

Laura Eklund ja Niina Niemi

Perehdytysopas mielenterveys- ja päihdekuntoutujien tukiasumisyksikön tukiasumiskäynneille

Opinnäytetyö

Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto

Sosionomi

2023



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tutkintonimike	Sosionomi
Tekijä/Tekijät	Laura Eklund, Niina Niemi
Työn nimi	Perehdytysopas mielenterveys- ja päihdekuntoutujien tukiasumisyksikön tukiasumiskäynneille
Toimeksiantaja	Alfakuntoutus Hervanta Oy
Vuosi	2023
Sivut	79 sivua, liitteitä 4 sivua
Työn ohjaaja(t)	Hanna Haatainen, Anne Ahonen

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää sähköinen perehdytysopas tukiasumiskäynneistä Alfakuntoutus Hervanta Oy:n tukiasumisyksikköön Alfakuntoutus Pispalaan. Työn tavoitteena oli tuottaa teos, joka palvelee mielenterveys- ja päihdekuntoutujia kuntoutumisprosessissaan sekä auttaa uusien työntekijöiden työhön perehdytyksessä. Perehdytysoppaan tarkoitus on antaa uutta tietoa myös jo olemassa olevalle henkilökunnalle – oppaan tavoite on jäädä jatkuvaan käyttöön myös perehdytyksen ulkopuolella.

Perehdytysoppaan toteutusta varten haastateltiin teemahaastattelumenetelmää hyödyntäen tukiasumisyksikön asiakkaita, ja sen myötä selvitettiin, millä tavalla tuesta asiakkaat hyötyvät parhaiten kuntoutumisprosessiinsa nähdessä. Teemahaastattelujen tuloksia hyödynnettiin perehdytysoppaan sisällössä, jotta asiakkaiden kokemukset pääsisivät osaksi kehittämistyötä.

Opinnäytetyö oli toiminnallinen opinnäytetyö, joka toteutettiin yhteistyössä Alfakuntoutus Hervanta Oy:n kanssa. Tuotoksena kehitettiin tarpeisiin vastaava perehdytysopas, joka antaa työntekijöille hyödynnettäviksi työmenetelmiä sekä kirjallisia tehtäviä asiakkaiden kuntoutusprosesseihin. Tukiasumisyksikköön tulevat uudet työntekijät ovat pääsääntöisesti olleet epävarmimpia tukiasumiskäyntien toteutuksesta, joten perehdytysoppaaseen on koottu kattavasti tietoa niistä asioista, joita omaohjaajan tulee tukiasumiskäynneillä seurata. Perehdytysoppaaseen etsittiin myös kattavasti tietoa mielenterveysongelmiin, päihteidenkäyttöön, retkahdukseen sekä asiakkaan kohtaamiseen liittyen ja tuotokseen koottiin konkreettisia menetelmiä asiakkaan tukemiseksi.

Perehdytysopas tuotettiin vain toimeksiantajan käyttöön Alfakuntoutus Hervanta Oy:lle.

Asiasanat: Perehdytysopas, perehdyttäminen, mielenterveys- ja päihdekuntoutuja, tukiasumisyksikkö

Degree title	Bachelor of Social Services
Author (authors)	Laura Eklund, Niina Niemi
Thesis title	Introduction to house calls to social housing units for mental health and substance abuse rehabilitees
Commissioned by	Alfakuntoutus Hervanta Oy
Time	2023
Pages	75 pages, 4 pages of appendices
Supervisor	Hanna Haatainen, Anne Ahonen

ABSTRACT

The objective of the thesis was to develop a digital introduction guide to social housing calls to Alfakuntoutus Hervanta Oy's social housing unit Alfakuntoutus Pispala, i.e., to produce a guide to aid customers with mental health and substance abuse issues in their rehabilitation as well as to introduce job requirements to new employees. The guide is also meant to provide new information to existing staff and to remain in continual use.

For the guide, the clients of the housing unit were interviewed to obtain information on the kind of support that best benefits them in their rehabilitation. The results of the interviews were utilized in the contents of the guide, ensuring that the clients' experiences are part of the development process.

The thesis was product-based in nature, carried out in Cooperation with Alfakuntoutus Hervanta Oy. The result is a guide to benefit employees with work methods and literary tasks for the clients' rehabilitation processes. For the most part, the new employees of the social housing units had been tentative, therefore the guide is comprehensive on matters their supervisor must draw attention to. The guide was also thoroughly researched on mental health issues, lapses in substance abuse rehabilitation and meeting with clients and it includes concrete methods on how to support the client.

The guide was produced for the sole use of the commissioner, Alfakuntoutus Hervanta Oy.

Keywords: introduction guide, mental health and substance abuse rehabilitator

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 KEHITTÄMISTYÖN TARKOITUS, TEHTÄVÄ JA TAVOITTEET	7
2.1 Tarkoitus ja tavoite	7
2.2 Perehdytysoppaan merkitys työnantajalle	9
2.3 Opinnäytetyön tekijöiden odotukset.....	9
3 TOIMEKSIANTAJA YRITYKSEN ESITTELY	10
3.1 Alfakuntoutus Pispala	10
3.2 Alfakuntoutus Hervanta	12
3.3 Tukiasumiskäynnit mielenterveys- ja päihdekuntoutujien tukiasumisyksikössä	13
4 PEREHDYTYS	14
5 TUETTU ASUMINEN JA TUKIASUMISYKSIKÖT	15
6 PÄIHDERIIPPUVUUS.....	18
6.1 Alkoholiriippuvuus	19
6.2 Huume- ja lääkeriippuvuus.....	20
7 MIELENTERVEYSHÄIRIÖT	21
7.1 Mielenterveyshäiriöt osana päihdeongelmaa	22
7.2 Mielenterveyden edistäminen.....	22
8 MIELENTERVEYS- JA PÄIHDEKUNTOUTUJAN KUNTOUTUMISEN TUKEMINEN	23
8.1 Mielenterveyskuntoutuja.....	26
8.2 Päihdekuntoutuja.....	28
9 ASUNNOTTOMUUS JA ASUMISSOSIAALINEN TYÖ.....	29
10 KOKEMUSASIAINTUNTIJUUS OSANA ASIAKASOSALLISUUTTA.....	32
11 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ.....	34
12 TEEMAHAASTATTELU AINEISTONKERUUMENETELMÄNÄ	36
13 TEEMAHAASTATTELU OSANA PEREHDYTYSOPPAAN TOTEUTUSTA	37
13.1 Suunnitteluvaihe.....	37

