetään yhteistä toimintaa vapaa-ajalle sekä jaetaan lähimaisille tietoutta päihdepalveluista. Läheisiksi on määritelty koko lainrikkojan läheisverkosto mukaan lukien lapset, puoliset, vanhemmat, sisarukset sekä muut läheiset. (KRIS-Oulu ry C, 2022.) Varsinaisen hankkeen kohderyhmänä ovat ne läheiset, jotka ovat työttömiä tai muutoin työelämän ulkopuolella (KRIS-Oulu ry d, 2022).

Opinnäytetyömme tarkoituksena on kuvailla lainrikkoja- ja päihdetaustaisten henkilöiden läheisten kokemuksia vertaistuesta KRIS ry:n Hand in Hand – hankkeessa. Aihe on ajankohtainen, koska sosiaali- ja terveydenhuollon uudistuksen mukaan kolmas sektori tulee toimimaan täydentävien palvelujen tuottajana ammattilaisten tekemän työn rinnalla. Marinin hallitus on linjannut sosiaali- ja terveysalan uudistuksen toiminnan painotuksen siirtämistä raskaista palveluista ehkäisevään ja ennakoiivaan työhön. Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskus 2020–2022 ohjelma tähtää palvelukokonaisuuksien kehittämiseen. Ohjelman tavoitteena on vahvistaa monialaisuutta siten, että asiakkaan tilanne tulee arvioitua kokonaisvaltaisesti. Tavoite pyritään saavuttamaan muun muassa vahvistamalla perustason ohjausta ja neuvontaa sekä kehittämällä matalan kynnyksen asiakas- ja pal-

veluohjausta. Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskus tarvitsee myös kansalaisyhteiskunnan yhteisöjä ja järjestöjä kumppanikseen rakentamaan asukkaiden ja asiakkaiden hyvinvointia. (Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskus 2020–2022.) KRIS ry:n toiminnassa nämä ohjelman asettamat tavoitteet jo toteutuvat. Toimintaa ohjaavat myös lait. Päihdehuoltolaki (1986/41, 7§) kehottaa kiinnittämään erityistä huomiota päihdehuollon ja sosiaali- ja terveyspalveluiden keskinäiseen yhteistyöhön ja sosiaalihuoltolaki (2014/1301, 11§) velvoittaa järjestämään sosiaalipalveluja myös tuen tarpeessa oleville läheisille.

Olemme tehneet yhdessä Oulun yliopiston kirjaston informaation kanssa hakuja eri tietokantoihin jo opinnäytetyön suunnitelman alkuvaiheessa suomeksi, ruotsiksi sekä englanniksi ja perehtyneet aiheeseen liittyviin aiemmin tehtyihin tutkimuksiin. Tutkimustuloksissa on noussut keskeisesti esiin, että vertaistuki lisää hyvinvointia ja sosiaalista osallisuutta, sekä ehkäisee syrjäytymistä. Mielestämme päihteidenkäyttäjien ja rikoksentekijöiden lähiomaisten asemaan ja vertaistuen merkitykseen ei ole kiinnitetty riittävästi huomiota siihen nähden kuinka suurta määrää läheisiä asia koskettaa. Esimerkiksi Oulussa vapautuu vuosittain noin 350 vankia, mikä tarkoittaa laskennallisesti vähintään 3 500 läheistä (Euroopan sosiaalirahasto ESR, Hand in Hand –hankkeen kuvaus 2021). Hand in Hand -hankkeeseen ei ole aiemmin tehty opinnäytetyötä tai muuta vastaavaa tutkimusta. Vertaistuen kokemuksia tutkimalla, haluamme lisätä tietoisuutta vertaistuen merkityksestä lähiomaisille. Opinnäytetyössämme omat osaamistavoitteemme pohjautuvat sosiaalialan kompetensseihin (Arene 2017, 10). Erityisesti tässä korostuu asiakastyön osaaminen, jotta osaamme huomioida kokonaisvaltaisesti läheisten palvelutarpeen ja ohjata heitä vertaistuen piiriin. Lisäksi opinnäytetyömme edistää meidän eettistä harkintakykyämme sosiaalialan ammatillisessa työssä.

## 2 KRIS RY: N HAND IN HAND-HANKE

*”Meille voit tulla omana itsenäsi ja puhua asioista niiden oikeilla nimillä,  
me tiedämme omasta kokemuksesta mistä puhutaan.”*

KRIS-järjestötoiminta on levinnyt ympäri maailmaa ja sen syntyjuuret löytyvät Ruotsista. Yhdistys tarjoaa tukea ja apua vankilasta vapautuville henkilöille. Suomessa yhdistys aloitti toimintansa vuonna 2001 ja aluksi toiminta tapahtui RRY (Rikollisten Revanssi Yhteiskunnassa) -nimellä, joka oli suora käänös Ruotsin KRIS - Kriminellas Revansch i Samhället -nimestä. Huhtikuussa 2003 yhdistys rekisteröitiin ja se muutti nimensä KRIS-Suomi ry:ksi ja tuolloin vankilatyö käynnistyi välittömästi. Vuosien aikana organisaatorakenne on kokenut muutoksia ja yhdistyksen toiminta on laajentunut. Muuttumattomana on kuitenkin pysynyt järjestön neljä peruseriaatetta, johon kaikki toiminta nojautuu. Nämä neljä periaatetta ovat *päihdeettömyys, rehellisyys, toveruus* sekä *yhteisvastuullisuus*. (KRIS ry a, 2022.) KRIS-Oulu ry on perustettu vuonna 2013. Toimintaa ohjaavat samat edellä mainitut neljä periaatetta kuin kaikkia muitakin KRIS-yhdistyksiä. Tavoitteena on edistää alueen lainrikkoja- ja päihdetaustaisten henkilöiden voimaantumista sekä myönteistä kiinnittymistä yhteiskuntaan. KRIS-Oulu ry tekee myös ennaltaehkäisevää nuorisotyötä ja työskentelyssä huomioidaan myös vahvasti lainrikkoja- ja päihdetaustaisten henkilöiden läheisverkosto. Yhdistyksen toiminnan rahoittajia ja tukijoita ovat Pohjois-Pohjanmaan TE-toimisto, Oulun kaupunki, Stea sekä ESR. (KRIS-Oulu ry b, 2022.)

KRIS-Oulu ry:llä on käynnissä Hand in Hand -hanke. Olemme tutustuneet hankkeen toimintaan vieraillemalla hankkeen toimipaikassa, keskustelemalla ja haastatteleamalla hankkeen henkilökuntaa sekä perehtymällä osittain hankesuunnitelmaan. Otteita hankesuunnitelmasta on opinnäytetyön tekijöiden hallussa. Hanketoiminta on käynnistynyt tammikuussa 2021 ja se päättyy elokuussa 2023. Hanke on tarkoitettu lainrikkoja- ja päihdetaustaisten henkilöiden läheisille. Tavoitteena on auttaa ja tukea läheisiä yksilöllisesti ja kokonaisvaltaisesti. (KRIS-Oulu ry c, 2022.) Tarve nimenomaan läheisille suunnatulle työlle on noussut KRIS-Oulu ry:n aiemmasta hankkeesta, mikä oli suunnattu lainrikkojille, sekä muun aiemmin tehdyn työn ja niiden tulosten pohjalta. Hankkeen varsinainen kohderyhmä ovat ne lainrikkoja- ja päihdetaustaisten henkilöiden läheiset, jotka ovat työttömiä tai muusta syystä työelämän ulkopuolella. Nämä läheiset eivät automaattisesti kuulu minkään kohdennetun avun tai tuen piiriin, joten hankkeen resursseja kohdennetaan sellaiseen asiakasryhmään, mikä muutoin jäisi ilman tarvittavaa tukea tai apua. Hankkeen tavoitteena on tarjota apua



varhaisessa vaiheessa läheisille haastavassa ja usein myös yllättävässä tilanteessa. Hankkeen toiminta painottuu matalan kynnyksen periaatteeseen sekä siinä korostuu erityisesti vertaisuus. Vertaistuki on merkittävässä roolissa, sillä läheisen tilanteen ymmärtää parhaiten sellainen henkilö, jolla on omakohtaista kokemusta vastaavasta tilanteesta. Konkreettisissa toimenpiteissä korostuu asiakaslähtöisyys, sillä kaikki toimenpiteet suunnitellaan jokaisen asiakkaan kohdalla yksilöllisten tarpeiden mukaan. Hankkeen puitteissa asiakkaille tarjotaan esimerkiksi apua virastoasioiden hoitoon tai yksilökeskustelujen muodossa. Lisäksi hanke pitää sisällään vertaistukiryhmiä, leirejä läheisille sekä yhdessä asiakkaiden kanssa suunniteltuja aktiviteetteja. Välillisesti hankkeen kohde-ryhmänä on läheisen koko perhe ja työskentely on kokonaisvaltaista. Läheisen tukemisen pohjimmallisena tarkoituksena on mahdollistaa niin läheisen kuin lainrikkojатаustaisen henkilön tasapainoinen elämä rangaistuksen suorittamisen jälkeen. Asiakashankintaa toteutetaan aktiivisesti koko hankkeen ajan. Asiakkuuden kesto voi vaihdella, mutta siitä huolimatta jokaiselle asiakkaalle tehdään hankkeen aikana alku-, väli- sekä loppukartoitus. (KRIS-Oulu ry, e, Hand in Hand -hankkeen hankesuunnitelma.)

Henkilön joutuessa vankilaan tilanne koskettaa ja kuormittaa vangitun lisäksi myös aina tämän lähimmäisiä. Läheisten kokemia ongelmia ovat esimerkiksi ulkopuolisuuden tunteen kokeminen, eristäytyminen sekä tunne-elämän ongelmat. Näiden taustalla vaikuttavat läheisten kokemukset muun muassa häpeästä, vihasta, surusta, ahdistuksesta ja masennuksesta. Erilaisten haasteiden kasaantuessa läheiset uupuvat helposti ja joutuvat jättäytymään usein ennemmin tai myöhemmin pois työstä tai opiskelusta. Myös sosiaalisista suhteista vetäytyminen on yleistä häpeän ja leimaantumisen kokemuksen vuoksi. Kriisiytyneessä tilanteessa ongelmiin puuttuminen varhaisessa vaiheessa tukee läheistä terveydellisestä, sosiaalisesta sekä taloudellisesta näkökulmasta. Lisäksi matalan kynnyksen periaatteella toimiva palvelu täydentää osaltaan julkista palvelujärjestelmää esimerkiksi silloin, kun tarvittavia palveluita ei ole syystä tai toisesta saatu vielä käyntiin. On tärkeää huomioida myös se, että harva läheinen hakeutuu itse palvelujärjestelmän avun, kuten terveys-, mielenterveys-, sosiaali- tai lastensuojelun palveluiden piiriin. Hankkeen tavoitteena on lisätä hyvinvointia, yhdenvertaisuutta sekä tasa-arvoa, vahvistaa ja tukea osallisuutta, perhesuhteita sekä vanhemmuutta, ylläpitää tai lisätä työ- ja opiskelukykyä sekä vähentää huono-osaisuutta ja syrjäytymistä. (KRIS-Oulu ry, e, Hand in Hand -hankkeen hankesuunnitelma.)

### 3 LAINRIKKOJA- JA PÄIHDETAUSTAISTEN HENKILÖIDEN LÄHEISTEN TUEN TARVE

Lähdimme kokoamaan tietoperustaa tekemällä hakuja eri tietokantoihin. Toteutimme tiedonhakuja yhdessä Oulun yliopiston informaation kanssa. Tiedon hakemisessa käytimme Oula-Finna-, Google Scholar- sekä EBSCOhost-tietokantaa. Teimme hakuja tietokantoihin suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi. Hakusanoina käytimme KRIS ry-, vertaistuki-, läheiset- sekä lainrikkaja- ja päihteidenkäyttäjä- sanoja yhdistellen näitä eri tavoin and- ja or-apusanoilla. Yhdistyksen toiminnan merkitystä lainrikkojille ja päihteidenkäyttäjille on tutkittu paljon eri opinnäytetöissä, mutta KRIS ry:n asiakkaiden läheisten kokemuksia vertaistuen merkityksestä ei ole aiemmin tutkittu. Oman ymmärryksemme lisäämiseksi olemme lukeneet alan kirjallisuutta sekä perehtyneet aikaisempiin tutkimuksiin ja tutustuneet sosiaali- ja terveysalan ajankohtaisiin uudistuksiin aiheeseen liittyen.

Alkoholin käyttö liittyy usein pahoinpitelyihin ja väkivaltatekoihin (Rikoksantorjunta.fi, 2022). ja liikenneonnettomuuksiin (Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2013). Huumaussairuuskasista tuomitut vankeusrangaistukset on ollut kasvussa vuosina 2011–2020 (Rikosseuraamuslaitos 2021,15). Päihteiden käytön sekä lainrikkomisen haittavaikutukset kuormittavat käyttäjän lisäksi omaisia, lähipiiriä sekä koko yhteiskuntaa. Päihteiden käytön haittavaikutukset ulottuvat myös ulkopuolisiin ihmisiin sekä työelämään. Lisäksi haitat kuormittavat julkisia palveluita kuten sosiaali- ja terveyspalveluja. Haitoista syntyvät kustannukset kohdistuvat suurina taloudellisina menetyksinä koko kansantalouteen (Warpenius, Holmila & Tigerstedt 2013,5.) Jokaisen vangin ympärillä on useita läheisiä, jotka kärsivät rikosten seurauksista. Läheiset voivat tuntea olevansa rinnakkain tuomittuja kokemiansa moninaisten haittavaikutusten takia. Oulun seudulle vapautuu noin 350 vankia vuosittain. Yhden vangin tilanne koskettaa vähintään kymmentä muuta henkilöä. Tästä voidaan laskea, että se tarkoittaa vuosittain noin 260 lasta, 300 puolisoa, 700 vanhempaa, 700 sisarusta ja muuta läheisverkostoa ainakin 1400 henkilöä. (Euroopan sosiaalirahasto ESR, Hand in Hand –hankkeen kuvaus 2021.)

“Noin miljoona suomalaista kärsii läheisen alkoholinkäytöstä ja useampi sata tuhatta heistä vakavasti”, arvioi päihde- ja mielenterveyspalveluita tuottavan A-klinikka Oy:n lääketieteellinen johtaja Kaarlo Simojoki Yle Uutisten haastattelussa. Päihdehuoltolain mukaan kunnan on huolehdittava

siitä, että päihdehuolto järjestetään sisällöltään ja laajuudeltaan kunnassa esiintyvän tarpeen mukaan. Simojoki kertoo haastattelussa, että monessa kunnassa tarve on arvioitu liian vähäiseksi ja viidentoista viime vuoden aikana läheisten hoito on vähentynyt koko ajan. Läheiset eivät tällä hetkellä saa tukea ja apua riittävästi tai eivät ymmärrä eivätkä tiedä mistä hakea apua. Heitä ohjataan tänä päivänä enenevässä määrin kolmannen sektorin ja vertaistuen piiriin, eikä se ei ole yksistään huono asia. Simojoen mielestä vertaistuki on hyvä tukitoimi, mutta se ei ole varsinaista hoitoa. Terapian tarpeen arvioiminen tai lääkityksen määrääminen ei onnistu kolmannen sektorin puolella. (Simojoki, 2021.)

Päihteidenkäytöllä on merkittävä vaikutus toki päihteidenkäyttäjän omaan elämään, mutta se vaikuttaa myös heidän läheistensä elämään. Lain näkökulmasta päihteidenkäyttäjän läheiset ovat yhtäläisessä asemassa itse päihteidenkäyttäjien kanssa. Päihdehuollon palveluita tulee antaa päihteidenkäyttäjän lisäksi myös tämän perheelle sekä muille läheisille. Palveluita on annettava aina avun, tuen sekä hoidon tarpeen perusteella. (Päihdehuoltolaki 1986/41, 7§.) Päihteidenkäyttäjien läheisten avuntarpeesta sekä kokemuksista on vähän tutkimustietoa. Varmaksi voidaan kuitenkin todeta se, että päihteiden ongelmakäytöllä on useita erilaisia vaikutuksia läheisten hyvinvointiin ja elämään. Läheisten kokemukset ongelmista voidaan jakaa karkeasti kolmeen ryhmään, fyysisiin, psyykkisiin sekä sosiaalisiin haittoihin. Suomalaisten tutkimusten mukaan päihteiden ongelmakäytöstä aiheutuvat haitat liittyvät moninaisesti kasaantuvaan sosiaaliseen huono-osaisuuteen. Tutkimuksissa keskeisesti on noussut esille päihteiden ongelmakäytön vaikutus elämänhallintaan sekä talous- ja sosiaaliset ongelmat. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2013, 139.)