13.2 Teema-alueet	38
13.3 Toteutus ja eteneminen	39
13.4 Aineiston litterointi ja analysointi.....	40
14 TEEMAHAASTATTELUIJEN TUTKIMUSTULOKSET	43
14.1 Asiakkaan haasteet ja problematiikka	43
14.2 Asiakkaan tuen tarve	46
14.3 Merkityksellisimmät tukimuodot asiakkaan näkökulmasta.....	49
14.4 Asiakkaiden tavoitteita tukiasumisjaksolle	53
15 PEREHDYTYSOPPAAN TOTEUTUS	55
15.1 Aineiston kokoaminen ja kirjoitusprosessi	56
15.2 Perehdytysoppaan sisältö	58
15.3 PDCA-menetelmä kehittämisen tukena.....	60
16 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA.....	62
16.1 Johtopäätöksiä tutkimustuloksista	62
16.2 Perehdytysoppaan arviointi	64
16.3 Eettisyys ja luotettavuus.....	66
16.4 Ammatillinen kasvu opinnäytetyöprosessin aikana ja yleinen pohdinta.....	67
16.5 Jatkokehittämissideoita	69
LÄHTEET	72

LIITTEET

Liite 1. Saatekirje

Liite 2. Suostumuslomake

Liite 3. Teemahaastattelurunko

Liite 4. Perehdytysoppaan sisällysluettelo

1 JOHDANTO

Opinnäytetyön tavoitteena oli laatia sähköinen perehdytysopas Alfakuntoutus Pispalan mielenterveys- ja päihdekuntoutujien tukiasumisyksikköön. Alfakuntoutus Pispalan toimitusjohtajan Anne Ahosen kanssa keskusteltiin kehittämistyön toteutuksesta jo syksyllä 2022. Ensin pohdittiin laajemman perehdytysoppaan toteutusta yksikköön, mutta keskusteluiden myötä päädyimme rajaamaan perehdytysoppaan koskemaan tukiasumisyksikössä toteutettavia tukiasumiskäyntejä. Yhteisten keskustelujen myötä selvisi, että henkilökunta koki perehdytysoppaan laatimisen tarpeelliseksi – uusien työntekijöiden suurin epävarmuus on näkynyt tukiasumiskäyntien toteuttamisessa. Myös olemassa oleva henkilökunta kaipasi työhönsä lisää materiaalia ja erilaisia menetelmiä asiakkaan kuntoutusprosessin edistämiseksi.

Puutteellinen sekä vajavainen perehdytys aiheuttaa työntekijälle helposti tietämättömyyden sekä epävarmuuden tunteita. Hyvin toteutettu perehdyttäminen auttaa oppimaan ja oivaltamaan uusia asioita. Perehdytyksen tavoitteena ei tule olla vain perusrutiinien sekä käytäntöjen omaksuminen, vaan oman osaamisen laajentaminen sekä uusien työmenetelmien ja käytäntöjen innovatiivinen kehittäminen. Perehdyttäminen nähdään usein ajankohtaiseksi vain silloin, kun uusi työntekijä on rekrytoitu. Perehdyttämisen jatkuva kehittäminen sekä kriittinen arviointi ovat tärkeitä henkilöstön ja organisaation toimivuuden kannalta. (Miettinen ym. 2009, 77.)

Perehdytysoppaan keskeisenä tavoitteena oli lisätä mielenterveys- ja päihdekuntoutujien tukiasumisyksikössä tapahtuville tukiasumiskäynneille uusia menetelmiä kohderyhmän erilaisiin haasteisiin liittyen. Oppaan tavoitteena oli koota kaikki tarvittava tieto tukiasumiskäyntien toteutuksesta samaan paikkaan. Perehdytysopasta varten etsittiin laaja-alaisesti tutkittua tietoa kohderyhmän haasteista, vuorovaikutuksesta ja luottamuksesta, sosiaalialan työmenetelmistä sekä erilaisista kirjallisista tehtävistä ja itsehoito-ohjelmista. Perehdytysoppaan kehittämiseen liittyen haastattelimme tukiasumisyksikön asiakkaita. Halusimme selvittää, minkälaisesta tuesta asiakkaat ovat parhaiten hyöntyneet ja minkälainen merkitys asiakkaalle on tukiasumisyksikön tarjoamasta

sosiaalisesta tuesta. Asiakkaiden omat kokemukset ja näkemykset osana kehittämistä koettiin tärkeinä, jotta perehdytysopas palvelisi kohderyhmää parhaalla mahdollisella tavalla.

Opinnäytetyö rakentuu niin, että aluksi avataan kehittämistyön tarkoitusta, tehtävää ja tavoitetta, esitellään toimeksiantaja sekä avataan kehittämistyön kannalta keskeisiä käsitteitä. Tämän jälkeen käsitellään teemahaastattelujen toteutus osana kehittämisprosessia sekä haastatteluista syntyneitä tutkimustuloksia. Seuraavaksi kuvaillaan perehdytysoppaan toteutusta ja sen sisältöä. Lopuksi pohditaan haastatteluiden tutkimustuloksia, oppaan arviointia, eettisyyttä ja luotettavuutta, ammatillista kasvua sekä työn toteutuksen myötä syntyneitä jatkokehittämisideoita.

2 KEHITTÄMISTYÖN TARKOITUS, TEHTÄVÄ JA TAVOITTEET

Työn pääkohderyhmä ovat Alfakuntoutus Pispalan henkilökunta sekä tukiasumisyksikön mielenterveys- ja päihdekuntoutujat. Perehdytysoppaasta hyötyvät henkilökunta sekä mahdolliset opiskelijat. Kehittämistyön päällimmäisenä tarkoituksena on kuitenkin saada isoin hyöty tukiasumisyksikön asiakkaille.