KRIS ry:n Hand in Hand -hankkeen asiakasryhmän erityisyys on se, että he ovat työttömiä tai muutoin työelämän ulkopuolella. Työttömyyden pitkittyessä riski altistua erilaisille negatiivisesti vaikuttaville, terveyteen, toimeentuloon, sosiaalisen elämään, huonouteen ja stressiin liittyville kokemuksille kasvaa. Näillä kokemuksilla on puolestaan suora yhteys erilaisiin päihde- ja mielenterveysongelmiin (Isola & Suominen 2016, 74.) Työttömyyteen liittyy usein köyhyys, joka tarkoittaa sitä, että ihmiset ovat taloudellisessa alistussuhteessa. Sen lisäksi nämä ihmiset ovat myös ihmisarvoon liittyvässä alisteisessa tunnustussuhteessa. Kun työtä ei ole, merkityksellisyyttä elämään on haettava muualta. Sukupolvelta toiselle siirtyvään köyhyyteen liittyy useita huonoja puolia. Yksi näistä on myönteisten kertomusten puute. Köyhässä suvussa köyhyydestä kerrottaessa siirtyy usein myös siihen liittyvä ulkopuolisuus ja voimattomuus sukupolvelta toiselle. On myös mahdollista, että tekemättömyys on seurausta köyhyydestä. Jos ihmisellä on kokemus siitä, että millään ei ole mi-

tään väliä, ei hän tuolloin myös jaksakaan tehdä asioita. (Isola & Suominen 2016, 103–105.) Kun ihminen jää syystä tai toisesta sosiaalisen elämän, vaikuttamismahdollisuuksien, työelämän ja yhteisöllisyyden ulkopuolelle voidaan puhua syrjäytymisestä. Syrjäytyminen voi koskettaa niin yksilöitä kuin ryhmiäkin. Syrjäyttämällä tarkoitetaan sitä, kun ihmisen näkökannat ja mielipiteet jää kuulematta tai heidän osallisuuttaan kyseenalaistetaan (Laine, Hyväri & Vuokila-Oikkonen, 2010, 11.)

### 3.1 Vertaistuki tukimuotona

Vertaistoiminta, vertaistuki ja vertaisuus -käsitteitä käytetään usein kuvaamaan samaa asiaa tai ilmiötä. Vertaisuudella tarkoitetaan ihmisten välistä suhdetta, jossa korostuu henkilöiden välinen tasa-arvoisuus, yhdenvertaisuus, voimavarat sekä keskinäinen asiantuntijuus. Vertaistuki on toimintaa, jossa jokainen vertainen toimii omaehtoisesti itsensä ja muiden hyväksi. Keskeisessä roolissa on vertaisten toisilleen antama tuki sekä luottamuksellisuus. Vertaistoiminta on vertaistukea laajempi käsite ja se pitää sisällään esimerkiksi ryhmässä toimimisen. Kaikki vertaistoiminta ja -tuki pohjautuu henkilöiden toisilleen tarjoamaan keskinäiseen tukeen, jonka taustalta löytyy kokemuksellisuus jostain heille yhteisestä asiasta. Tarve vertaisuuteen sekä vertaistukeen lähtee ihmisten tarpeesta kokea yhteisöllisyyttä. Suomessa toiminnan pohja ja perinteet ovat muotoutuneet paikallisyhteisöistä sekä niiden yhteisöllisyydestä. (Mikkonen & Saarinen 2018, 10, 20–22.)

Terminä vertaistuki on suhteellisen uusi, se on ollut käytössä vasta reilut kaksikymmentä vuotta. Aiemmin vastaavasta vertaistoiminnasta on käytetty nimeä oma-aputoiminta tai oma-apuryhmät. Suomessa oma-apu- sekä vertaistoiminta on kasvanut merkittävästi 1990-luvun laman jälkeen, kun laman vuoksi erilaisia palveluita on karsittu säästösyistä. Tuolloin myös vertaisuuden arvostus ja merkitys on kasvanut, sekä ammatillisuuden ja vertaisuuden kohtaaminen on alkanut lisääntymään. (Mikkonen & Saarinen 2018, 9–10.) Nykyisin vertaistuen rooli korostuu sosiaali- ja terveyspalveluiden uudistuksissa sekä lainsäädäntötasolla. Sosiaalihuoltolain (1301/2014) tarkoitusta on kuvattu seuraavasti: ”Lain tarkoituksena on vahvistaa peruspalveluja ja vähentää sitä kautta korjaavien toimenpiteiden tarvetta. Tavoitteena on madaltaa tuen hakemisen kynnyksiä järjestämällä sosiaalipalveluja muiden peruspalvelujen yhteydessä.” (Sosiaali- ja terveysministeriö 2017, 13.) Lain seitsemästoista pykälä käsittelee sosiaalista kuntoutusta ja muun muassa sen alla vertaistuki mainitaan erikseen yhtenä mahdollisena sosiaalisen kuntoutuksen välineenä. Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteista on kirjattu seuraavaa: ”Tavoitteena on edistää kaikkien yhteiskunnan jäsenten yhtäläisiä mahdollisuuksia päästä niihin vuorovaikutussuhteisiin, toimintoihin ja rakenteisiin, jotka

muodostavat jokapäiväisen elämän perustan; periaatteena on yksilön integroituminen yhteiskuntaan kykyjään ja suoriutumistaan vastaavalla tavalla.” (Sosiaali- ja terveysministeriö 2017, 57.) Sosiaalihuoltolaki määrittää myös sosiaalialan ammattilaisten tekemän päihdetyön raamit. Päihdetyöllä tarkoitetaan päihteisiin liittyvien hyvinvointia ja turvallisuutta alentavien tekijöiden vähentämistä tai poistamista. Sosiaalihuollon päihdetyöhön kuuluvat ohjaus ja neuvonta päihteiden ongelmakäyttäjille, heidän omaisilleen ja läheisille tarkoitetut sosiaalihuollon erityispalvelut. (Sosiaalihuoltolaki 2014/1301, 24§.) Päihdehuoltolain mukaan päihdehuollon tavoitteena on muun muassa edistää päihteiden ongelmakäyttäjän sekä hänen läheistensä toimintakykyä ja turvallisuutta. (Päihdehuoltolaki 41/1986).

Luottamuksellisessa ilmapiirissä mahdollistuu vuorovaikutuksellisuus, vertaisten toisilleen jakamat kokemukset sekä erilaisten tunteiden ilmaisu ja niiden käsittely. Henkilöillä on mahdollisuus saada uusia selviytymiskeinoja ja oppia toisten vertaisten kokemuksista. Vertaistoiminnan toteuttamiseen vaikuttavat osallistuvien henkilöiden elämäntilanteet sekä voimavarat. Ryhmämuotoista vertaistukitoimintaa voidaan järjestää keskusteluryhmien sekä toiminnallisten ryhmien muodossa. Tyypillistä erityisesti keskusteluryhmille on salliva ilmapiiri, jossa kaikki tunteet sekä mielipiteet ovat oikeita ja sallittuja. Ryhmissä ei arvostella tai tuomita muita jäseniä, ja osallistujat voivat puhua sellaisiakin omia asioita tai ajatuksia, joita he eivät syystä tai toisesta haluaisi puhua ryhmän ulkopuolella. Ryhmien lisäksi vertaistukea voidaan tarjota myös kahden kesken kasvokkain tai nykyisin myös enenevässä määrin puhelimen tai verkon välityksellä. (Mikkonen & Saarinen 2018, 20, 56–58.)

Läheisryhmissä yhteisyys perustuu yhteisiin kiinnostuksen kohteisiin, vertaistukeen ja vuorovaikutukseen. Ryhmien yhteisöllisyyden tunne on hyvin voimakas. Kaikki tietävät mistä puhutaan, kenenkään ei tarvitse selitellä, koska ryhmäläiset ovat samassa tilanteessa. Ulkopuoliset eivät tiedä eivätkä ymmärrä mistä ja millaisesta ongelmasta on kyse. Ryhmässä voi puhua sellaisista asioista, joita ei välttämättä kerro kenellekään eikä voi normaalisti puhua kenenkään kanssa. Tämä johtuu osittain siitä, että läheiset tuntevat syyllisyyttä ja häpeää omaistensa huumeidenkäytöstä. Läheiset saavat luottamuksellisessa ilmapiirissä näyttää tuskan tunteensa ja purkaa itseään. (Vilen, Leppämäki & Ekström 2005, 202–204.)

Kaikkeen vertaistoimintaan sisältyy kantavana ajatuksena se, että kukaan ei jäisi yksin ongelmiensa kanssa. Kun toiminnassa tapaa muita samankaltaisessa tilanteessa olevia henkilöitä, se

voi vahvistaa toivoa selvittää myös omastakin tilanteesta. Oman tilanteensa kanssa kuulluksi ja nähdäksi tuleminen antaa korjaavia kokemuksia sekä vertaisuuden antama tuki vahvistaa henkilön tunnetta elämänhallinnasta. Kriisitilanteesta toipumisessa vertaistuella voi olla suurikin merkitys ja vertaisryhmien vastavuoroiset ihmissuhteet koetaan usein hyvin tärkeiksi. Vertaistukitoiminta kasvattaa osallistujien sosiaalista pääomaa sekä kokemusta siitä, että kuuluu johonkin. (Mikkonen & Saarinen 2018, 21–23.) Kuitenkin tarve vertaistoiminnalle vaihtelee eri yksilöiden välillä. Syitä sille, miksi ihminen ei hakeudu mukaan vertaistoihimintaan ovat tutkimusten mukaan ennakkoluulot, pelko leimaantumisesta, sosiaalisten suhteiden vierastaminen tai henkilön heikko sosiaalinen pääoma. Toisaalta taas jotkut ihmiset kokevat oman läheisverkostonsa riittäväksi tueksi ja osa haluaa taas pärjätä itse haastavan tilanteensa kanssa. (Mikkonen & Saarinen 2018, 139.) Vertaisryhmät auttavat parhaiten silloin, jos siihen osallistuvilla on tarpeeksi henkilökohtaisia voimavaroja käsitellä ryhmässä esiintyviä aiheita ja asioita. (Mikkonen ym. 2018, 21).

Vertaistuen yhtenä tarkoituksena on parantaa vertaisen hyvinvointia (Mikkonen ym. 2018, 21). Nykyisin hyvinvointia on alettu tarkastelemaan enenevässä määrin myönteisestä näkökulmasta aieman ongelmakeskeisen näkökulman sijaan. Hyvinvoinnin lisäämiseksi tarkastellaan sitä, miten yksilön ja yhteisön jo olemassa olevia voimavaroja voitaisiin hyödyntää. Tämä ajattelutapa ei ole kuitenkaan täysin ongelmaton, sillä pelkästään voimavaroihin keskittyminen jättää helposti huomiotta ne taustatekijät, jotka edistävät tai estävät liittymästä hyvinvoinnin lähteisiin esimerkiksi ihmissuhteissa tai yhteisöissä. Palveluiden lisäksi tarvitaan ihmisten välistä keskinäistä toimintaa, josta ihmiset voivat löytää keinoja eriarvoisuuden kokemuksensa lievittämiseen ja saavat kokemuksia arvokkuudestaan. (Isola & Suominen 2016, 174–176.)

Verrattaessa vertaistuki- ja ammattilaisen ohjaamaan toimintaan, tutkimusten mukaan on tultu siihen tulokseen, että vertaisen ja ammattilaisen antama tuki täydentävät toisiaan. (Mikkonen ja Saarinen. 2018, 28–32). Sosiaali- ja terveysalan ylläpitämässä vertaistukiryhmissä on suositeltavaa olla ainakin yksi ammattilainen ohjaamassa ryhmää. Ainoastaan ammattilainen kykenee toteuttamaan sosiaali- ja terveyshuollon vaatimaa terapeutista hoito-otetta. (Mikkonen ym. 2018, 18.) Ideaalitalanne on vertaisten ja ammattilaisten kokemusten ja ammattiavun yhdistäminen, jonka seurauksena on syntynyt uusia tapoja ohjata ryhmiä sekä suunnitella erilaista vertaistukitoimintaa. Tämän takia vertaistukitoimintaa käytetään yhä enemmän ammattilaisen työn rinnalla. Ammattilaisen rooli nähdään ulkoapäin ja vertainen sisältäpäin auttajaksi, koska he käsittelevät asioita eri näkökulmista. Ideaalissa ja onnistuneessa ryhmätilanteessa läheinen saa sekä ammattiavun että vertaistuen. Nämä yhdistämällä päästään hyviin tuloksiin. Ammattilainen osaa tuoda tieteellistä tietoa ja

tutkimustietoa paremmin esille, jota läheiset pystyvät hyödyntämään omaan tilanteeseensa. Ammatilainen pystyy ohjaamaan ryhmää kuntouttavaan suuntaan. (Kotovirta 2018.) Ammatilaisen ohjaaman vertaistukiryhmän toiminta oli koettu merkitykselliseksi, koska elämäntilanteen salaaminen toisilta ihmisiltä oli raskasta. Keskustelu ammatilaisen sekä samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten kanssa oli koettu omaa oloa helpottavaksi (Viertorinne 2017, 52.)

### **3.2 Läheisille suunnatusta vertaistuesta saatuja kokemuksia**

Kangasniemi ja Männikkö (2011, 10) ovat tutkineet opinnäytetyössään ”Missä hän edes on?”, vankeusrangaistuksen vaikutusta myös läheisiin. Opinnäytetyön tekijät toteavat, että rikosepäily ja pidätys saattavat tulla usein yllätyksenä läheisille ja vankeusrangaistus tuntuu läheisistä kaaosmaiselta ja tuskalliselta. Rikoksentehtäjäiden läheisille ei ollut tarjolla kohdennettuja palveluita vaan läheiset kokivat jääneensä asian kanssa yksin. Vankien läheiset kokivat yksinäisyyttä koska eivät uskaltaneet tai osanneet hakea itselleen apua. Läheiset tunsivat myös syyllisyyttä ja tunnetta, että heille ei kuulu avun saaminen koska oma läheinen oli syyllistynyt rikoksen tekemiseen. Puhuminen ja kuulluksi tuleminen oli tärkeää. Läheisillä oli pelkoja arjessa selviytymisestä. Alkoholin käytöllä on merkittävä osuus rangaistavien rikosten tekemisessä.

Vertaistuella on merkittävä vaikutus läheisten jaksamiseen. Vertaistukitoiminnassa mukana olevia yhdistää samankaltainen elämäntilanne. Osallistujat saavat toisiltaan apua ja tukea, jota ammatilliset tahot eivät voi korvata. Karsikas (2003, 16, 94) on tutkinut vangeille ja heidän läheisilleen suunnattua toimintaa rikosseuraamuslaitokselle tehdyssä perhetyöryhmän mietinnössä ”Perhe muurin toisella puolen”. Hän toteaa, että vankien läheisten parissa tapahtuvaa vertaistukitoimintaa on vähän. Nimenomaan lainrikkojien läheisille tulisi olla enemmän paikkoja, joissa jakaa asioita, joita he eivät välttämättä pysty muualla kertomaan. Rikollisuuteen liittyy vahvasti myös leimaantuminen, jonka saa aikaan sosiaalinen kontrolli. Lainrikkoja- ja päihdetaustaisten henkilöiden läheiset saavat myös osansa tästä leimaantumisesta. Vaikka leimaantuminen olisi tapahtunut tahattomasti, on siitä irtautuminen hankalaa. Esimerkiksi lähipiirin, tuttavien ja ystävien suhtautuminen saattaa muuttua hyvinkin merkittävästi koko perhettä kohtaan, jota asia koskettaa.

Vertaistuen vaikuttavuus tulee esille myös Pennasen (2007, 75, 76) tutkimuksesta ”Vertaistuen vaikuttavuus Irti Huumeista ry:n huumeiden käyttäjien läheisille tarkoitetuissa vertaistukiryhmissä”. Läheiset ovat saaneet toivoa sekä ymmärrystä ryhmissä käyneiltä muilta läheisiltä, jotka kipuilevat

samojen asioiden kanssa. Muilta läheisiltä saatu tuki ja tieto on koettu korvaamattomaksi. Vertaistuki antoi voimia vaikeina aikoina sekä lievensi yksinäisyyden tunnetta. Ryhmästä sai myös myötätunnon kokemusta. Vertaistukea saaneet läheiset tunsivat olevansa hyväksytyjä kansalaisia ja kuuluvansa yhteisöön. Vertaistuen piiristä sai uusia ystäviä ja siellä syntyi ihmissuhteita. He auttoivat toinen toisiaan. Vertaistukea saaneet osallistujat kokivat myös saavansa henkistä tukea. Tutkimustulosten mukaan vertaistuen vaikutukset voidaan jakaa neljään osa-alueeseen: helpotuksen tunne, uusi ymmärrys käyttäjää ja omaa itseä kohtaan, syyllisyydentunteen lieveneminen, itsensä syyllistämisen poistuminen ja oman elämän uuden arvostuksen löytäminen. Vertaistuki ei ole hoitoa, vaan sen avulla läheiset voimaantuvat ja selviävät arjen tuomista haasteista paremmin. Vertaistuki myös mahdollistaa ihmisten kohtaamisen sekä aidon dialogin. Oleellista vertaistuessa on tunne siitä, että ihminen tulee kuulluksi sekä saa apua, tukea ja neuvoja ongelmatilanteissaan. Vertaistukitoimintaan osallistuneet läheiset kokivat, että vertaisuus myös kasvattaa samalla sosiaalista pääomaa.

Samansuuntaisia tuloksia on Sassi (2012, 36) saanut tutkiessaan vankien läheisten kokemuksia vertaistuesta opinnäytetyössään ”Kaksoiselämää sitä eli...”: Vankien omaisten kokemuksia tuen tarpeesta ja Vankien omaiset VAO ry:n toiminnasta.” Opinnäytetyön tuloksissa nousi erityisen tärkeäksi vertaisuuden mukanaan tuoma kokemustieto. Vankien omaisten vastauksista tuli esille vaikuttava tunneyhteyden merkitys vertaisten välillä. Tunneyhteyden tuomaa tukea ja kokemusta lohdutetuksi tulemisesta pidettiin erittäin merkittävänä vertaistukiryhmän antamana kokemuksena. Lisäksi tämän tyylistä tunnetukea on vaikea saada ammattilaisen tuen avulla. Tutkimustulosten mukaan vertaisuuteen perustuvien kokemusten, ajatusten ja tunteiden jakaminen toisten samassa tilanteessa olevien kanssa näytti luovan toivoa ja saavan aikaan voimaantumista. Se myös antoi uusia näköaloja tulevaisuutta kohden. Ryhmäläisten ymmärrys voi auttaa vapautumaan syyllisyydestä ja häpeästä, jota oman läheisen tuomio usein väistämättä aiheuttaa. Myös arjessa jaksamisen kannalta vertaisryhmätoiminnalla on suuri merkitys.

Ikonen (2018, 35) on opinnäytetyössään ”Vankien puolisoille suunnatun vertaistukiryhmän kokemuksia verkkoryhmän toimivuudesta” tutkinut muun muassa lainrikkojien puolisoitten arjen jaksamista. Hän totesi tutkimuksessaan, että vertaistuki sai puoliset jaksamaan paremmin. Vertaistuki oli toiminut arkipäivän elämänlaadun vahvistajana. Vertaisten tuoma sosiaalinen tuki koettiin voimavarana, jonka avulla jaksoi aina seuraavaan ryhmän tapaamiseen asti.



## 4 TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Opinnäytetyön tarkoitus on kuvailla lainrikkoja- ja päihdetaustaisten henkilöiden työttömien tai muutoin työelämän ulkopuolella olevien läheisten kokemuksia vertaistuesta KRIS-Oulu ry:n Hand in Hand -hankkeessa. Aiheen tutkiminen on tarpeellista ja ajankohtaista sen vuoksi, että läheisten saama apu on usein riittämätöntä tai läheiset eivät syystä tai toisesta osaa hakeutua avun piiriin. Kolmannen sektorin merkitys palveluntuottajana on korostunut sosiaali- ja terveydenhuollon uudistuksen myötä. Läheisiä ohjataan aikaisempaa enemmän ja aktiivisemmin kolmannen sektorin palveluiden pariin. Näitä havaintoja on tehnyt muun muassa A-klinikka Oy:n lääketieteellinen johtaja Simojoki. (Simojoki, 2021.) Tutkimustulosten perusteella voidaan kehittää lainrikkoja- ja päihdetaustaisten henkilöiden läheisille suunnattua vertaistukea. Hankkeen toiminnan kehittäminen asiakkaiden antamien vastauksien pohjalta mahdollistaa toiminnan kohdentamisen asiakkaiden tarpeita vastaavaksi.

Meidän oppimistavoitteenamme oli vahvistaa sosiaalialan asiakastyön osaamista. Tämä oppimistavoite pohjautuu sosiaalialan kompetensseihin (Arene 2017, 10). Asiakastyön osaamisesta erityisesti korostui seuraavat kohdat: ”tunnistaa hyvinvoinnin suojaavia- ja riskitekijöitä sekä osaa soveltaa ennalta ehkäisevän työn ja varhaisen tukemisen näkökulmia”, ”osaa tavoitteellisesti, voimavaraistaen ja osallisuutta tukien ohjata asiakkaita, asiakasryhmiä ja yhteisöjä” sekä palvelutarpeen että asiakastyön arvioinnin osaaminen. KRIS-Oulu ry:n kaiken toiminnan perustana on vertaisuus. Ammatillisen kasvumme näkökulmasta halusimme oppia miten tärkeää ja merkittävää vertaistuki on läheisten kannalta. Lainrikkoja- ja päihdeidenkäyttäjien läheiset kokevat huomattavia haittavaikutuksia ja haasteita elämässään. Tämän vuoksi meidän tulee osata kohdata heitä sensitiivisesti, auttaa ja vastata heidän tarpeisiinsa sekä ohjata heitä vertaistuen piiriin. Opimme myös millaisia tunteita läheiset käyvät usein läpi. Halusimme oppia myös mikä merkitys vertaistuella on tukimuotona ammattiavun ohella. Nämä oppimistavoitteet olivat meille tärkeitä, sillä tulevaisuudessa työskentelemme työkentällä, jossa vertaistuki sekä kokemustoimijuus korostuu. Opinnäytetyömme myötä meille selkiytyi, miten perheessä oleva lainrikkoja- ja päihdeidenkäyttäjä vaikuttaa läheisten elämään kokonaisvaltaisesti niin fyysisesti, psyykkisesti kuin sosiaalisestikin.

Sosiaalialan eettinen osaaminen näkyi opinnäytetyössämme siten, että toimimme koko opinnäytetyöprosessin ajan sosiaalialan arvojen sekä ammattieettisten periaatteiden mukaisesti. Ammat-

tieettisiin periaatteisiin kuuluu muun muassa ihmisen oikeus ilmaista tunteitaan ja kielteisiä kokemuksiaan sekä jokaisen ihmisen ainutlaatuisen kokonaisuuden huomioiminen. Sosiaalityön arvopohja muodostuu muun muassa ammatillisista arvoista. (Talentia ry 2017, 7.) Tämä tarkoitti opin-  
näytetyössämme sitä, että vertaistukitoimintaan osallistuminen antaa mahdollisuuden olla vaikuttamassa ryhmän jäsenenä ja kansalaisena yhteisön toimintaan ja palvelujen kehittämiseen.

Opinnäytetyöprosessi kehitti myös tutkimuseettistä osaamistamme. Tavoitteenamme oli oppia laatimaan tietyille asiakasryhmälle soveltuva kyselylomake, jonka avulla saimme hankittua meille tutkimuskysymyksen kannalta tarpeellista aineistoa sekä halusimme myös oppia hyödyntämään strukturoidulla kyselylomakkeella saatuja tuloksia apuna käytännön työn kehittämisessä. Tutkimusinstrumenttia laatiessa tutkijan on tutustuttava riittävän laajasti aikaisempiin samasta aiheesta tehtyihin tutkimuksiin sekä muihin julkaisuihin (Borg 2010). Pehdyimme aiempiin tutkimuksiin heti suunnitelmavaiheen alussa. Kyselylomaketta laatiessa huomioimme myös tutkimuseettiset näkökulmat. Tämä näkyi siten, että puhuttelimme kyselyyn osallistuvia henkilöitä kunnioittavasti ja arvostavasti sekä suoritimme esitestauksen toisilla sosionomiopiskelijoilla.

Tutkimuskysymys:

1. Millaisia kokemuksia lainrikkoja- ja päihdetaustaisten henkilöiden läheisillä on Hand in Hand -hankkeessa saamastaan vertaistuesta?

## 5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

### 5.1 Tutkimusmetodologia

Valitsimme tutkimusmetodologiaksi kvantitatiivisen eli määrällisen tutkimuksen, koska saimme sen avulla vastauksen kysymyksiin; kuinka moni vastaaja on kokenut hyötyvänsä vertaistuesta ja kuinka merkittävänä he ovat sen kokeneet. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa tietojen kerääminen liittyy aina johonkin tiettyyn asiaan tai kohteeseen, joten se ei anna tutkimuskohteesta täydellistä kuvaa. Kvantitatiivisella tutkimuksella tutkitaan jotain osaa ilmiöstä. Tutkijan tulee myös ymmärtää tutkittavaa kohdetta sekä tutkimuksessa käsiteltävää ilmiötä, jotta tutkimus onnistuu. (Alkula, Pöntinen, Ylöstalo 1999, 20–22.) Määrällinen tutkimus sopi meidän opinnäytetyöhömmä, koska keräsimmme tietoa hajallaan olevasta, laajasta tutkimusjoukosta sekä halusimmme kuvata sosiaalista ilmiötä (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara, 2014, 135–140). Keräsimmme opinnäytetyössämme Hand in Hand -hankkeen asiakkaiden kokemuksia vertaistuesta. Näiden tulosten pohjalta muodostimmme tilastoja, jotka kuvasivat eri kokemusten yleisyyttä.

Toteutimmme tutkimuksen kyselylomakkeen avulla, joka on tyypillinen tapa kerätä aineistoa määrällisessä tutkimuksessa. Kyselymmme oli standardoitu eli vakioitu, joka tarkoittaa sitä, että kaikki tutkimukseen vastaavat saivat samat kysymykset kyselylomakkeella. Tämä aineiston keräämistapa soveltuu suurelle ja hajallaan olevalle joukolle ja sitä käytetään myös silloin, jos kysymykset ovat henkilökohtaisia ja suurta luottamusta vaativia. (Hirsjärvi ym. 2005,182.) Opinnäytetyömmme aiheen arkaluontoisuuden vuoksi päädyimmme käyttämään kyselylomaketta, jotta vastaajat jäivät meille anonymiksi ja kynnyks vastaukselle olisi mahdollisimman matala. Tyypillisin haitta kyselylomakkeen käyttämisessä on, että vastausten määrä jää vähäiseksi tai vastauksia ei palauteta annetun aikarajan puitteissa, jolloin tapahtuu tutkimusaineiston katoa. Uudelleen lähetettävästä kyselystä aiheutuu lisäkuluja sekä aikataulumuutoksia. (Aaltola, Valli 2001, 100–102; Hirsjärvi ym. 2005, 184–185.) Kyselytutkimusta tehdessä kannattaa varautua myös siihen, että kaikkiin kysymyksiin ei saada vastausta (Alkula ym. 1999,84). Opinnäytetyön valmistumisen aikarajan vuoksi, emme lähettäneet uusintakyselyä läheisille.

## 5.2 Kyselylomakkeen laatiminen

Päädyimme yhdessä hankkeen työntekijöiden kanssa siihen lopputulokseen, että toteutamme tutkimuksemme kyselylomakkeen muodossa. Kyselylomake löytyy opinnäytetyön liitteistä (Liite 2). Kyselylomakkeen laatiminen alkoi siitä, että teoriaa määriteltiin arkikielelle. Tämä määritelty teoria muutettiin mitattavaan muotoon siten, että saimme aikaan kysymyksiä ja niille vastausvaihtoehtoja. Tätä kutsutaan operationalisoinniksi. Operationalisoinnilla tarkoitetaan teoreettisten asioiden ja käsitteiden liittämistä mitattaviin ominaisuuksiin sekä teoreettisten käsitteiden selittämistä arkikielellä. (Hirsjärvi ym. 2005, 148.) Kvantitatiivisessa tutkimuksessa saatu tieto voi olla valmiiksi numeerisessa muodossa tai tieto on voitava muuttaa mitattavaan muotoon. Kyselylomakkeen kysymykset ovat asteikkoihin perustuvia kysymystyyppejä. Likertin asteikko on kyselylomakkeissa käytetty vastausasteikko, jossa eri vastausvaihtoehdot ilmaisevat vastaajan mielipidettä väittämästä. Likertin asteikko on yleensä 5–7 portainen ja väittämät on laadittu ääripäästä toiseen. (Hirsjärvi ym. 1997, 200.) Käytimme kyselylomakkeessamme Likertin asteikkoa, jossa vastaajat valitsivat asteikosta omaa kokemustaan parhaiten kuvaavan vaihtoehdon. Kyselylomakkeessa oli jokaisen väittämän kohdalla 5-portainen asteikko sekä tarvittaessa mahdollisuus valita ”ei koske minua” -vaihtoehto.

Kyselytutkimusta kutsutaan Survey-tutkimukseksi, jolloin kysymykset on standardoitu eli vastaaja lukee itse kysymykset ja kaikki kysymykset kysytään samalla tavalla. Survey-tutkimus liittyy yleensä kvantitatiiviseen tutkimukseen (Hirsjärvi ym. 1997, 193–194). Kyselylomakkeen lisäksi vastaajat saivat laatimamme saatekirjeen sekä palautuskuoren. Saatekirje (Liite 1) löytyy opinnäytetyön liitteistä. Kyselylomakkeen etuja ovat valmiit vastausvaihtoehdot, haastattelussa ei tapahdu haastattelijasta johtuvia virheitä, ja kyselylomakkeen avulla on helppo kysyä arkaluontoisia kysymyksiä. Kyselylomakkeen huono puoli on se, että kysymyksiä ja vastauksia ei voi täydentää eikä tarkentaa jälkeenpäin ja vastausten saaminen voi viedä paljon aikaa. Tutkija ei voi myöskään kontrolloida vastaustilannetta tai tietää millaisessa tilanteessa vastaaja vastaa kyselyyn, onko vastaaja henkilö, jolle kysely oli tarkoitettu, vaikuttaako joku vastaajan vastauksiin ja niin edelleen. (Alkula ym. 1999, 137–138.) Tiedostimme kyselylomakkeella toteutettavaan tutkimukseen liittyvät mahdolliset haasteet, mutta koimme silti, että kyselylomake on tähän tutkimukseen sopivin vaihtoehto.

Määrällisessä tutkimuksessa tulee aina tietää mitä tutkitaan. Käsite, jonka operationalistimme on ”vertaistuki”. Operationalisoinnin ensimmäisessä vaiheessa purimme Vertaistuki-käsitteen arkikielelle ja määrittelimme käsitteen yleisesti. Tätä määrittelyä hyödynsimme myös määrittellessämme

vertaistuki -käsitettä kyselylomakkeeseen vastaajien luettavaksi, jotta he ymmärtäisivät vertaistuki -käsitteen samalla tavalla. Määrittelyn jälkeen käsitteet purettiin osa-alueisiin ja muodostimme siitä taulukon, jonka avulla laadimme kysymykset. Laadimme kysymyksiä sekä erilaisia vastausvaihtoehtoja vertaistuen kokemuksista siten, että voimme mitata saatuja vastauksia. Operationalisoinnin toisessa vaiheessa siirryimme tutkimusaineiston tarkastelun ja analysoinnin kautta takaisin teoreettiselle tasolle. (Vilkkä 2007,38–43.) Alla olevasta taulukosta käy ilmi, miten operationalisoimme vertaistuki-käsitteen tietoperustaan pohjautuen. Tämän taulukon avulla laadimme kyselylomakkeen väliotsikot, jotka näkyvät taulukossa lihavoituina.