2.1 Tarkoitus ja tavoite

Opinnäytetyön aihe syntyi toimeksiantajan tarpeesta saada tukiasumisyksikön henkilökunnalle enemmän opastusta ja tietoa tukiasumiskäynteihin. Työn tarkoituksiksi muodostui kehittämistyö, jossa toimeksiantajalle tuotettiin perehdytysopas tutkimalla tukiasumiskäyntien tarkoitusta, sisältöä sekä tuen merkitystä asiakkaalle. Työn tavoitteena oli, että perehdytysopas on asiakaslähtöinen ja antaisi Alfakuntoutus Pispalan henkilökunnalle asiakkaiden tukiasumiskäynteihin tietoa ja opastusta, uusia näkökulmia sekä erilaisia työmenetelmiä hyödynnettäväksi. Työn tavoitteena oli, että tukiasumiskäynnit tulevat perehdytysoppaan myötä olemaan monipuolisia, asiakkaan tarpeisiin vastaavia sekä johdonmukaisia.

Osana toiminnallista opinnäytetyötä toteutettiin teemahaastattelut asiakkaille, joiden tarkoituksena oli selvittää asiakkaiden näkemyksiä siitä, minkälainen merkitys heille on omaohjaajan tarjoamalla tuella sekä miten he kokevat tukiasumiskäynnit osana tukiasumisyksikön asiakkuutta. Haastattelujen tuloksia hyödynnettiin perehdytysoppaassa, jonka tuloksena perehdytysoppaasta muodostui asiakaslähtöisempi. Haastatteluaineisto analysoitiin teemoittelu-analyysimenetelmää käyttäen, joka on laadullisen analyysin perusmenetelmä. Työssä haluttiin nostaa esille erilaisina teemoina asiakkailta nousseita ajatuksia, mikä onnistui parhaiten kyseistä menetelmää käyttäen. Haastatteluiden tavoite oli kerätä asiakkaiden näkemyksiä heidän tuen tarpeestaan, ja se auttoi meitä myös tuomaan perehdytysoppaaseen asiakkaiden tarpeisiin vastaavia työmenetelmiä.

Perehdytysoppaaseen koottiin laajasti monipuolisia työmenetelmiä sekä materiaaleja, joita tukiasumiskäynneillä voidaan hyödyntää. Tuloksena opas edistää asiakasta hänen kuntoutumisen tavoitteissaan. Opas sisältää omaohjaajalle kuuluvat työtehtävät, mitkä jokaisen työntekijän kuuluu keskustella ja käydä läpi asiakkaan kanssa. Näitä ovat esimerkiksi etuudet, vuokranmaksu sekä psyykinen vointi. Tavoitteena oli lisäksi löytää uusia menetelmiä ja materiaaleja, joita ei vielä ole välttämättä hyödynnetty Alfakuntoutus Pispalan tukiasumisyksikössä osana asiakastyötä. Toisena tavoitteena oli kerätä kattavasti materiaalia, johon koko henkilökunta voi palata tarvittaessa myös perehdytysvaiheen ulkopuolella. Opas olisi tämän myötä käytössä tukiasumisyksikön päivittäisessä arjessa.

Opinnäytetyön tuloksena syntyi kehittämisen lähestymistapaa noudattaen perehdytysopas Alfakuntoutus Pispalaan. Perehdytysopas kattaa kaiken tarvittavan tiedon tukiasumiskäyntien tarkoituksesta ja sisällöstä. Tuotoksessa on otettu huomioon asiakkaiden näkökulmia tuen merkityksestä ja tuen tarpeesta käsittelemällä perehdytysoppaassa esimerkiksi erilaisten mielenterveyshäiriöiden yksilöllisiä kuntoutumisen tukitoimia.

2.2 Perehdytysoppaan merkitys työnantajalle

Alfakuntoutuksen tukiasumisyksiköissä perehdytyksestä vastaa henkilökunta sekä vastaava ohjaaja. Yksikössä työskentelevä henkilökunta perehdyttää uuden työntekijän työtehtäviinsä konkreettisesti oman työnsä kautta. Uusi työntekijä saa luettavakseen omavalvontasuunnitelman, jossa kerrotaan kattavasti yksikön toiminnasta, arvoista, työskentelystä, turvallisuudesta sekä riskienhallinnasta. Omavalvontasuunnitelmasta tulee esiin työtä ohjaavat toimintatavat sekä työn tavoite ja tarkoitus, mutta konkreettista perehdytysopasta asiakkaan kanssa käytäviin tukiasumiskäynteihin ei ole. Perehdytysopas tukiasumiskäynteistä olisi tärkeä työväline, jota uudet työntekijät, nykyinen henkilökunta sekä opiskelijat pääsisivät hyödyntämään tulevaisuudessa.

Tärkeimpänä hyödynsaajana perehdytysoppaalle ovat tukiasumisyksikön asiakkaat. Henkilökunnan ammatillisuus sekä osaaminen on keskiössä asiakkaiden kuntoutumisessa. Kattava perehdytys asiakkaan tukemiseksi mahdollistaa asiakkaalle parhaan mahdollisimman tuen osaavalta henkilökunnalta.

2.3 Opinnäytetyön tekijöiden odotukset

Opinnäytetyön tekijöillä oli toisistaan poikkeavat taustat opinnäytetyön toteuttamiseen mielenterveys- ja päihdekuntoutujien parissa. Toisella opinnäytetyön tekijöistä ei entuudestaan ollut vielä kertynyt kokemusta kyseisen asiakasryhmän kanssa työskentelystä. Lauran odotukset työn toteutukseen liittyen olivat kerryttää ammattitaitoa sekä osaamista mielenterveys- ja päihdekuntoutujien tarpeista sekä tukiasumisyksikön toiminnasta. Niinalla oli jo olemassa olevaa työkokemusta, ja hän onkin jo työskennellyt yli vuoden ajan toimeksiantajan yrityksessä – Alfakuntoutus Pispalassa sekä Hervannan yksikössä. Niinan toiveena oli päästä syventämään omaa ammattitaitoaan sekä kerryttämään tutkittua tietoa ammatillisuuden kasvattamiseksi kohderyhmän kanssa toimimisessa. Molemmat opinnäytetyön tekijöistä halusivat oppia erilaisia työmenetelmiä ja menetelmällisyyttä, joita voi hyödyntää sosiaalialan eri työkentillä.