<b>VERTAISTUKI</b>			
<b>Ymmärretyksi ja kuulluksi tuleminen.</b>	<b>Arjessa selviytymisen ja sisällön saaminen elämään.</b>	<b>Vertaistuki ja hanketoiminta muiden palveluiden tukena.</b>	<b>Saadun vertaistuen merkityksellisyys.</b>
Vertaistuki lisää ymmärretyksi tulemisen kokemusta.	Vertaistuki tuo sisältöä elämään ja parantaa arjessa selviytymistä.	Vertaistuki ja järjestö/hanketoiminta tukee muuta palvelujärjestelmää.	Vertaistuki koetaan usein merkityksellisenä.
Ymmärrys itseä kohtaan paranee.	Antaa voimia.	Saa tukea.	Ymmärrys läheisen tekoihin lisääntyy.
Keskinäinen asiantuntijuus.	Saa tukea.	Täydentää ammatitapua.	Omien kokemusten jakaminen.
Tulee ymmärretyksi.	Oman elämän arvostaminen.	Tiedonsaaminen ja jakaminen.	Empatian kokeminen.

Hyväksytyksi tulemisen kokemus.	Kuuluminen yhteisöön / yhteisöllisyys.	Käytännön apu.	Kuuluminen yhteisöön / yhteisöllisyys.
Luottamuksellisuus.	Yksinäisyyden tunteen lieventyminen.		Luottamuksellisuus.
Syällisyyden tunteen lieveneminen.	Toisten auttaminen.		Samankaltainen elämäntilanne.
Kuulluksi tuleminen.	Itsensä ja toisten hyväksi toimiminen.		Toivon saaminen.
Salliva ilmapiiri.	Uusien selviytymiskeinojen saaminen.		Toisten auttaminen.
Yhdenvertaisuus ja keskinäinen asiantuntijuus.			Kuulluksi tuleminen.
Häpeän tunteen lieventyminen.			Tilanteeseen sopeutuminen.
			Toisten kokemusten kuuleminen.

Taulukko 1: Vertaistuki-käsitteen operationalisointi.

Lomakkeen kysymyksiä laatiessa kysymysten tulee olla selkeitä ja vastaajien tulee ymmärtää vastausvaihtoehdot samalla tapaa. Sanojen valinnassa ja niiden käytössä tulee olla tarkka. Asioita ei tule kysyä yleisellä tasolla, vaan kysymykset tulee määritellä ja kohdentaa eli spesifioida. Kysymyksiä laatiessa tulee myös välttää pitkiä kysymyksiä sekä kysymyksiä, joilla voi olla kaksoismerkitys. (Vilka 2007, 77.) Kyselylomakkeessamme kysymykset oli kohdennettu Hand in Hand -hankkeen kohderyhmälle ja kyselylomakkeen vastausohjeissa painotimme vastaajia huomioimaan nimenomaan vertaistuen vaikutukset jokaisen kysymyksen kohdalla. Määrittelimme kyselylomakkeen alussa vertaistuki -sanan merkityksen, jotta kaikki vastaajat ymmärtäisivät sen samalla tavalla. Valitsimme kyselylomakkeeseemme mahdollisimman lyhyitä ja selkeitä kysymyksiä. Kaikilla ei ole jokaisesta kysyttävästä asiasta mielipidettä. Siksi mielipidettä kysyttäessä suositellaan "ei mielipidettä"-vastausvaihtoehtona, jotta vastaaminen ei velvoita valitsemaan väärää vaihtoehtoa. (Hirsjärvi ym. 1997, 202–204.) Tästä syystä laitoimme kyselylomakkeeseemme myös "en osaa sanoa" -vastausvaihtoehdon, mikäli vastaaja ei osannut muodostaa mielipidettään kysytystä asiasta. Jokaisen kyselylomakkeen väittämien kohdalla oli myös tarvittaessa mahdollista valita "ei koske minua" -vaihtoehto. Vastaajia ohjeistettiin rastittamaan tämä vaihtoehto niiden väittämien kohdalla, jotka eivät koskettaneet vastaajaa.

Lomakkeen selkeä ulkoasu ja pituuden pitäminen kohtuullisena on tärkeitä niin vastaajille kuin myöhemmin lomakkeilla saatujen tietojen tallentajille. Postitse lähetettävissä kyselyissä vastaanottajien vastaushalukkuuteen vaikuttaa paljon heidän saamansa ensivaikutelma vastaanotetusta kyselystä. Liian pitkä kysely syö vastaushalukkuutta ja postitse lähetetyn kyselyn keskimääräinen vastausaika ei saisi olla pidempi kuin 15–20 minuuttia. Jo heti lomakkeen suunnittelun alkuvaiheesta alkaen tuleekin kiinnittää huomiota lomakkeen pituuteen ja ulkonäköön. Vaatimus lomakkeen selkeydestä ei saa kuitenkaan tarkoittaa sitä, että lomakkeesta tulee suurilla kirjasimilla kirjoitettu ja harvarivinen. Päinvastoin lomakkeessa tulisi suosia pienehköä, mutta selkeää kirjasinta sekä tiivistä ulkonäköä. Kysymykset tulee kuitenkin erottaa selkeästi toisistaan esimerkiksi laatikoiden tai viivojen avulla. Onnistunut tieteellinen kysely vaatii sen, että tutkija osaa huomioida riittävän laajasti vastaajien taidot, ajan sekä halun kyselyyn vastaamiseen. Hyvä lomake ei yksistään riitä onnistuneeseen tutkimukseen, mutta taas toisaalta huono lomake voi vesittää hyvän aineiston alhaisen vastausprosentin vuoksi. Lomakkeen osalta sen huolellinen testaus ja suunnittelu vaikuttavat merkittävästi osaltaan tutkimuksen onnistumiseen. (Borg 2010.) Kyselylomaketta laatiessamme perehdyimme Kvantitatiivisen tutkimuksen verkkokäsikirjan esimerkkeihin, joiden avulla saimme laadittua riittävän tiiviin, mutta selkeän kyselylomakkeen. Testasimme lomakkeen toimivuutta ja

selkeyttä toisilla sosionomiopiskelijoilla päädyimme arvioimaan, että kyselyyn vastaamiseen kuluu vastaajilta noin kymmenen minuuttia. Tämän aika-arvion kirjoitimme myös saatekirjeeseen, jotta vastaajilla oli heti käsitys kyselylomakkeen vaatimasta ajasta.

Kyselylomakkeeseen tulee merkitä aina mahdollisimman yksityiskohtaiset vastausohjeet. Pelkäämään kyselyn alkupuolella oleva yleisohje ei ole riittävä, mikäli kysymys on rakenteensa puolesta niin poikkeava, että puutteellinen ohjeistus vaarantaa oikeiden vastausten saamisen. Mikäli kysymystyypit ovat rakenteeltaan hyvin samankaltaisia, voi itseään toistavia vastausohjeita jättää pois. Lomakkeen alkuun olisi hyvä kirjata ainakin seuraavanlainen sisältöä vastaava ohjeistus: "Ellei toisin mainita, rengastakaa oikeaa vaihtoehtoa vastaava numero, tai kirjoittakaa vastauksenne sille varattuun tilaan." (Borg 2010.) Laitimassamme kyselylomakkeessa oli jokaisella sivulla lyhyet ja selkeät vastausohjeet, joissa vastaajia pyydettiin ympyröimään ja / tai rastittamaan omaa kokemustaan parhaiten kuvaava vastausvaihtoehto jokaisen esitetyn väittämän kohdalla. Lisäksi ohjeistuksessa korostettiin nimenomaan vertaistuen merkitystä suhteessa esitettyihin väittämiin.

### **5.3 Tutkimuksen kohderyhmä ja aineistonkeruu**

Lähtökohta aineistonkeruulle on se, että tutkijoilla ei ole tietoa tutkittavasta asiasta. Tiedon hankkimiseksi on löydettävä joukko vastaajia, joilla on tutkimuksen kannalta tarvittavaa tietoa. Tutkijan täytyy myös osata esittää tiedontarpeensa siten, että vastaajat osaavat antaa tutkimuksen kannalta tarvittavaa tietoa. (Alkula ym. 2002, 124.) Kyselytutkimuksemme toteutettiin valitulle otantajoukolla, joita olivat lainrikkoja ja päihdetaustaisten henkilöiden läheiset. Kyselyn aineisto kerättiin kyselylomakkeella, jonka Hand in Hand-hankkeen työntekijät lähettivät hankkeen asiakkaille. Tutkimuksen kohderyhmänä olivat KRIS-Oulu ry:n Hand in Hand -hankkeen täysi-ikäiset, eli 18 vuotta täyttäneet asiakkaat. Kaikki hankkeessa tapahtuva toiminta pohjautuu vertaisuuteen. Aineistonkeruu toteutettiin kesän 2022 aikana ja kyselylomake lähetettiin 22:lle hankkeen toimintaan jollain tapaa osallistuneelle läheiselle.

Kyselylomakkeen liitteenä vastaajille lähetettiin saatekirje, jossa kerrottiin kyselystä ja kyselyn tarkoituksesta. Saatekirjeessä kannustettiin vastaajia vastausten antamiseen ja kerrottiin tutkimuksen merkityksestä. Saatekirjeeseen laitettiin vastausten viimeinen palautuspäivä ja kerrottiin valmiiksi maksetusta palautuskuoresta (Hirsjärvi ym. 1997, 204). Postitse lähetettävissä kyselyissä vastaajille tulee antaa mahdollisuus kyselylomakkeen palautukseen siten, että vastaajille ei aiheudu tästä



kustannuksia (Borg, 2010). Tämän huomioimme siten, että kyselylomakkeen mukana jokainen vastaaja sai palautuskuoren, jonka postimaksu oli valmiiksi maksettu. Läheisten vastattua kysymyksiin, he palauttivat kyselylomakkeen KRIS Oulun toimipisteeseen, josta noudimme ne. Näin toimiessa, vastaaja jäi meille täysin tuntemattomaksi koska kyselylomake ei sisältänyt kysymyksiä, joista vastaajan olisi voinut tunnistaa

#### **5.4 Aineiston analyysi**

Tutkimusaineiston analyysi tehdään siinä vaiheessa, kun saadut kyselylomakkeen vastaukset on kerätty. Tutkimusaineistoa aletaan käydä läpi, kun aineiston keräämisen määräaika on umpeutunut. (Hirsjärvi ym. 2014, 223–225.) Aloitimme aineiston käsittelyn samana päivänä, kun saimme määräaikaan mennessä palautuneet kyselylomakkeet käsiimme ja jatkoimme tästä suoraan aineiston analyysiin. Määrällisessä tutkimuksessa on kolme aineiston käsittelyn vaihetta: lomakkeiden tarkistus, aineiston muuttaminen numeraaliseen muotoon sekä tallennetun aineiston tarkistus. (Vilka 2007, 105). Kyselylomakkeiden palautumisen jälkeen ensimmäisenä kävimme läpi vastaanotetun aineiston ja karsimme sieltä pois täysin tyhjänä palautetut tai muutoin liian puutteellisesti täytetyt lomakkeet. Aineistoa läpikäydessä on tärkeää pitää kirjaa tässä vaiheessa kriteereistä, joiden perusteella hyväksymis- ja hylkäämispäätöksiä tehdään, sekä hyväksytyjen ja hylättyjen lomakkeiden määrästä. Nämä tiedot ovat myöhemmin tärkeitä tutkimuksen raportointivaiheessa. Yleispäteviä kriteereitä hylkäämiselle on mahdotonta määritellä. Aineiston koosta riippuen jo muutama kysymykseen vastaaminen saattaa olla riittävän vahva peruste hyväksyä lomake mukaan aineistoon. Hyväksytyihin kyselylomakkeisiin on ehdottomasti merkittävä juokseva numerointi esimerkiksi käsin etusivun ylälaitaan. (Borg 2010.) Perehdyimme tutkimusaineistoon lukemalla kyselylomakkeet huolellisesti läpi. Tarkastimme lomakkeiden vastaukset ja arvioimme mitkä lomakkeet hyväksymme ja mitkä hylkäämme. Palautuneista kyselylomakkeista jouduimme hylkäämään yhden lomakkeen. Lomakkeen taustakysymyksissä vastaaja oli ilmaissut, ettei ole osallistunut Hand in Hand -hankkeen toimintaan millään tapaa. Tässä tapauksessa emme voineet katsoa, että hänen antamansa vastaukset koskisivat nimenomaan kyseessä olevan hankkeen kautta saatua vertaistukea. Tarkastuksen jälkeen arvioimme tutkimuksen kadon. Kato tarkoittaa puuttuvien tietojen määrää tutkimuksessa (Vilka 2007, 106). Lisäksi merkitsimme juoksevan numeroinnin hyväksytyihin lomakkeisiin. Kaikissa palautuneissa lomakkeissa vastaajat olivat noudattaneet antamiamme vastausohjeita, ja vastausten tulkitseminen lomakkeilta oli siitä syystä helppoa. Selkeästi tulkittavat

vastaukset lisäävät tutkimuksen luotettavuutta ja virhetulkintojen mahdollisuus on tässä tapauksessa pieni (Borg 2010).

Kvantitatiivisen tutkimuksen tulokset esitetään numeerisesti, graafisesti ja sanallisesti. Helpoiten numerotieto kuvataan taulukon avulla, mikä on myös yleisin tapa analysoida aineistoa. Taulukot esittävät numerotiedon laajasti ja kokonaisuudessaan. Tietojen vertailu on usein kuvioiden avulla havainnollisempaa. Keskeisimmät tulokset suositellaan esitettävän taulukoiden ja kuvioiden avulla. Muut tulokset voidaan esittää sanallisesti. (Vilka 2007, 138). Laadimme hyväksytyjen lomakkeiden perusteella taulukot, joihin merkitsimme huolellisesti jokaisen kysymyksen kohdalla vastaajien valitsemat vaihtoehdot. Käytimme aineiston läpikäymiseen taulukkolaskentaohjelmaa, koska kysymykset olivat strukturoituja eli vastaukset annettiin valitsemalla kysymyslomakkeessa oleva valmis vastausvaihtoehto. Tällöin tutkimustulokset voitiin kirjata taulukkomuotoon. Taulukoiden avulla oli helppo tulkita tuloksia ja tehdä niistä johtopäätöksiä. Kuviot ja taulukot lisäävät ymmärrettävyyttä ja havainnollistavat lukujen vertailua. Määrällisen tutkimuksen yksityiskohtaisin tieto ilmoitetaan numeroina ja helpoin tapa esittää tuloksia on taulukko. On tärkeää, että taulukko on selkeä ja informatiivinen. (Vilka 2007, 134–136). Vastausten analysoinnissa voimme tuoda esille selkeimmin esiin nousseet kokemukset vertaistuesta. Numeroista saamamme tiedon selitimme auki sanallisesti ja laadimme lisäksi tuloksista diagrammit, jotta voimme esittää tulokset myös graafisesti. Kun olimme saaneet analysoinnin Excel-tilaukkolaskentaohjelmalla valmiiksi, pohdimme yhdessä tuloksia ja keskustelimme johtopäätöksistä sekä aloitimme opinnäytetyömme raportointivaiheen. Raportissa kävimme tulokset läpi myös tekstimuodossa. Tulosten merkitystä yhteiskunnallisesti ja laajemmin tutkimusalueella pohditaan johtopäätöksissä. Tulokset ja niiden merkitys tulee kyetä ilmaisemaan ja kuvailemaan myös tutkimuskysymykseen vastaamisen kannalta, kokoamalla yhteen tutkimuksen pääasiat ja oleelliset vastaukset. (Vilka 2007, 147).

## **5.5 Luotettavuus ja eettisyys**

Tutkijoiden tulee noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä koko tutkimuksen ajan, jolloin tiedon hankinnassa ja tutkimusmenetelmissä käytetään eettisiä, yhdessä sovittuja hyviä tapoja. Tutkimustyön yleisenä sääntönä on, että tutkijan tulee noudattaa universaalisuutta, jolloin tutkijan on osattava suhtautua tutkittavaan ilmiöön tai asiaan puolueettomasti eikä henkilökohtaiset asiat tai tunteet saa vaikuttaa tutkimuksen kulkuun ja lopputulokseen. Saatua tietoa tulee jakaa kaikille eikä tutkimus saa

ajaa tutkijan omaa etua. Tutkijan tulee varautua saamansa tutkimustuloksen kriittiseen tarkasteleluun. Hyvän tutkimusetiikan noudattaminen on tutkijan velvollisuus. Tutkimusetiikka perustuu oikeaan ja väärään. Tutkijan on osattava huomioida tämä koko tutkimusprosessin ajan ja tutkimustyössä tulee noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä sekä ihmisarvon kunnioittamista. Opinnäytetyössä noudatamme tutkimuseettisen neuvottelukunnan laatimaa ohjeistusta tieteellisten menettelytapojen noudattamiseen sekä lainsäädäntöä. (Hirsjärvi ym.2014, 21–27.) Tiedämme, että kaikkia kyselyn tietoja keräävillä ja käsittelevillä henkilöillä on vaitiolovelvollisuus. Kyselyn aineisto on vain opinnäytetyön tekijöiden käytössä ja hallussa. Aineisto on myös koottu luotettavasti KRIS ry:n Hand in Hand -hankkeen työntekijöiden avulla. Vastauslomakkeet ja niistä saadut tulokset eivät ole missään vaiheessa ulkopuolisten saatavilla. Kyselylomakkeilla keräämämme vastaukset tulemme hävittämään tietosuojalain edellyttämällä tavalla.