Kehittämistyöllä haluttiin tuottaa jotain sellaista, joka tulisi tulevaisuudessa toimeksiantajan yrityksen käyttöön ja vastaisi todellisiin työelämän tarpeisiin. Perehdytysopas toivottavasti toimisi myös jatkuvana työkaluna tukiasumisyksikön arkisessa toiminnassa. Niinan työskentely Alfakuntoutus Pispalan yksikössä teki työn toteutuksesta helpommin lähestyttävää. Molemmat opinnäytetyön tekijöistä olivat yhtä mieltä perehdytyksen tärkeydestä, jonka myötä idea konkreettiseen perehdytysoppaaseen syntyi toimeksiantajan tarpeiden mukaisesti. Aiemmasta työelämästä olimme tehneet havaintoja siitä, kuinka iso merkitys hyvällä perehdytyksellä on suhteessa työntekijän varmuuteen omassa työskentelyssään. Hyvä ja kattava perehdytys on myös asiakkaan etu ja täten turvaa parhaan mahdollisen tietotaidon työntekijälle, joka edesauttaa asiakkaan kuntoutumista.

Osana kehittämistyötä koimme tärkeäsi tuoda esiin asiakkaiden kokemuksia. Asiakkaiden osallistaminen osana oppaan kehittämistä koettiin tärkeäksi sekä merkitykselliseksi. Sosiaalialan ammattilaisen eettisissä ohjeissa viitataan siihen, että ammattilaisen on edistettävä asiakkaan mahdollisuuksia vaikuttaa omaan elämäänsä sekä yhteiskuntaan. Ammattilaisen on työskentelyssään huomioitava asiakkaan osallisuus suhteessa häntä ympäröivään yhteisöön. Asiakkaiden haastatteluilla haluttiin tuoda asiakkaiden näkemyksiä esiin sekä lisätä heidän vaikuttamismahdollisuuksiaan. (Talentia Ry 2005, 8.)

3 TOIMEKSIANTAJA YRITYKSEN ESITTELY

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Alfakuntoutus Hervanta Oy, joka on perustettu vuonna 2010. Alfakuntoutus tarjoaa tukiasumista mielenterveys- ja päihdekuntoutujille Tampereella kahdessa eri yksikössä. Toinen yksiköistä sijaitsee Pispalassa ja toinen Hervannassa.

3.1 Alfakuntoutus Pispala

Alfakuntoutus Pispala on toinen yksityisen palveluntuottajan Alfakuntoutus Hervanta Oy:n toimintayksiköistä. Alfakuntoutus Pispala on asunnottomille tai asunnottomuusuhan alla oleville tamperelaisille sekä orivesiläisille täysi-ikäi-

sille mielenterveys- ja päihdekuntoutujille suunnattu tukiasumisyksikkö. Pispalan yksikköön on mahdollista myös ottaa asukkaita Pirkanmaan hyvinvointialueen ulkopuolelta. Alfakuntoutus Pispalan yksikössä on 34 asiakaspaikkaa. Alfakuntoutus Pispalassa työskentelee neljä mielenterveys- ja päihdetyöhön erikoistunutta ohjaajaa sekä vastaava ohjaaja, joka toimii yksikön lähiesihenkilönä.

Tukiasumisyksikön tavoitteisiin kuuluu asiakkaan elämänhallinnan tukeminen laaja-alaisesti. Asiakasta tuetaan arjen asioissa selviytymisessä, psyykkisessä voinnissa sekä päihteettömyydessä. Tukiasumisjakso on kestoltaan yleensä 6–24 kuukauden pituinen, ja se toimii siirtymävaiheena kohti itsenäistä asumista. Asiakkaan kuntoutumisen tavoitteita ja etenemistä tuetaan omaohjaajan kanssa viikoittaisilla tukiasumiskäynneillä. Asiakasta kannustetaan osallistumaan myös yksikön ulkopuoliseen toimintaan asiakkaan tavoitteiden sekä kuntoutuksen etenemisen tueksi. (Sosiaalipalvelujen omavalvontasuunnitelma 2021.)

Tukiasumisyksikössä asiakkaat asuvat itsenäisesti kerrostaloyksioissä omalla vuokrasopimuksella. Yksikön toiminnan pääsääntöisenä tarkoituksena on ylläpitää asiakkaiden hyvinvointia, turvallisuutta ja terveyttä tukemalla asukkaita heidän tarpeidensa mukaisesti. Asiakkaille turvataan mahdollisuus hyvään arkeen sekä sosiaaliseen kanssakäymiseen. Jokainen asiakas otetaan yksilöllisesti sekä kokonaisvaltaisesti huomioon ja hänen tuen tarpeensa kartoitetaan, minkä pohjalta asiakasta tuetaan hänen kuntoutumisprosessissaan. Tavoitteena tukiasumisjakson aikana on, että asiakkaan psyykinen, fyysinen ja sosiaalinen toimintakyky kasvaa sekä arjenhallintataidot lisääntyvät. (Alfakuntoutus 2023.)

Alfakuntoutus Pispalan tukiasumisyksikkö on päihteetön, mutta retkahdukset salliva. Retkahdukset sallivalla tarkoitetaan sitä, että asiakkaan palvelua tukiasumisyksikössä ei lopeteta yksittäisten päihteiden käyttämisten takia. Asiakkaan on kuitenkin sitouduttava Alfakuntoutus Hervanta Oy:n kuntoutus- ja palvelusopimukseen. Asiakkaan retkahtaessa käyttämään päihteitä, asiakasta

motivoidaan päihteettömyyteen sekä tuetaan laaja-alaisesti hänen kuntoutumisessaan. (Sosiaalipalvelujen omavalvontasuunnitelma 2021.)

Yksikön toimintaa ohjaavia arvoja ovat asiakaslähtöisyys, itsemääräämisoikeuden kunnioitus, tasavertaisuus, turvallisuus, asiakkaan oikeus yksityisyyteen, oikeudenmukaisuus, yhteisöllisyys sekä osallisuus. (Sosiaalipalvelujen omavalvontasuunnitelma 2021).

3.2 Alfakuntoutus Hervanta

Alfakuntoutus Hervanta on yksityisen palveluntuottajan Alfakuntoutus Hervanta Oy:n toinen toimintayksiköistä. Alfakuntoutus Hervanta on tukiasumisyksikkö, joka on suunnattu asunnottomille mielenterveys- ja päihdekuntoutujille. Molemmat yksiköt ovat päihteettömiä, mutta retkahdukset sallivia. Hervannan toimintayksikkö on rakennettu vuonna 2011. Hervannan tukiasumisyksikön asukkaaksi hakeudutaan vain Pirkanmaan hyvinvointialueen sisältä. (Alfakuntoutus 2023.)

Alfakuntoutus Hervanta Oy:n molemmissa yksiköissä noudatetaan samoja toimintatapoja, tukiasumisen tavoitteita sekä sääntöjä. Yksiköissä on kuitenkin järjestetty omannäköistä toimintaa, esimerkiksi virikeryhmiä, jotka eroavat yksikön mukaan. Alfakuntoutus Hervannassa on jokaiselle arkipäivälle ryhmätointa, mm. ruokaryhmä sekä keskusteluryhmä. Alfakuntoutus Hervannan tukiasumisyksikössä on kaikenikäisiä asiakkaita, kuitenkin vähintään täysi-ikäisiä. Yksikössä on 30 rivitaloyksiota, joissa asiakkaat asuvat omalla vuokrasopimuksellansa. Ohjaajat ovat yksikössä paikalla arkisin klo: 8–18 sekä lauantaisin ja arkipyhinä klo: 9–16.

Alfakuntoutus Hervannan asiakkaaksi ohjaututaan mielenterveys- ja päihdepalveluiden asiakasohjauksen kautta. Molempien yksiköiden kokonaisvaltaisena tavoitteena on, että asiakas pystyisi tukiasumisjakson jälkeen elämään arkeaan mahdollisimman itsenäisesti. (Alfakuntoutus 2023.)

3.3 Tukiasumiskäynnit mielenterveys- ja päihdekuntoutujien tukiasumisyksikössä

Tukiasumiskäynneillä tarkoitetaan omaohjaajan sekä asiakkaan välisiä tapauksia, joita pidetään vähintään kerran viikossa asiakkaan asunnolla. Tukiasumisyksikössä palveluntuottaja tarjoaa vuokra-asunnon lisäksi asukkaille sosiaalisia tukipalveluja. Tukiasumiskäynneillä tuetaan asiakkaan kuntoutumista hänen yksilölliset tarpeensa huomioiden.

Ympäristöministeriön vuonna 2005 julkaisemassa raportissa on tarkasteltu tuetun asumisen erilaisia toimintamalleja. Raportissa on avattu tuloksia siitä, millaiset toimintamallit ja käytännöt tukipalveluissa sekä asunnottomien asuttamisessa ovat. Vaikka ympäristöministeriön raportti on vuodelta 2005, on siinä käsitelty edelleen toiminnassa olevia tärkeitä toimintamalleja tukiasumisesta. Tukiasumisessa työskentelevät ohjaajat kertovat työnsä olevan sisällöltään hyvin laaja-alaista. Ohjaajat työskentelevät asiakkaiden päihdeongelmien parissa ja elämänhallinnan tukemisessa sekä tukevat asiakasta asumisen sujumisessa. Ohjaajat työskentelevät asiakkaiden hyvinvoinnin huolehtimisen edistämiseksi sekä konkreettisesti asumiseen liittyvien asioiden hoitamisen sujuvoittamiseksi. Raportissa on nostettu esiin, kuinka tukiasumisen työntekijät voivat joutua nopeastikin vaihtamaan rooliansa vahtimestarista psykologiksi. (Hynynen 2005, 16.)

Työskentely tukiasumisyksikössä sisältää niin henkistä hyvinvointia tukevaa työtä kuin myös käytännön asioiden hoitamista asiakkaiden tukena. Työntekijän tehtävänä on aidosti kannustaa ja motivoida asiakasta sekä kehittää asiakkaan voimavaroja ja itseluottamusta. Työssä tuetaan asiakasta ongelman ratkaisussa sekä pohditaan tavoitteita tulevaisuudelle ja kuntoutumiselle. Voimavara- ja lähtöistä työtettä käytetään työskentelyssä, ja tämä nähdäänkin merkityksellisenä lähestymistapana suhteessa asiakkaisiin. Työntekijät antavat asiakkaalle terapeuttista tukea aktiivisesti kuunnellen ja keskustellen asiakkaan kanssa. Tukiasumisessa työntekijällä on myös vastuu asiakkaan ohjauksesta. Työntekijä asettaa rajoja ja sääntöjä sekä puuttuu tarvittaessa epäasialliseen

ja ei-toivottuun käytökseen. Raportin mukaan työntekijät joutuvat usein rajamaan asiakkaan epäasiallista käyttäytymistä, ja tämä kuuluukin työntekijän työtehtäviin. (Hynynen 2005, 17.)

Tukiasumiskäynneillä työntekijä avustaa asiakasta käytännön asioissa. Asiakasta tuetaan virasto- ja paperiasioiden hoidossa sekä käytännön järjestelyissä. Asiakasta tuetaan ja kannustetaan elämässä eteenpäin ja tuetaan retkahduksien sekä kriisitilanteiden sattuessa. Asiakasta kannustetaan itsenäisyyteen sekä autetaan toimintakyvyn lisäämisessä. Tukiasumiskäynneillä työntekijät auttavat asiakasta hänen mahdollisessa päihdeongelmassaan, antavat terapeuttista tukea, kuten keskusteluapua sekä kohtaavat asiakkaan kunnioittavasti ja luottamuksellisesti. (Hynynen 2005, 17.)

4 PEREHDYTYKSEN

Perehdyttäminen on ajan saatossa tullut yhä monimuotoisemmaksi ja laajemmaksi, kun ennen pelkkä työhön opastaminen on koettu riittävänä. Työnantaja velvoittavat erilaiset lainsäädökset, joissa vaatimukset liittyvät perehdyttämiseen ja kouluttamiseen. Näitä lainsäädäntöjä ovat erityisesti työsopimuslaki, työturvallisuuslaki ja laki yhteistoiminnasta yrityksissä. Perehdyttäminen luo edellytykset sille, että työntekijä pysyy kunnossa, on tyytyväinen, sairastaa vähemmän ja huolehtii työn tuottavuudesta. Perehdytys voidaan määritellä kattamaan kaikki ne toimet, jotka edistävät työntekijän onnistumista työssään. (Kupias & Peltola 2009, 20.)

Perehdytys käsitteenä sisältää työnopastuksen sekä alku- ja yleisperehdyttämisen (Kupias & Peltola 2009, 18). Perehdytys edesauttaa työntekijän valmiuksia työskennellä työyhteisössä ja työtehtävissään oikein ja turvallisesti. Työnopastukseen kuuluu työntekijän osaamisen varmistus suhteessa työtehtäviin sekä käytössä oleviin koneisiin ja työvälineisiin. (Työturvallisuuskeskus s.a.)