Tutkimustulosten luotettavuutta voivat heikentää muutamat asiat esimerkiksi kysymysten laatimissa tulee olla tarkka, jotta kaikki kyselyyn vastaajat ymmärtävät kysymyksen samalla tapaa. Tutkimustulos vääristyy, jos vastaaja ymmärtää kysymykset eri tavoin kuin tutkija olettaa. Luotettavuutta voi heikentää myös asiat, jotka vastaaja muistaa väärin tai tutkijan tekemät virheet tuloksia analysoitaessa. (Vilka 2021, 193–194.) Tavoittelimme kyselylomaketta laatiessa mahdollisimman yksinkertaisia ja selkeitä kysymyksiä, jotta kaksoismerkitysten syntymiseltä vältyttäisiin. Määrittelimme myös vertaistuen merkityksen kyselyn alussa, jotta vastaajat ymmärtäisivät sen keskenään samalla tavalla. Tutkimus on validi eli pätevä, jos tutkimusmenetelmä mittaa juuri sen ilmiön ominaisuutta mitä oli tarkoitus mitata (Hirsjärvi ym.2009, 231–233). Tutkimus on reliaabeli, kun tutkimustuloksia voidaan pitää samankaltaisina tutkijasta riippumatta. Tulokset eivät saisi olla sattumanvaraisina. Reliaabelius voidaan todeta myös siten, että kaksi tutkijaa päätyy samaan tulokseen eli mittaustulos on silloin toistettavissa. (Hirsjärvi ym.2009, 231–233.)

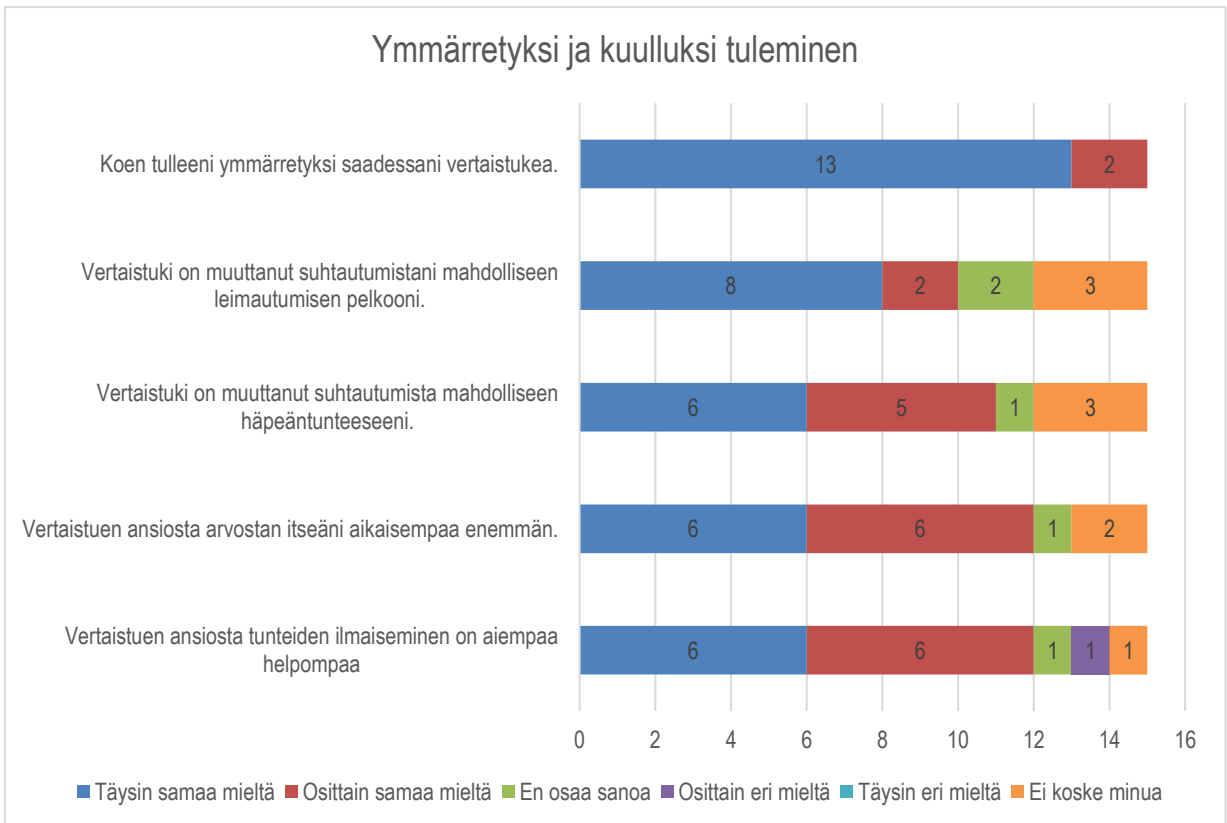
Tutkimuksemme kohdistuu täysi-ikäisiin henkilöihin ja kyselyyn vastaaminen on kaikille vapaaehtoista. Tutkittaville henkilöille ei saa muodostua mielikuvaa pakollisesta osallistumisesta tutkimukseen eikä mielikuvaa ikävistä seuraamuksista, jos henkilö ei halua osallistua kyselyyn. Tutkimukseen osallistuvilla henkilöillä on oikeus saada tietää, miksi tutkimus tehdään, kenelle se tehdään, ketkä sen tekevät ja missä voi tutustua tutkimuksen valmistuttua saatuihin tuloksiin. (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019.) Nämä tutkimuseettiset ohjeet huomioimme laatimassamme saatekirjeessä, jossa kerromme kyselyn olevan suunnattu Hand in Hand -hankkeen asiakkaille, esittelemme itsemme ja kerromme opinnäytetyöstämme. Tutkimustulokset ovat luettavissa

Theseuksessa opinnäytetyön valmistuttua syksyllä 2022. Tämän tiedon olemme kertoneet vastajille myös saatekirjeessä.

## 6 TULOKSET

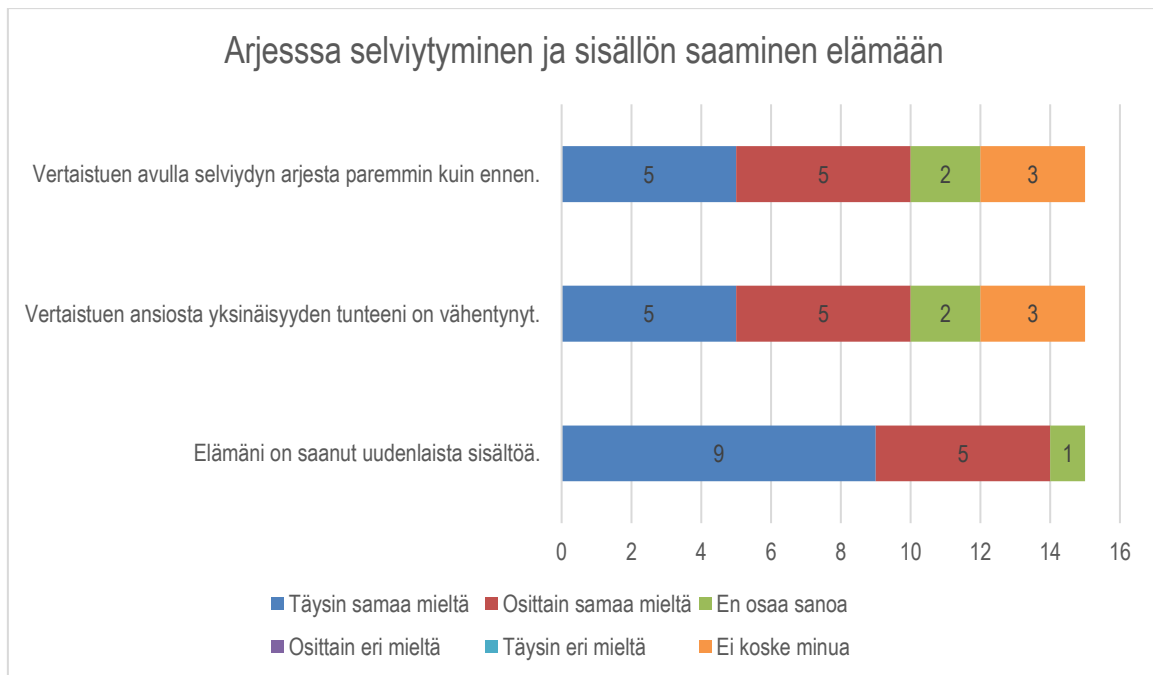
Tutkimusaineiston kerääminen tehtiin kyselylomakkeella ja kysely suoritettiin heinäkuussa vuonna 2022. Yhteistyökumppanimme vastasi kyselyn paino- ja lähettämiskustannuksista. Tähän ratkaisuun päädyimme ensisijaisesti eettisistä syistä kyselyn aiheen arkaluontoisuuden vuoksi. Kun hankkeen työntekijät toimivat kyselyn lähettäjänä, me emme olleet missään vaiheessa tekemissä esimerkiksi asiakkaiden nimien tai yhteystietojen kanssa. Tällä tavoin ei myöskään syntynyt min-käänlaista henkilörekisteriä opinnäytetyötä tehdessä. Kysely lähetettiin 22:lle hankkeen toimintaan osallistuneelle täysi-ikäiselle läheiselle. Kyselyssä määrittelimme läheiseksi avio- tai avopuolison, vanhemmat, täysi-ikäisen lapsen, sisaren, isovanhemman tai muun läheisen. Kyselyyn vastasi 16 läheistä, joten vastausprosentti oli 72,73 %. Kuudestatoista palautuneesta lomakkeesta otimme mukaan aineistoon viisitoista lomaketta, eli analysoitu aineisto oli 93,75 % palautuneista lomakkeista. Yhden lomakkeen jouduimme hylkäämään, koska vastaaja ilmaisi, ettei ole osallistunut Hand in Hand -hankkeen toimintaan millään tapaa ja hän ei silloin pysty antamaan vastauksia hankkeen kautta saadusta vertaistuesta. Aineistoon mukaan otetuista lomakkeista kaikissa oli vastattu kaikkiin kysymyksiin. Olimme sopineet yhteistyökumppanimme kanssa, että emme lähetä uusia kyselyjä rajallisen aikataulun sekä kustannusten vuoksi.

Kyselyyn vastanneista läheisistä kaksi oli avio – tai avopuolisoja, viisi vastaajista oli vanhempia, neljä oli täysi-ikäisiä lapsia, kaksi oli sisarta ja kaksi vastaajaa määritteli itsensä muuksi läheiseksi henkilöksi. Tässä kohdassa vastaajilla oli mahdollisuus valita tarvittaessa useampi vastausvaihtoehto, mikäli vastaajalla oli useita läheissuhteita lainrikkojataustaisiin henkilöihin. Toisena taustakysymyksenä kysyimme, että mihin hankkeen toimintaan läheinen on osallistunut. Vaihtoehtoina oli yksilökeskustelu, vertaistukiryhmä, läheisleiri, yhteiset aktiviteetit sekä muu toiminta. Tässäkin kysymyksessä vastaajilla oli mahdollisuus valita useampi vaihtoehto. Vastaajista kaikki olivat osallistuneet yksilökeskusteluihin hankkeen työntekijöiden kanssa, ja heistä kolmesta oli ottanut osaa hankkeen järjestämiin yhteisiin aktiviteetteihin.



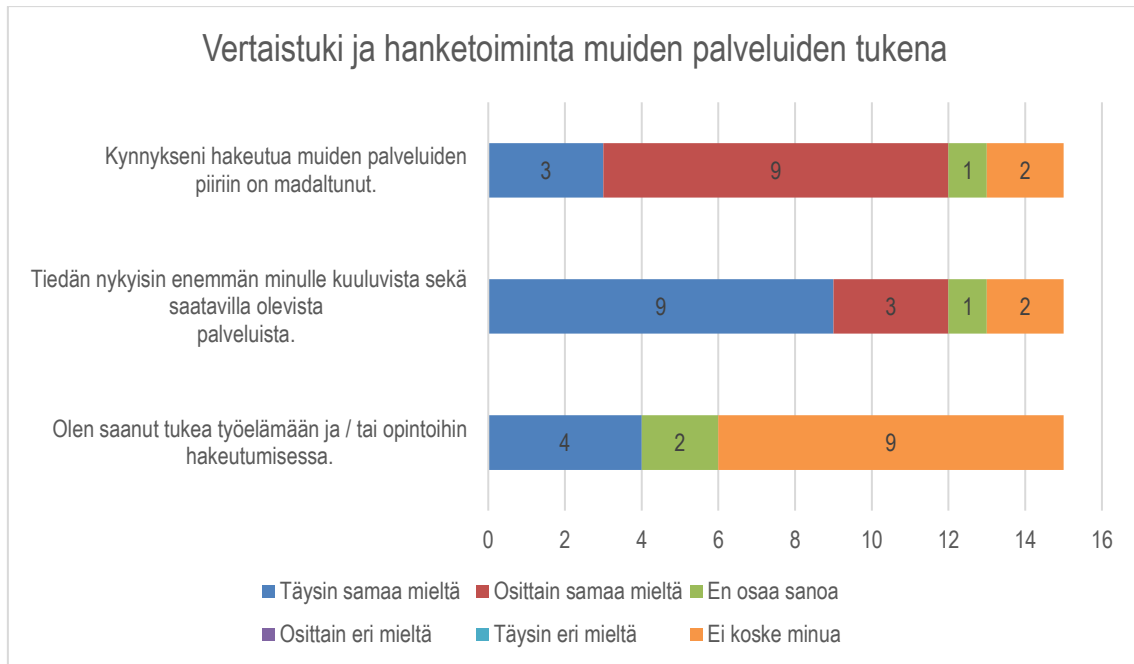
Kuvio 1. Ymmärretyksi ja kuulluksi tuleminen (n=15).

Yllä olevassa kuviossa (kuvio 1) näkyy vastaukset kyselylomakkeen sivulla kaksi olleisiin kysymyksiin. Vastauksista käy ilmi, että kaikki vastaajat kokevat tullessaan ymmärretyksi saadessaan vertaistukea, merkittävä osa vastaajista (86,67 %) oli valinnut kysymyksen kohdalla vastausvaihtoehdon ”täysin samaa mieltä” loput vastaajista (13,33 %) olivat valinneet vaihtoehdon ”osittain samaa mieltä”. Vertaistuen ansiosta suurin osa vastaajista koki oman suhtautumisensa mahdolliseen häpeäntunteeseen tai leimaantumisen pelkoon muuttuneen. Molempien kysymysten kohdalla oli kolme vastaajaa valinnut vaihtoehdon ”ei koske minua”. Itsensä arvostaminen on lisääntynyt ja tunteilmaisuus on helpompaa suurimmalla osalla vastaajista, molemmissa kysymyksissä viidestätoista vastaajasta kaksitoista oli valinnut joko ”täysin samaa mieltä” (40 %) tai ”osittain samaa mieltä” (40 %) vaihtoehdon. Yksi vastaaja oli valinnut ”osittain eri mieltä” -vaihtoehdon kysyttäessä tunteiden ilmaisemisesta.



Kuvio 2. Arjessa selviytyminen ja sisällön saaminen elämään (n=15).