Kupias ja Peltola (2009, 34–38) kuvailevat perehdytyksen viisi eri mallia, joita ovat vierihoidoperehdyttäminen, malliperehdyttäminen, laatuperehdyttäminen,

räätälöity perehdyttäminen ja dialoginen perehdyttäminen. Syvennymme tarkemmin malliperehdyttämisen määritelmään, johon kuuluvat tarpeelliset apuvälineet ja materiaalit, jotka ovat keskitetysti tuotettu organisaation sisäiseen käyttöön. Näitä ovat esimerkiksi tekstimuodossa olevat oppaat ja ohjeet. Malliperehdyttämistä voidaan hyödyntää, kun perehdytystä halutaan yhtenäistää ja tehostaa. Näiden tukena voidaan hyödyntää erilaisia toimintamalleja ja mallisuunnitelmia. Malliperehdyttäminen mahdollistaa sen, että henkilöstöosasto voi ottaa enemmän vastuuta perehdytyksestä ja sen kehittämisestä. Mallinnusta toteutetaan myös työyksikötasolla laatimalla sekä perehdyttäjille että tulokkaille erilaisia oppaita. Tämän etuna on perehdyttäjien työn helpottuminen ja perehdytyksen tasalaatuisuus. Mallinnus myös määrittelee hyvän perehdyttämisen haluttua laatutasoa työyksikössä.

Kupias ja Peltola (2009, 19) kiteyttävät hyvän perehdytyksen käsittävän työn aloitusta helpottavat erilaiset käytännön toimet sekä myös uuden työntekijän osaamisen kehittämisen ja itse opastuksen niin työtehtäviin kuin työympäristöön sekä koko organisaatioon. Myös tulokkaan osaaminen hyödynnetään jo perehdytysprosessin aikana. Hyöty kohdistuu niin työnantajaan, työyhteisöön ja itse tulokkaaseen. Parhaimmillaan perehdytys myös kehittää organisaatiota itse perehtyjän lisäksi.

5 TUETTU ASUMINEN JA TUKIASUMISYKSIKÖT

Tuettua asumista tuottavat eri hyvinvointialueet, yksityiset palveluntuottajat sekä erilaiset järjestöt. Tukiasumista voidaan antaa niille henkilöille, joilla on tarve saada tukea itsenäiseen asumiseen siirtymisessä. Tuettu asuminen tarkoittaa itsenäistä asumista, jonka tukena on sosiaaliohjausta yksikön asiakkailla. Tuettua asumista on saatavilla monelle eri ihmisryhmälle: nuorille, ikäihmisille, kehitysvammaisille sekä mielenterveys- ja päihdekuntoutujille. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2023.) Mielenterveys- ja päihdekuntoutujille on tarjolla erilaisia vaihtoehtoja asumisen tueksi. Asiakkaalle on saatavilla kotiin tarjottavaa tukea, yhteisöllistä asumista sekä ympärivuorokautista palveluasumista. (Pirkanmaan hyvinvointialue s.a.)

Tuettua asumista voidaan tarjota sellaiselle henkilölle, jolla on tarvetta tiiviseen tukeen sekä ohjaukseen arjen hallinnassa, tai joka tarvitsee tukea sosiaaliseen ympäristöön sekä yhteiskuntaan kiinnittymisessä. Tuen tavoitteena on tukea asiakkaan itsenäistä selviytymistä arjessa. Tuetun asumisen palveluun kuuluvat viikoittaiset tukiasumiskäynnit joko asiakkaan omassa kodissa tai tukiasunnossa. (Pirkanmaan hyvinvointialue s.a.)

Yhteisöllisessä asumisessa asiakas saa tukea ja ohjausta arjen sujuvoittamisessa sekä päihteettömyydessä. Asiakas saa suunniteltua sekä tiivistä viikoittaista tai tarvittaessa päivittäistä tukea asiakkaan tarpeidensa mukaan. Asumisjakson tavoitteena on, että asiakas pääsisi siirtymään itsenäisempiin asumismuotoihin. Asumisyksikössä on henkilökuntaa paikalla arkipäivisin sekä lauantaisin, jolloin asiakkaalle on saatavilla matalan kynnyksen tukea ja ohjausta. Asiakkaan tuen tarve selvitetään henkilökohtaisen palvelu- ja kuntoutussuunnitelman avulla. (Pirkanmaan hyvinvointialue s.a.)

Ympäri vuorokautinen palveluasuminen on tarkoitettu sellaisille henkilöille, jotka tarvitsevat ympärivuorokautista hoitoa sekä tukea. Työntekijät työskentelevät kuntouttavalla työotteella asiakkaiden yksilöllisten tarpeiden mukaisesti. Ympäri vuorokautisessa palveluasumisessa asiakkaalle järjestetään ruokailua, vaatehuoltoa sekä siivousta. Palvelu voi olla joko lyhytaikaista tai pitkäaikaista riippuen asiakkaan tuen tarpeesta. Ympäri vuorokautisen palveluasumisen tavoitteena on, että asiakas pääsisi siirtymään kevyempiin asumispalveluihin. (Pirkanmaan hyvinvointialue s.a.)

Asumispalvelut on tarkoitettu henkilöille, joilla on tuen tarvetta asumiseen liittyen. Asumispalveluiden tarve selvitetään asiakkaan yksilölliset tarpeet huomioiden sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten kanssa. Kotiin vietävää tuettua asumista myönnetään henkilöille, joilla on erityinen tarve saada tukea asumisessaan tai itsenäiseen asumiseen siirtymisessä. Kotiin vietä tuki on aina ensisijainen verrattaessa muihin asumispalveluihin. Asumispalvelut ovat maksullisia, mutta asiakasmaksuun on asiakkaalla mahdollisuus hakea vapautusta. Asiakasmaksunvapautus arvioidaan asiakkaan toimeentulon sekä maksukyvyn perusteella. (Pirkanmaan hyvinvointialue s.a.)

Tukiasumisen tavoitteena on kehittää asiakkaan arjessa selviytymisen taitoja sekä tukea kokonaisvaltaisesti asiakasta hänen elämänlaatussa parantamiseksi. Asiakkaan tuen tarve selvitetään kattavasti ja asiakkaan laatimia tavoitteita tuetaan ja seurataan. Asiakasta tavataan säännöllisten kotikäyntien merkeissä. Asiakkaan on mahdollista saada tukea kodinhoidollisissa asioissa, terveydenhoidossa sekä lääkehoidossa. Tukiasumisen ohjaajat auttavat asiakkaita arjen suunnittelussa sekä tarvittaessa kodin ulkopuolisissa asioinneissa. (Mielen Ry s.a.) Ohjaajat tukevat ja auttavat asiakasta hänen tuen tarpeidensa mukaisesti asiakkaan osallisuus huomioiden. Ohjaajan kanssa asiakas voi tutustua esimerkiksi yksikön ulkopuolisiin harrastuksiin, ryhmiin sekä työtoimintoihin. Työntekijät avustavat asiakasta etuusasioiden hakemisessa sekä viranomaisasioiden hoitamisessa. (Aspa s.a.)

Sosiaalihuoltolakiin on säädetty luku tuetusta asumisesta sekä asumispalveluista. ”Sosiaalihuoltolain tarkoituksena on edistää ja ylläpitää hyvinvointia sekä sosiaalista turvallisuutta, vähentää eriarvoisuutta ja edistää osallisuutta, turvata yhdenvertaisin perustein tarpeenmukaiset, riittävät ja laadukkaat sosiaalipalvelut sekä muut hyvinvointia edistävät toimenpiteet, edistää asiakas-keskeisyyttä sekä asiakkaan oikeutta hyvään palveluun ja kohteluun sosiaalishuollossa sekä parantaa yhteystyötä hyvinvointialueen sosiaali- ja terveydenhuollon ja kunnan eri toimialojen sekä muiden toimijoiden välillä.” (Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014/1301, 1. §.) Sosiaalihuoltolaissa säädetään, että ”tuettua asumista järjestetään henkilölle, joka erityisestä syystä tarvitsee hyvinvointialueen apua tai tukea itsenäiseen asumiseen tai itsenäiseen asumiseen siirtymisessä.” (Sosiaalihuoltolaki 21 a §.)

Pirkanmaan hyvinvointialueella asiakas hakeutuu mielenterveys- ja päihdekuntoutujien asumispalveluihin oman sosiaaliaseman tai hoitavan yksikön kautta. Jos asumispalveluita tarvitsevalla henkilöllä on jo asiakkuus voimassa, voi hän olla yhteydessä suoraan omaan työntekijäänsä. Asunnottomaksi jäänyt henkilö voi kiireellisessä tapauksessa ottaa yhteyttä sosiaalipäivystykseen tai hakeutua ensisijaisesti asumispäivystykseen. (Pirkanmaan hyvinvointialue s.a.)

6 PÄIHDERIIPPUUUS

Päihteellä tarkoitetaan päihdehuoltolain (41/1986) mukaan alkoholijuomaa ja muuta päihtymystarkoituksessa käytettyä ainetta, kuten eri huumausaineita ja nikotiinia. Riippuvuus taas voi kehittyä mihin tahansa mielihyvää tuottavaan toimintaan tai aineeseen, jonka käytöstä tai toiminnasta tulee ajan myötä pakonomaista ja haitallista. Päihderiippuvuus, alkoholiriippuvuus, peliriippuvuus ja seksi- tai pornoriippuvuus ovat yleisimpiä riippuvuuksia. (Mehiläinen s.a.)

Suomalaisessa kulttuurissa päihteiden käyttö on vahvasti osa sosiaalista rituaalia. Alkoholien juominen suomalaisten keskuudessa on koettu jo vuosia tilanteena, jossa on sallittua ja odotettua ilmaista ja vastaanottaa tunteita, joiden näyttämiseksi tai osoittamiseksi ei ole ollut tilaa arjessa. Nykyään yleistyneeseen kannabiksen käyttöön liittyy vahvaa samankaltaisuutta. Monissa päihdetutkimuksissa on tunnistettu päihteiden käytön perusteluja. Erityisesti nuorten ja nuorten aikuisten keskuudessa yleisimpiä perusteluja ovat tunteiden säätely, päihteiden käytön hauskuus sekä tylsyyden torjuminen. Sosiaalisten emootioiden näkökulmasta keskeisin altistava tekijä päihderiippuvuudelle on tärkeyden ja merkityksellisyyden puute osana porukkaa, yhteiskuntaa ja koko maailmaa. Mitä vahvempi ulkopuolisuuden ja mihinkään kuulumattomuuden tunne on, sitä suuremmaksi riippuvuuden riski kasvaa. (Maunu 2014.)

Sosiaali- ja terveysministeriön päihde- ja riippuvuusstrategiassa (2021) on määritelty tavoitteeksi vuoteen 2030 asti päihteiden aiheuttamien riskien, haittojen ja ongelmien ehkäisy ja vähentäminen. Päihderiippuvuuden haitat ja ongelmat lisäävät kuormitusta ja eriarvoisuutta yhteiskunnassa. Strategialla pyritään turvaamaan perus- ja ihmisoikeudet, tunnistamaan päihde- ja riippuvuusilmiöiden yhtymäkohdat sekä edistämään yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoisuutta.

6.1 Alkoholiriippuvuus

Alkoholi vaikuttaa keskushermostossa ja solukalvoissa muun muassa erilaisiin ionikanaviin, G-proteiineihin ja lukuisiin eri reseptoreihin. Hermosto pyrkii sopeutumaan alkoholin vaikutuksiin, ja alkoholin käytön ollessa kroonista kehittyvät alkoholin sietokyky eli toleranssi sekä fyysinen ja psyykinen riippuvuus. Ennen kaikkea alkoholiriippuvuudessa on kyse psyykkisestä riippuvuudesta, jonka vaikutuksia ovat esimerkiksi humalluttavan vaikutuksen tuoma mielihyvä. Tämän takia käyttö voi toistua ja lisääntyä. Lisäksi psyykkiselle riippuvuudelle ominaista on kykenemättömyys olla ilman alkoholia eli pakonomainen tarve ja himo. (Kiiänmaa 2015.)