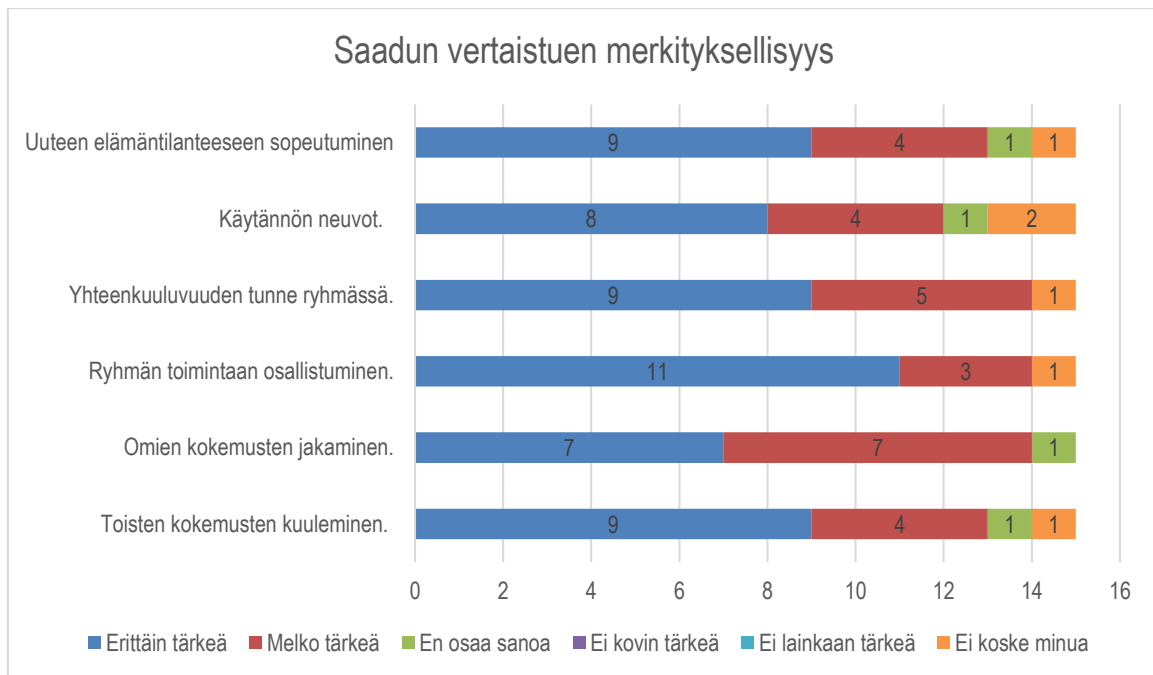
Kuviossa kaksi näkyvät kyselylomakkeen kolmannen sivun kysymysten vastaukset. Näiden kolmen kysymyksen osalta merkittävimäksi nousee kokemus siitä, että vastaajat ovat saaneet uudenlaista sisältöä elämäänsä. Tämän kysymyksen kohdalla 60 % vastaajista oli valinnut vaihtoehdon ”täysin samaa mieltä” ja 33,33 % vaihtoehdon ”osittain samaa mieltä”. Vastaajat kokevat myös arjessa selviytymisen parantuneen sekä yksinäisyydentunteen vähentyneen. Molemmissa kysymyksissä 33,33 % vastaajista oli valinnut ”täysin samaa mieltä” vaihtoehdon. ”Osittain samaa mieltä” vaihtoehdon oli valinnut myös 33,33 % vastaajista.



Kuvio 3. Vertaistuki ja hanketoiminta muiden palveluiden tukena (n=15).

Tässä kuviossa on koottuna kyselylomakkeen neljännen sivun kysymysten vastaukset. Vertaistuen ja hanketoiminnan ansiosta 60 % vastaajista kokee olevansa ”täysin samaa mieltä” ja 20 % ”osittain samaa mieltä” siitä, että he ovat aiempaa tietoisempia heille kuuluvista sekä saatavilla olevista palveluista. Myös kynnyks hakeutua muiden palveluiden piiriin on madaltunut. 20 % vastaajista oli asiasta ”täysin samaa mieltä” ja 60 % vastaajista ”osittain samaa mieltä”. Kysyttäessä tuen saamisesta työelämään ja / tai opintoihin hakeutumisesta oli 60 % vastaajista valinnut ”ei koske minua” - vastausvaihtoehdon. Tämä selittyy muun muassa sillä, että osa hankkeen asiakkaista on pysyvästi työelämän ulkopuolella. Kaksi vastaajaa (13,33 %) oli valinnut vaihtoehdon ”en osaa sanoa” ja neljä vastaajaa (26,67 %) oli valinnut vaihtoehdon ”täysin samaa mieltä”.





Kuvio 4. Saadun vertaistuen merkityksellisyys (n=15).

Kyselylomakkeen viidennellä sivulla kysimme saadun vertaistuen merkityksellisyydestä. Aiempiin kysymyksiin poiketen näissä vastausvaihtoehtoina oli ”erittäin tärkeä”, ”melko tärkeä”, ”en osaa sanoa”, ”ei kovin tärkeä”, ”ei lainkaan tärkeä” ja ”ei koske minua”. Näiden kysymysten valossa vastaajat nostavat merkityksellisimmäksi asiaksi ryhmän toimintaan osallistumisen. 70 % vastaajista oli valinnut vastausvaihtoehdon ”erittäin tärkeä” ja 20 % vaihtoehdon ”melko tärkeä”. Yksi vastaaja oli ilmoittanut, ettei väittämä koske häntä. 60 % vastaajista piti erittäin tärkeänä toisten kokemusten kuulemista, yhteenkuuluvuuden tunnetta ryhmässä sekä vertaistuen merkitystä uuteen elämäntilanteeseen sopeutumisessa. Yksikään vastaaja ei ollut valinnut näiden kuuden kysymyksen kohdalla ”ei kovin tärkeä” tai ”ei lainkaan tärkeä” vaihtoehtoa.

## 7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimustuloksista voimme päätellä, että lainrikkoja ja päihdetaustaisten henkilöiden läheiset kokevat vertaistuen erittäin merkitykselliseksi Hand in Hand -hankkeessa. Saamamme vastaukset ovat hyvin yhteneväisiä aiempien tutkimusten tulosten kanssa, joihin olemme perehtyneet opinnäytetyön tietoperustassa.

Vertaistuki lisää ymmärretyksi tulemisen kokemusta. Kaikissa viidessätoista lomakkeessa vastaajat ilmaisivat kokevansa tullessa ymmärretyksi vertaistuen piirissä. Vertaistukiryhmissä muotoutuu usein vahva yhteisöllisyys, jonka syntyyn myötävaikuttaa muun muassa se, että ryhmäläiset jakavat kokemuksen samasta tai hyvin samankaltaisesta tilanteesta. Läheisillä voi olla vaikea ilmaista tunteitaan ulkopuolisille ja usein esimerkiksi läheisen päihteidenkäyttöön liittyy vahvasti häpeäntunne. (Vilen, Leppämäki & Ekström 2005, 202–204.) Ihminen saa korjaavia kokemuksia, kun hän tulee huomioiduksi oman tilanteensa kanssa (Mikkonen & Saarinen 2018, 21). Samaan tulokseen oli tultu myös kaikissa aiemmissa tutkimuksissa. Esimerkiksi Pennasen (2007) opinnäytetyön keskeisiä tuloksia vertaistuesta on sen vaikuttavuus myötätunnon saamisen ja hyväksytyksi tulemisen kokemusten kautta. Hand in Hand -hankkeen yhtenä tavoitteena on tarjota palveluita matalalla kynnyksellä vertaisuutta painottaen ilman pelkoa leimaantumisesta. Kysyttäessä mahdollisesta leimaantumisen pelosta tai häpeän tunteesta vain kolme viidestätoista vastaajasta oli valinnut vaihtoehdon ”ei koske minua”, josta voi päätellä, että asia koskettaa suurinta osaa vastaajista ja merkittävä osa heistä oli kokenut näiden tunteiden lieventymistä vertaistuen ansiosta.

Vertaistuki parantaa läheisen arjessa selviytymistä ja antaa selkeästi uutta sisältöä elämään. Hand in Hand-hankeen toiminta on suunnattu työelämän ulkopuolella oleville läheisille, joilla on vaarana jäädä ilman ulkopuolista tukea ja apua ja jolloin yhteiskunnasta syrjäytymisen riski kasvaa. Laine, Hyväri & Vuokila-Oikkonen (2010,11) toteavat, että syrjäytyessään ihminen joutuu sosiaalisen elämän ulkopuolelle eikä hänellä ole mahdollisuutta ilmaista omia näkemyksiä eikä mielipiteitä. Isola & Suominen (2016, 74) toteavat, että pitkittyneeseen työttömyyteen liittyy riski altistua esimerkiksi erilaisille sosiaaliseen elämään, terveyteen ja toimeentuloon liittyville negatiivisille kokemuksille kasvaa. Tämän kaltaisilla kokemuksilla on suora yhteys erilaisten päihde- ja mielenterveysongelmien syntyyn. Kyselyymme vastaajista lähes kaikki (yli 90 %) olivat täysin tai osittain sitä mieltä, että vertaistuen avulla he ovat kokeneet saaneensa uudenlaista merkitystä omaan elämään. Mikkosen ja Saarisen (2018,22, 56–58) mukaan vertaistuella on ihmistä voimaannuttava vaikutus.

Toisten samankaltaisten ihmisten tapaaminen luo toivoa selviytyä omasta tilanteesta ja luottamuksellisessa ilmapiirissä tapahtunut vuorovaikutus syventää ihmisten välisiä suhteita. Vertaisuudesta saatu tuki vahvistaa ihmisen elämänhallintaa ja luo tunteen johonkin kuulumisesta. Toisen ihmisen kokemuksista voi ja löytää itselle myös uusia selviytymiskeinoja. Pennasen (2007) opinnäytetyön mukaan vertaistuki puolestaan voimaannutti ja vähensi yksinäisyyttä, sillä vertaistuen piirissä läheiset olivat kokeneet saavansa uusia ystäviä sekä olivat luoneet uusia ihmissuhteita. Tulimme tutkimuksessamme kanssa samaan tulokseen, sillä lähes 67 % vastaajistamme oli täysin tai osittain sitä mieltä, että vertaistuki oli vähentänyt heidän yksinäisydentunnettansa.

Vertaistuki ja järjestö/hanketoiminta tukee muuta palvelujärjestelmää. KRIS ry:n palvelut ovat niin kutsuttuja matalan kynnyksen palveluita. Matalan kynnyksen palveluita kohtaan esitetty kritiikki liittyy ensisijaisesti julkisen sektorin palvelujärjestelmän sekä kolmannen sektorin järjestelmän vuorovaikutukseen. Matalan kynnyksen palveluiden ei tulisi toimia omana palvelujärjestelmänään, vaan sen tulisi toimia reittinä sosiaali- ja terveydenhuollon palveluihin. Toisaalta matalan kynnyksen palvelut voivat nostaa kynnystä hakeutua näihin julkisen sektorin palveluiden pariin. Sosiaalipoliittisesti kysymys on huomattavasti laajempi, sillä siinä joudutaan pohtimaan yhteiskunnan suhtautumista marginaaliryhmiin. Marginaaliryhmäksi luetaan yleisimmin sellaiset asiakkaat, jotka eivät sovi perinteisiin palvelujärjestelmän toimintatapoihin. Marginaaliryhmien asiakkaat nähdään helposti kolmannen sektorin projektiasiakkaina, jotka on eriytetty normaalipalveluista. Tässä riskinä on, että matalan kynnyksen palveluista muodostuu säilytyslokero huonompiosaisille asiakasryhmille, kun taas varsinainen hoito- ja palvelujärjestelmä jää parempiosaisien asiakasryhmien käyttöön (Leemann, L. & Hämäläinen, R.-M 2015, 7–8.) Hand in Hand -hankkeen asiakkaat ovat työttömyyden tai muun syyn takia työelämän ulkopuolella. Läheiset eivät kuulu automaattisesti minkään kohdennetun tuen tai avun piiriin, joten hanke pyrkii osaltaan vastaamaan tähän tarpeeseen. Hankkeen asiakkaille kerrotaan heille kuuluvista ja saatavilla olevista muista palveluista. (KRIS ry 2022, E.) A-klinikka Oy:n lääketieteellinen johtaja Kaarlo Simojoki totesi Yle Uutisten haastattelussa, että päihdepalvelut ovat useissa kunnissa alimitoitettuja ja erityisesti läheisille suunnattuja palveluita karsitaan. Simojoki näkee vertaistuen ja järjestötoiminnan ehdottomasti hyvänä asiana, mutta muistuttaa, että esimerkiksi lääkitykseen tai terapiaan liittyvät asiat eivät hoidu järjestöjen kautta. Tästäkin näkökulmasta tarkasteltuna tietoisuuden lisääminen saatavilla olevista ja hankkeen asiakkaille kuuluvista palveluista on tärkeää. Vaikka vertaistuki vaikuttaa positiivisesti usealla eri elämän osa-alueella, on kuitenkin silläkin rajansa ja tietyn tyyppiset palvelut täytyy järjestää asiakkaalle muualta palvelujärjestelmästä. Kyselyyn vastaajista 80 % oli täysin samaa tai osittain samaa mieltä siitä, että vertaistuen ansiosta kynnys hakeutua muiden palveluiden piiriin on madaltunut. Niin ikään

80 % vastaajista oli täysin tai osittain samaa mieltä siitä, että vertaistuen ansiosta heillä on aiempaa paremmin tietoa niistä palveluista, mitkä heille kuuluvat tai ovat saatavilla. Kangasniemi ja Mänikkö (2011) totesivat opinnäytetyönsä tuloksissa, että läheisten on vaikea hakea apua tilanteeseensa. Syynä tähän voi olla se, että kohdennettuja palveluita ei ole saatavilla tai läheiset voivat kokea, ettei heillä ole oikeutta saada apua, koska heidän läheisensä on syyllistynyt rikolliseen tekkoon. Kyselymme perusteella voimme kuitenkin päätellä, että tiedon saaminen koetaan tarpeellisenä, sillä vain kaksi vastaajaa viidestätoista oli valinnut näiden kysymysten kohdalla ”ei koske minua” -vastausvaihtoehdon.

Vertaistuki koetaan usein merkityksellisenä. Tutkimustuloksessamme tulee selkeästi esille se, että ryhmän toimintaan osallistuminen koetaan erittäin merkityksellisenä. Neljätoista vastaajaa viidestätoista koki sen erittäin tärkeäksi tai melko tärkeäksi. Samankaltaiseen tutkimustulokseen on tullut myös Pennanen (2007) toteamalla, että vertaistukitoimintaan osallistuneet läheiset tunsivat olevansa hyväksytyjä kansalaisia ja kuuluvansa yhteisöön. Yhteenkuuluvuuden tunteen kokeminen ryhmään osallistumalla on hyvin tärkeää. Tämä koettiin vastaajiemmekin keskuudessa hyvin merkitykselliseksi. Mikkonen ja Saarinen (2018, 22) toteavat, että vertaistukitoiminta vahvistaa kokemusta siitä, että kuuluu johonkin. Samalla osallistujien sosiaalinen pääoma kasvaa. Hand in Hand – hankkeen yksi tavoitteista on vahvistaa ja tukea läheisten osallisuutta sekä vähentää syrjäytymistä. Toisten kokemusten kuuleminen koettiin erittäin tai melko tärkeäksi. Se koettiin tärkeämmäksi kuin omien kokemusten jakaminen. Pennanen (2007) tutkimustuloksen mukaan läheiset ovat saaneet toisten kokemusten kuulemisen kautta toivoa ja ymmärrystä muilta ryhmässä käyneiltä vertaisilta sekä heiltä saatu tuki ja tieto on koettu korvaamattomaksi. Vertaisten toisilleen jakamien kokemusten avulla läheisillä on mahdollisuus saada uusia selviytymiskeinoja uuteen elämäntilanteeseen sopeutumisessa ja niistä voidaan myös oppia. (Mikkonen & Saarinen 2018, 20).

Tutkimuksemme vastausprosentti (72,73 %) oli korkea ja tämä kertoo mielestämme siitä, että hankkeen asiakkaat kokevat asian itselleen tärkeäksi sekä heillä on tarvetta tulla kuulluksi. Hankkeen työntekijät olivat saaneet asiakkailtaan positiivista palautetta siitä, että tällainen tutkimus tehdään. Kaikissa palautuneissa lomakkeissa oli vastattu kaikkiin kysymyksiin, eikä missään vaiheessa ai-neiston läpikäynnissä syntynyt sellaista vaikutelmaa, että vastaajat olisivat valinneet ”en osaa sanoa” tai ”ei koske minua” -vastausvaihtoehtoja perusteettomasti, vaan he halusivat tuoda oman kokemuksensa selkeästi esiin. Merkittävä havainto oli myös se, että kaikista vastauksista vain yksi oli ”osittain eri mieltä” ja ”täysin eri mieltä” vaihtoehtoa ei ollut yksikään vastaaja valinnut minkään kysymyksen kohdalla. Tämä kertoo siitä, että vastaajien kokemukset hankkeen toiminnasta ovat

hyvin positiivisia, keskenään samansuuntaisia ja korkea vastausprosentti tekee tutkimustuloksista luotettavia.

## 8 POHDINTA

Aloimme suunnittelemaan yhdessä opinnäytetyötämme tammikuussa 2022. Vertaistuki ja sen merkitys oli aihe, joka kiinnosti meitä kaikkia. Kolmannen sektorin rooli palveluntarjoajana ja siellä saadun vertaistuen merkitys tulee kasvamaan sosiaali- ja terveystieteen uudistuksen myötä. Löysimme pian yhteistyökumppaniksi KRIS Oulu ry:n, jonka kaikessa toiminnassa korostuu vertaistuki. Sovimme yhteistyökumppanimme kanssa jo ensitapaamisella, että lähdemme tutkimaan opinnäytetyössämme vertaistuen merkitystä vuonna 2021 käynnistyneen Hand in Hand -hankkeen kohde-ryhmälle. Aiheen parissa pääsimme myös jokainen tutustumaan oman ammatillisen suuntautumisen kannalta usein huomiotta jääneeseen, mutta hyvin tärkeään asiakasryhmän maailmaan.

Mielestämme oli mielenkiintoista ja antoisaa tehdä KRIS ry:lle tutkimuskysely opinnäytetyötämme varten. Saimme riittävästi apua, tukea, neuvoja ja kannustusta Hand in Hand -hankkeen työntekijöiltä. Verratessamme saamiamme tuloksia aikaisempiin tutkimuksiin sekä teoretietoon löysimme niistä paljon yhtäläisyyksiä. Nämä yhtäläisyydet liittyivät läheisten kokemuksiin tunteisiin, siihen miten vertaistuki vaikuttaa arkeen ja toimintakykyyn, sekä vastaajien elämään kokonaisvaltaisesti.

Tutkimuksestamme käy ilmi, että hankkeen kautta saadun vertaistuen merkitys läheisille on huomattavaa. Saamamme vastaukset tuovat esille sen, miten hyviä kokemuksia ja voimaantumisen tunteita hankkeen kautta saadusta vertaistuesta vastaajat ovat saaneet. Tästä voidaan päätellä, että vertaistuki on lainrikkoja- ja päihteidenkäyttäjätustaisten henkilöiden läheisille vaikuttava ja toimiva tukimuoto. Opinnäytetyössämme tulee vahvasti esille se tosiasia, että kolmannen sektorin ja järjestöjen toiminta on merkityksellinen avunmuoto, joka täydentää julkisia palveluja. Ammattilaisten antamaa tukea emme toki voi väheksyä, mutta se ei kuitenkaan korvaa sitä kuuntelutaitoa ja apua, jota saa toiselta samankaltaisen tilanteen läpikäyneeltä. Vertaistuki sopii hyvin sosiaali- ja terveydenalan palvelujen rinnalla kulkijaksi. Ne eivät kilpaile keskenään vaan tukevat läheistä eri näkökulmista.

Tutkimuksemme avulla pyrimme välittämään vertaistuen merkityksestä saatua tietoa ja kokemuksia eteenpäin ja toivomme että tutkimuksemme tuloksia käytetään hyväksi palvelujärjestelmän kehittämässä aikaisempaa paremmaksi lainrikkoja- ja päihdetustaisten henkilöiden läheisten tukemisessa. Tulokset eivät kuitenkaan ole yleistettävissä, vaan ne kuvaavat tätä kyseistä Hand in

Hand-hankkeen toimintaan osallistunutta ryhmää. Hankkeen toiminnan rajoitteena on ollut Covid-19-pandemia, jonka vuoksi hankkeen toimintaa on vasta nyt pystytty laajentamaan hankesuunnitelman mukaiseksi. Esimerkiksi läheisleirien järjestäminen on ollut käytännössä mahdotonta pandemian aiheuttamien rajoitusten takia. Toisena ajankohtana tutkimustulokset voisivat olla erilaiset, kun toiminta olisi ollut laajempaa ja monipuolisempaa. Tutkimus antaa kuitenkin hyvän kuvan vertaistuen merkityksestä lainrikkojen ja päihteidenkäyttäjien läheisille ja saatuja tuloksia voidaan käyttää apuna vertaistukitoiminnan markkinoimiseen, kehittämiseen ja työn vaikuttavuuden perustelemiseen hankkeen rahoittajille.

Ryhmällämme ei ollut aikaisempaa kokemusta sosiaalialan tutkimustyöstä, joten koimme oppivamme koko tutkimusprojektin ajan uusia taitoja. Sen lisäksi tämä koko opinnäytetyöprosessi kehitti ammatillista osaamistamme useiden sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen kompetenssien osalta sekä vahvisti eettistä osaamistamme. Meille vahvistui aiempien tutkimusten tuloksena saatu tieto siitä, että ammattilaisen tarjoama apu ja vertaistuki täydentävät toisiaan tukimuotoina. Osaamme paremmin ohjata läheisen vertaistuen piiriin, kun arvioimme, että hän on siihen mahdollisesti valmis. Yksi tarvitsee vertaistukea heti, toinen on valmis vertaistukeen vasta myöhemmin. Totesimme sen, että vertaistukea kannattaa suositella läheisille, koska ammattilainen ja vertainen näkevät asian eri näkökulmista ja näiden tukimuotojen yhdistämisellä on suotuisa vaikutus läheisen tilanteeseen. Vertaisilta voi saada myös vastauksia sellaisiin kysymyksiin, joihin ammattilainen ei välttämättä osaisi vastata. Tämän takia vertaisen ja ammattilaisen yhteistyö on todettu toimivaksi palveluksi.

Sosiaali- ja terveysalan uudistus painottaa raskaiden palveluiden siirtämistä ehkäisevään ja ennaltaehkäisevään työhön. Vertaistuki on mitä suurimmassa määrin ennaltaehkäisevää toimintaa. Sillä voidaan välttää esimerkiksi myöhemmin mahdollisesti läheisillä ilmenevät mielenterveysongelmat ja usein pitkään kestävät terapiajaksot. Näin ollen vertaistuki yhteiskunnallisestikin katsottuna vähentää sosiaali- ja terveysalan kustannuksia. Vertaistukea tarjoavat järjestöt tulisi huomioida heille annettavissa avustuksissa tästäkin syystä. Mielestämme vertaistuki tulisi sisällyttää terveydenhoitopalveluihin ja sen tulisi olla jatkuvaa. Vertainen tuen antajana ja ymmärtäjänä on huomioitu joissain kaupungeissa kokemustoimijoiden palkkaamisena sosiaali- ja terveysalan ammattilaisen rinnalle. Tutkimuksessamme tuli ilmi, että toimintaan osallistuminen koettiin erittäin tärkeäksi. Osallisuuden kokemus ja tunne kuuluvansa yhteisöön vähentävät syrjäytymistä ja eriarvoisuuden tunnetta. Hand in Hand- hankkeen asiakasryhmän erityisyyden vuoksi osallisuuden kokemukset ovat hyvin merkittäviä läheisille. Monet lainrikkaja- ja päihdetaustaisten henkilöiden läheiset kokevat olevansa

eriarvoisessa asemassa yhteiskunnassa leimaantumisen tai sen pelon vuoksi. Tämän vuoksi on tärkeää tarjota heille mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa heille tärkeissä palveluissa.

Pohdimme sitä, miten läheisen saisi osallistumaan vertaistuen piiriin, ja kuinka motivoida hänet hakemaan apua vertaistuesta. Tämä on varmasti eräs ammatillisuuden osa-alue, johon tulisi kiinnittää huomiota varsinkin palveluohjausta tehtäessä. Pohdimme myös sitä, ovatko lainrikkoja- ja päihteidenkäyttäjien läheiset yhdenvertaisia palveluiden saajia. Tämänhetkiset päihdehuollon palvelut eivät pysty vastaamaan läheisten avuntarpeisiin vaan siihen tarvittaisiin suurempaa ja laajempaa sosiaali- ja terveydenhuollon panostusta.

Aiempien työkokemustemme perusteella opinnäytetyömme vahvisti ymmärrystämme ammattilaisen roolista vertaistoiminnan ohjaajana. Roolimme vertaistoiminnassa on olla kuuntelija, kannustaja, empaattinen, kunnioittava ja huomioonottava. Ammattilaisen tulee antaa tilaa osallistujille eikä olla liikaa itse äänessä. Läheiset unohtavat usein huolehtia omasta jaksamisestaan ja tämän tärkeystä työntekijöiden tulee muistuttaa heitä. Ammattilainen toimii rinnalla kulkijana asiakkaan uudessa elämäntilanteessa, auttaa sopeutumaan siihen sekä antaa tietoa läheisille kuuluvista palveluista. Ryhmätoiminnassa ja keskusteluissa pyrimme luomaan turvallisen ja luotettavan ilmapiirin.

Sosiaalialan eettinen sekä tutkimuseettinen osaamisemme kasvoi koko tutkimustyöskentelyn ajan. Ammatillisessa mielessä eettisyydellä tarkoitetaan muun muassa taitoa reflektoida sekä kyseenalaistaa omaa työskentelyä ja tehtyjä valintoja, sekä niiden oikeudenmukaisuutta ja valintojen perusteita (Talentia 2017, 7). Pidimme koko työskentelyn ajan mielessämme ammattieettiset arvot ja ohjeet. Näihin liittyviä keskusteluja kävimme, kun pohdimme esimerkiksi sitä, että puhuttelemmeko vastaajia varmasti riittävän kunnioittavalla tavalla. Esimerkiksi häpeän tunteesta kysyttäessä liitimme kysymykseen sanan ”mahdolliseen häpeäntunteeseen”, sillä emme halunneet antaa sitä kuvaa, että läheisten kuuluisi hävetä tilannetta tai kysymys mahdollisesti pahentaisi jo olemassa olevaa häpeäntunnetta. Ammattieettisten ohjeiden mukaan asiakkaalla tulee olla oikeus yksityisyyden suojaan sekä luottamukselliseen kanssakäymiseen (Talentia 2017, 41). Ymmärsimme jo alusta alkaen, että tutkimamme aihe on läheisille erittäin arka ja tämän vuoksi lähdimme suunnittelemaan kyselyn toteuttamista yhteistyötahon kanssa siten, että saisimme läheiset vastaamaan ilman huolta siitä, että kukaan voisi tunnistaa vastaajia. Haastatteluilla kerätty tutkimusaineisto olisi voinut tuottaa yksityiskohtaisempaa sisältöä, mutta sen toteuttaminen olisi ollut huomattavasti haastavampaa ja vastaushalukkuus olisi todennäköisesti ollut paljon matalampi.



Jälkeenpäin ajatellen opinnäytetyössä haastavinta oli aiheen rajaaminen. Suunnitelman laatimisen alkuvaiheessa suurin ongelmamme oli juuri tässä aiheessa pysyminen. Tietoperustaa laatiessa sen sisältö lähti ”rönsyilemään” todella helposti. Toisaalta näimme tämän positiivisena ongelmana, sillä osaltaan se kertoi siitä, että aihe kiinnostaa meitä kaikkia ja halusimme saada tietoa mahdollisimman paljon. Huomasimme kuitenkin, että aiheen operationalisoinnista oli huomattavaa apua tutkittavan aiheen käsittelyssä sekä kyselylomakkeen laatimisessa. Vertaistuki on käsitteenä ja ilmiönä laaja ja jotta saimme kyselyn avulla vastauksen tutkimuskysymykseemme, jouduimme pohtimaan tarkoin kysymysten muotoilua väärinymmärrysten välttämiseksi. Tiedostimme koko tutkimustyön ajan kyselytutkimukseen liittyvät haittapuolet, joihin olimme tutustuneet jo tutkimussuunnitelmaa laatiessamme. Olimme hyvin tyytyväisiä saamiemme vastausten runsaaseen määrään, sillä korkea vastausprosentti tuki tutkimuksemme luotettavuutta. Jatkotutkimusehdotus on, että nimenomaan läheisille suunnattua vertaistukea tutkittaisiin enemmän, sillä jo työskentelymme alkuvaiheessa kävi ilmi, ettei tutkittua tietoa ole kovinkaan paljoa. Emme myöskään löytäneet aiheesta esimerkiksi yhtään kirjallisuuskatsausta, missä tätä aihetta olisi käsitelty. Koska Hand in Hand -hanke on aloittanut toimintansa vuonna 2021 ja Covid19-pandemian vaikutukset ovat haitanneet toimintaa, olisi varmasti antoisaa ja mielenkiintoista tutkia hankkeen vaikuttavuutta myöhemmin uudelleen.

Opinnäytetyö oppimisprosessina on ollut meille antoisa ja opettavainen. Työmme on edennyt suunnitelmavaiheesta valmiiseen opinnäytetyöhön sovitusti. Koko opinnäytetyön tekemisen aikana on ollut mielenkiintoista seurata työskentelyämme ja työmme kehittymistä. Tiimityöskentelymme on mielestämme ollut sujuvaa. Yhdessä työskentely on kehittänyt soveltamiskykyä, pitkäjänteisyyttä ja keskinäistä yhteistyötämme. Olemme saaneet tukea toisiltamme, varsinkin silloin, kun työ tuntui olevan jumissa. Tietämyksemme KRIS ry:n toiminnasta ja sieltä saatavasta tuesta lisääntyi. Myös tietämyksemme sosionomin kompetensseista vahvistui. Opinnäytetyön tekeminen oli aikaa vievää, mutta erinomainen oppimisprosessi meille jokaiselle. Olemme kokeneet opinnäytetyön tekemisen antoisana sillä tietoperustaan ja tutkimustyöhön perehtyminen on tuonut paljon uutta tietoa vertaistuesta, sen merkityksellisyydestä sekä tutkimustyön toimintatavoista. Ryhmämme yhteistyö toimi hyvin. Pyrimme työstämään opinnäytetyötämme mahdollisimman usein tapaamalla toisemme kasvotusten ja koska asuimme kaikki samalla paikkakunnalla, työskentelimme etäyhteyksien avulla vain harvoin. Jaoimme työmäärän tasaisesti kaikkien kesken ja olemme tyytyväisiä tekemäämme työhön. Olemme saaneet työhömmme riittävästi ohjausta ja saamamme palaute on selventänyt aina työskentelyämme ja vienyt työtämme eteenpäin.

## LÄHTEET

Aaltola, Juhani, Valli, Raine 2001. Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineiston keruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus.

Alkula, Tapani, Pöntinen, Seppo, Ylöstalo, Pekka 1999. Sosiaalitutkimuksen kvantitatiiviset menetelmät: Juva: WSOY.

Alkula, Tapani, Pöntinen, Seppo, Ylöstalo, Pekka 2002. Sosiaalitutkimuksen kvantitatiiviset menetelmät. Juva: WS Bookwell Oy.

Arene ry, Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto 2017. Hakupäivä 1.3.2022  
[http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2018/arene\\_sosionomiselvitys\\_pitka\\_raportti\\_fin.pdf?t=1526901428](http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2018/arene_sosionomiselvitys_pitka_raportti_fin.pdf?t=1526901428).

Borg, Sami 2010. Kyselylomakkeen laatiminen. Teoksessa Kvantitatiivisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Hakupäivä 28.4.2022  
<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvanti/kyselylomake/laatiminen/>

Euroopan sosiaalirahasto ESR, 2021. Hand in Hand- hankkeen kuvaus. Hakupäivä 14.5.2022  
<https://www.eura2014.fi/rriepa/projekti.php?projekтикoodi=S22295>

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 1997. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2005. Tutki ja kirjoita. 11. Uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2014. Tutki ja kirjoita. 19. Painos. Porvoo: Bookwell Oy.

Ikonen, Suvi 2018. Vankien puolisoille suunnatun vertaistukiryhmän kokemuksia verkkoryhmän toimivuudesta. Laurea-ammattikorkeakoulu. Rikosseuraamusalan koulutusohjelma. Sosionomi AMK. Opinnäytetyö. Lokakuu 2018. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/156686/ONT%20Ikonen%204.12.2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Isola, Anna-Maria, Suominen, Esa 2016. Suomalainen köyhyys. Helsinki: Into Kustannus.

Kangasniemi, Aino, Männikkö, Minna 2011. "Missä hän edes on?". Vankien läheisten tiedon tarve vankeusrangaistuksen aikana. Hakupäivä 1.3.2022 [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/31126/Kangasniemi\\_Aino.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/31126/Kangasniemi_Aino.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Karsikas, Vuokko 2003. Perhe muurin toisella puolella. Työryhmän mietintö 2003. Rikosseuraamusviraston julkaisuja. 1/2003. Hakupäivä 10.5.2022. [https://www.rikosseuraamus.fi/material/attachments/rise/julkaisut-risenjulkaisusarja/kX66Am1fz/1\\_2003\\_Perhe\\_muurin\\_toisella\\_puolella.pdf](https://www.rikosseuraamus.fi/material/attachments/rise/julkaisut-risenjulkaisusarja/kX66Am1fz/1_2003_Perhe_muurin_toisella_puolella.pdf)

Kotovirta, Elina 2018. Vertaistoiminta huumeriippuvaisten toipumisen ja elämänhallinnan tukena. Julkaisussa: Aalto, Mauri (toim.) Huume- ja lääkeriippuvuudet. Verkkokirja. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim. Hakupäivä 7.3.2022 <https://www.oppiportti.fi/op/hlr00047/do>.

KRIS ry 2022 a. Mikä KRIS on? Hakupäivä 15.2.2022. [https://kris.fi/etusivu-kris-fi\\_rikollisten\\_revanssi\\_yhteiskunnassa\\_mita\\_kris\\_on/sample-page-mita-kris-yhdistys-on/](https://kris.fi/etusivu-kris-fi_rikollisten_revanssi_yhteiskunnassa_mita_kris_on/sample-page-mita-kris-yhdistys-on/).

KRIS-Oulu ry 2022 b. KRIS Oulu ry. Hakupäivä 15.2.2022. <https://www.krisoulu.fi/>.

KRIS-Oulu ry 2022 c. Hand in Hand. Hakupäivä 16.2.2022. [https://www.krisoulu.fi/?page\\_id=339](https://www.krisoulu.fi/?page_id=339).

KRIS-Oulu ry 2022 d. Läheiset. Hakupäivä 16.2.2022. [https://www.krisoulu.fi/?page\\_id=81](https://www.krisoulu.fi/?page_id=81).

KRIS-Oulu ry 2022 e. Hand in Hand -hankkeen hankesuunnitelma. Oteita suunnitelmasta tekijöiden hallussa.

Laine, Terhi, Hyväri, Susanna & Vuokila-Oikonen, Päivi 2010. Syrjäytymistä vastaan. Riika, Latvia: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Leemann, Lars & Hämäläinen, Riitta-Maija. (2015). Matalan kynnyksen palvelut. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Hakupäivä 17.8.2022 [https://thl.fi/documents/966696/3775621/Tietopaketti\\_Matalan\\_Kynnyksen\\_Palvelut.pdf/97b1aef8-b8ca-4ec3-ac4c-b80d3e754cec](https://thl.fi/documents/966696/3775621/Tietopaketti_Matalan_Kynnyksen_Palvelut.pdf/97b1aef8-b8ca-4ec3-ac4c-b80d3e754cec)

Mikkonen, Irja & Saarinen, Anja 2018. Vertaistuki sosiaali- ja terveysalalla. Tietosanoma Oy. Hakupäivä 10.3.2022. <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789518854442>.

Pennanen, Jatta 2007. Vertaistuen vaikuttavuus – Vertaistuen vaikuttavuus Irti Huumeista ry:n huumeidenkäyttäjien läheisille tarkoitetuissa vertaistukiryhmissä. Pro gradututkielma. Jyväskylän yliopisto. Hakupäivä 6.4.2022. [https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/12790/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-2007476.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/12790/URN_NBN_fi_jyu-2007476.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Päihdehuoltolaki 17.1.1986/41. Hakupäivä 7.3.2022. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041>.

Rikoksentorjunta.fi 2022. Alkoholi ja väkivalta. Hakupäivä 1.3.2022 <https://rikoksentorjunta.fi/alkoholi-ja-vakivalta>.

Rikosseuraamuslaitos 2021. Rikosseuraamuslaitoksen tilastoja 2021. Hakupäivä 1.3.2022 [https://www.rikosseuraamus.fi/material/collections/20220614144512/7a0qfF11R/RISE\\_Tilastollinen\\_vuosikirja\\_2021\\_FI.pdf](https://www.rikosseuraamus.fi/material/collections/20220614144512/7a0qfF11R/RISE_Tilastollinen_vuosikirja_2021_FI.pdf)

Sassi, Tarja 2012. Kaksoiselämää sitä eli...Vankien omaisten kokemuksia tuen tarpeesta ja Vankien omaiset VAO ry:n toiminnasta. Opinnäytetyö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Hämeen ammattikorkeakoulu. Hakupäivä 9.5.2022. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/43901/Tarja\\_Sassi.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/43901/Tarja_Sassi.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Simojoki, Kaarlo 2021. Laki takaa hoidon myös päihderiippuvaisen läheiselle, mutta moni ei tiedä sitä: kaksi naista kertoo, miten elämä muuttui avun saannin jälkeen. Hakupäivä 6.3.2022 <https://yle.fi/uutiset/3-11962408>.

Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014/1301. Hakupäivä 7.3.2022. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=sosiaalihuoltolaki>.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2017. Sosiaalihuoltolain soveltamisopas. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2017:5. Hakupäivä 6.3.2022. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80391/05\\_17\\_Sosiaalihuoltolain%20soveltamisopas.pdf](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80391/05_17_Sosiaalihuoltolain%20soveltamisopas.pdf).

Talentia ry 2017. Arki, arvot ja etiikka - Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet. Hakupäivä: 15.5.2022 [https://talentia.e-julkaisu.com/2017/eettiset-ohjeet/docs/Talentia\\_Etiikkaopas\\_2017.pdf](https://talentia.e-julkaisu.com/2017/eettiset-ohjeet/docs/Talentia_Etiikkaopas_2017.pdf)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2013. Alkoholi- ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Hakupäivä 10.3.2022 <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-245-519-2>.

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Hakupäivä 8.5.2022. [https://tenk.fi/sites/default/files/2021-/Ihmistieteiden\\_eettisen\\_ennakoarvioinnin\\_ohje\\_2020.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2021-/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf).

Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskus 2020–2022. Ohjelma ja hankeopas. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:3. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162004/STM\\_2020\\_3\\_j.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162004/STM_2020_3_j.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Viertorinne, Minna 2017. Läheisten kokemuksia elämästä huumeita käyttävän rinnalla. Sosiaalialan tutkinto-ohjelma (YAMK). Opinnäytetyö syksy 2017. Hakupäivä 13.2.2022 [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/135388/Viertorinne\\_Minna.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/135388/Viertorinne_Minna.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Vilen, Marika., Leppämäki, Päivi. & Ekström, Leena. 2005. Vuorovaikutuksellinen tukeminen sosiaali- ja terveysalalla. 1–2. painos. Werner Söderström Osakeyhtiö. Helsinki.

Vilkka, Hanna 2007. Tutki ja mittaa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Vilkka, Hanna 2021. Tutki ja kehitä. Keuruu: Otavan kirjapaino.

Warpenius, Katariina, Holmila, Marja & Tigerstedt, Christoffer (toim.) 2013. Alkoholi- ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Terveys- ja hyvinvoinninlaitos. Hakupäivä 25.5.2022. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104454/THL\\_TEE2013\\_014\\_verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104454/THL_TEE2013_014_verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

*Kokemuksenne vertaistuesta Hand in Hand-hankkeessa*

***Hyvä Hand in Hand –hankkeen toimintaan osallistunut läheinen!***

*Olette osallistuneet KRIS Oulu ry:n Hand in Hand-hankkeen toimintaan. Hand in Hand -hanke haluaa kuulla kokemuksianne hankkeessa saamastanne vertaistuesta ja sen merkityksestä Teille, jotta toiminta vastaisi jatkossa aikaisempaa paremmin Teidän toiveitanne ja tarpeitanne.*

*Olemme kolme sosionomiopiskelijaa Oulun ammattikorkeakoulusta ja teemme opinnäytetyötä yhteistyössä KRIS Oulu ry:n Hand in Hand-hankkeen kanssa. Opinnäytetyömme aiheena on Lainriikkoja- ja päihdetaustaisten henkilöiden läheisten kokemuksia vertaistuesta Hand in Hand –hankkeessa.*

*Tutkimus suoritetaan oheisella kyselylomakkeella, jonka Hand in Hand -hankkeen työntekijät ovat lähettäneet Teille. Me opiskelijat emme saa missään vaiheessa tietoa siitä, kenelle kyselylomake on lähetetty. Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Kysymyksiin vastaaminen tapahtuu nimettömänä eikä tutkimuksessa kysytä henkilötietoja tai muita tietoja, joista vastaaja voitaisiin tunnistaa. Kysymyksiin vastaaminen vie aikaa noin 10 minuuttia. Antamanne vastaukset tulevat ainoastaan meidän käyttöömme ja aineisto hävitetään opinnäytetyömme valmistuttua loppuvuodesta 2022. Valmiiseen opinnäytetyöhön voitte tutustua silloin osoitteessa: [www.theseus.fi](http://www.theseus.fi).*

*Toivomme Teidän vastaavan kyselyyn 15.7.2022 mennessä palauttamalla kyselylomakkeet meille tämän kirjeen mukana tulevassa palautuskuoressa. Palautuskuoren postimaksu on valmiiksi maksettu.*

*Vastauksenne on tärkeä, sillä sen perusteella saamme tietoa Hand in Hand-hankkeessa saamastanne vertaistuen kokemuksesta ja annatte myös arvokasta tietoa hankkeen toiminnasta sen työntekijöille.*

*Halutessanne saatte lisätietoa opinnäytetyöstämme olemalla meihin yhteydessä sähköpostitse.*

*Paljon kiitoksia osallistumisestanne tutkimukseemme!*

***Lisätietoja:***

Kyselylomake Hand in Hand -hankkeen toimintaan osallistuneille läheisille vertaistuen kokemuksista.

**Taustakysymykset:**

Suhteenne lainrikkojaan? Rastittakaa suhdettanne kuvaava vaihtoehto / vaihtoehdot.

- |   |   |  |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> Vanhempi         | <input type="checkbox"/> Sisarus          | <input type="checkbox"/> Täysi-ikäinen lapsi |
| <input type="checkbox"/> Avo-/aviopuoliso | <input type="checkbox"/> Isovanhempi      | <input type="checkbox"/> Läheinen ystävä     |
| <input type="checkbox"/> Muu sukulainen   | <input type="checkbox"/> Muu, mikä? _____ |  |
- 

Mihin toimintoihin olette osallistuneet Hand in Hand -hankkeessa. Rastittakaa kaikki, joihin olette osallistuneet.

- |  |   |                                      |
|--|---|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Vertaistukiryhmä      | <input type="checkbox"/> Yksilökeskustelu | <input type="checkbox"/> Läheisleiri |
| <input type="checkbox"/> Yhteiset aktiviteetit | <input type="checkbox"/> Muu, mikä? _____ |                                      |
- 

**Ennen kysymyksiin vastaamista, pyydämme teitä lukemaan vertaistuen määritelmän:**

*Vertaistuella tarkoitetaan ihmisten välistä suhdetta, jossa korostuu tasa-arvoisuus ja yhdenvertaisuus sekä toisten ja omien voimavarojen vahvistaminen. Vertaistukitoiminnassa jokainen vertainen toimii omasta vapaasta tahdostaan itsensä ja toisten hyväksi. Keskeisiä asioita ovat vertaisten toisilleen antama tuki sekä luottamuksellisuus. Keskinäinen tuki pohjautuu kokemukseen jostain yhteisestä asiasta. Asioiden jakaminen samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien henkilöiden kanssa helpottaa usein omaa ja muiden vertaisten tilannetta.*



### Ymmärretyksi ja kuulluksi tuleminen.

Mitä mieltä olette seuraavista väittämistä Hand in Hand -hankkeen tarjoaman **vertaistuen** kohdalla? Ympyröi jokaisen väittämän kohdalla parhaiten omaa kokemustasi vastaava vaihtoehto. Mikäli esitetty väittämä *ei koske teitä*, voitte siinä tapauksessa rastittaa ”ei koske minua” -vastausvaihtoehdon.

Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	En osaa sanoa	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä	Ei koske minua
---------------------	-----------------------	---------------	---------------------	-------------------	----------------

---

Koen tulleeti ymmärretyksi saadessani vertaistukea.	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>
---	---	---	---	---	---	--------------------------

---

Vertaistuki on muuttanut suhtautumistani mahdolliseen leimaantumisen pelkooni.	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>
--	---	---	---	---	---	--------------------------

---

Vertaistuki on muuttanut suhtautumista mahdolliseen häpeäntunteeseeni.	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>
--	---	---	---	---	---	--------------------------

---

Vertaistuen ansiosta arvostan itseäni aikaisempaa enemmän.	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>
--	---	---	---	---	---	--------------------------

---

Vertaistuen ansiosta tunteiden ilmaiseminen on aiempaa helpompaa.	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>
---	---	---	---	---	---	--------------------------

---

### Arjessa selviytyminen ja sisällön saaminen elämään.

Mitä mieltä olette seuraavista väittämistä Hand in Hand -hankkeen tarjoaman **vertaistuen** kohdalla? Ympyröi jokaisen väittämän kohdalla parhaiten omaa kokemustasi vastaava vaihtoehto. Mikäli esitetty väittämä *ei koske teitä*, voitte siinä tapauksessa rastittaa ”ei koske minua” -vastausvaihtoehdon.

Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	En osaa sanoa	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä	Ei koske minua
---------------------	-----------------------	---------------	---------------------	-------------------	----------------

---

<b>Vertaistuen avulla selviydyn arjesta paremmin kuin ennen.</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<input type="checkbox"/>
--	----------	----------	----------	----------	----------	--------------------------

---

<b>Vertaistuen ansiosta yksinäisyyden tunteeni on vähentynyt.</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<input type="checkbox"/>
---	----------	----------	----------	----------	----------	--------------------------

---

<b>Elämäni on saanut uudenlaista sisältöä.</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<input type="checkbox"/>
--	----------	----------	----------	----------	----------	--------------------------

---

### **Vertaistuki ja hanketoiminta muiden palveluiden tukena.**

Mitä mieltä olette seuraavista väittämistä Hand in Hand -hankkeen tarjoaman **vertaistuen** kohdalla? Ympyröi jokaisen väittämän kohdalla parhaiten omaa kokemustasi vastaava vaihtoehto. Mikäli esitetty väittämä *ei koske teitä*, voitte siinä tapauksessa rastittaa ”ei koske minua” -vastausvaihtoehdon.

	Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	En osaa sanoa	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä	Ei koske minua
<b>Kynnykseni hakeutua muiden palveluiden piiriin on madaltunut.</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<input type="checkbox"/>
<b>Tiedän nykyisin enemmän minulle kuuluvista sekä saatavilla olevista palveluista.</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<input type="checkbox"/>
<b>Olen saanut tukea työelämään ja / tai opintoihin hakeutumisessa.</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<input type="checkbox"/>

### Saadun vertaistuen merkityksellisyys.

Kuinka merkittäväksi / tärkeäksi koette Hand in Hand -hankkeen tarjoaman **vertaistuen** seuraavissa asioissa? Ympyröi jokaisen väittämän kohdalla parhaiten omaa kokemustasi vastaava vaihtoehto. Mikäli esitetty väittämä *ei koske teitä*, voitte siinä tapauksessa rastittaa "ei koske minua" -vastausvaihtoehdon.

	Erittäin tärkeä	Melko tärkeä	En osaa sanoa	Ei kovin tärkeä	Ei lainkaan tärkeä	Ei koske minua
<b>Uuteen elämäntilanteeseen sopeutuminen.</b>	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>
<b>Käytännön neuvot.</b>	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>
<b>Yhteenkuuluvuuden tunne ryhmässä.</b>	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>
<b>Ryhmän toimintaan osallistuminen.</b>	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>
<b>Omien kokemusten jakaminen.</b>	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>
<b>Toisten kokemusten kuuleminen.</b>	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>

Alla olevien kysymysten vastaukset menevät vain Hand in Hand -hankkeen käyttöön. Kysymysten vastaukset auttavat kehittämään hanketta ja sen tarjoamaa vertaistukea. Kirjoittakaa vastauksenne alla oleville riveille.

**Miten Hand in Hand -hankkeesta saatua vertaistukea voisi mielestänne kehittää?**

---

---

---

---

---

**Pyydämme teitä kertomaan omin sanoin ehdotuksia / toiveita Hand in Hand -hankkeen toiminnan kehittämiseksi.**

---

---

---

---

---

**KIITOKSIA VASTAUKSISTANNE!**