Alkoholin aiheuttamat haitat voivat olla terveydellisiä, sosiaalisia ja taloudellisia. Haitat voivat kohdistua niin itse käyttäjään kuin hänen lähipiiriinsä ja laajemmin koko yhteiskuntaan. Pitkään jatkunut alkoholin käyttö voi johtaa asunnon ja työn menettämiseen. Lisäksi omatoimisuus, kuten päivittäisistä toimista selviytyminen, voi heikentyä. Laitoshoidon joko jatkeeksi tai vaihtoehdoksi on tarjolla asumispalveluita ja päiväkeskuksia, jotka tarjoavat tukea päihteettömään elämäntavan harjoittamiseen ja omatoimisuuden palautumiseen. Asumispalvelut ovat osittain vuokra-asuntoja, mutta kunta rahoittaa osan tukipalveluista. Tavoitteena on, että asiakas vähitellen kuntoutuu kohti itsenäistä ja normaalia asumista. (Aalto ym. 2015, 13.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tekemän Juomatapaustutkimuksen tilastoraportin (2023) mukaan suomalaisten säännöllinen alkoholin käyttö on vähentynyt muutamalla prosentilla, kun tarkastellaan vuoden 2016 tilastoraporttia. Säännöllisellä alkoholin käytöllä tarkoitettiin vähintään kerran viikossa tapahtuvaa käyttöä. Humalakulutuksella taas tarkoitettiin vähintään kuuden annoksen kulutusta kuukausittain ja se oli pysynyt lähes ennallaan 2016 vuoteen verrattuna. Alkoholia eniten käyttivät 55–69-vuotiaat miehet ja vähiten taas 20–34-vuotiaat naiset. Pitkäaikaisen alkoholinkäytön kohtalainen terveystarve on yli neljätolista annosta miehillä ja yli seitsemän annosta naisilla viikossa. Rajan ylitti viisitoista prosenttia miehistä ja yhdeksän prosenttia naisista. Terve Suomi -tutkimukseen osallistui 4587 20–79-vuotiasta suomalaista, joista puolet osallistui Juomatapaustutkimukseen.

6.2 Huume- ja lääkeriippuvuus

Huumeisiin luetaan nikotiini, opiaatit, kannabistuotteet, hallusinogeenit, joukko stimulantteja, kuten amfetamiini, kokaiini ja kofeiini, sekä niin sanotut muuntohuumeet ja huumeina käytetyt lääkkeet, kuten bentsodiatsepiinit ja barbituraatit. Huume- ja lääkeriippuvuuden kriteerejä mitataan ICD-10-tautiluokituksen mukaisesti. Kriteereitä ovat voimakas himo tai pakonomainen halu käyttöön, heikentynyt kyky hallita käyttöä, vieroitusoireet käytön vähentyessä tai loppuessa, sietokyvyn kasvu, käytön muuttuminen elämän keskeiseksi asiaksi sekä käytön jatkuminen haitoista huolimatta. Näistä vähintään kolmen on esiinnyttävä yhtäaikaisesti vähintään kuukauden ajan. Huume- ja lääkeriippuvuudelle altistavia tekijöitä ei tarkalleen tiedetä. Tutkimuksien ja käytännön kokemustiedon pohjalta voidaan kuitenkin osoittaa, millaiset tekijät ja olosuhteet lisäävät riippuvuuden riskiä. Riskitekijöitä voivat olla lapsuuden turvattomuus, huonot sosiaaliset olot, muiden päihteiden varhainen käyttö, jotkut persoonallisuuden piirteet sekä perimä. Geneettiset ja neuropsykologiset seikat voivat ilmeisesti vaikuttaa yksilötasolla riippuvuuden kehittymiseen. (Seppä ym. 2012, 8–9.)

Maunun (2014) mukaan päihderiippuvuus voidaan jakaa fyysiseen riippuvuuteen, psyykkiseen riippuvuuteen ja sosiaaliseen riippuvuuteen. Päihteiden koukuttavuus perustuu puhtaasti fysiologisiin mekanismeihin, joiden riippuvuutta aiheuttava vaikutus vaihtelee aineesta riippuen. Psyykinen riippuvuus perustuu kokemukseen ja aineen tuomaan mielihyvään. Ensisijaista on aineen käytöstä saadut tunteet, eikä itse aine. Fyysinen riippuvuus kulkee sosiaalisten ja psyykkisten asioiden kautta, joita ohjaavat mielikuvat, tunteet ja kokemukset liittyen päihteiden käyttöön.

Terveiden ja hyvinvointilaitoksen päihdetutkimukseen liittyen syksyllä 2022 tehdyn väestötietokyselyn mukaan huumeiden käyttö ja kokeilu yleistyvät yhä enemmässä määrin. 25–34-vuotiaiden ikäryhmästä huumeita on kokeillut jopa lähes puolet, joista miehet ovat enemmistössä. Etenkin kannabiksen käyttö on viisinkertaistunut vuodesta 1992, jolloin väestöosuus kannabista kokeilleista oli kuusi prosenttia. Vuonna 2022 osuus oli kaksikymmentäyhdeksän prosenttia. Kannabis oli kyselyn mukaan yleisin huume, jota käytetään tai on kokeiltu.

Lisäksi kannabismyönteisyys on kovassa nousussa. Tutkimuksen mukaan vastanneista yli puolet olivat kannabiksen ja kaksikymmentäyhdeksän prosenttia kaikkia huumeita koskevan käytön rankaisemista vastaan. Lisäksi enemmistö vastaajista kannattivat laillisuutta kannabiksen lääkekäyttöön sekä hyväksyivät huumeiden käyttöhuoneet.

Rauhoittavien uni- ja kipulääkkeiden käyttöä esiintyi toiseksi eniten ei-lääkinnällisenä tarkoituksena. Osuus tässä oli kahdeksan prosenttia kyselyyn vastanneista ja nousua on nähtävissä jonkin verran vuoteen 2014. Myös muita huumeita on kokeillut yhä useampi, esimerkiksi amfetamiinia kokeilleiden määrä oli seitsemän prosenttia, ekstaasia kuusi prosenttia ja kokaiinia viisi prosenttia väestöstä. Tutkimukseen oli osallistunut 3 857 15–69-vuotiasta. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023.)

7 MIELENTERVEYSHÄIRIÖT

Psykiatrisista häiriöistä voidaan puhua yleisnimikkeellä mielenterveyden häiriöt. Nämä oireyhtymät sisältävät kliinisesti merkitseviä psyykkisiä oireita, joihin liittyy esimerkiksi kärsimystä ja haittaa ja jotka pahimmillaan heikentävät elämänlaatua ja toimintakykyä. Psyykkisiä häiriöitä voidaan luokitella oireiden ja vaikeusasteiden mukaisesti. Häiriöistä puhuttaessa on yleensä kyse useiden tekijöiden summasta. On tärkeä osata tunnistaa, milloin on kyse mielenterveyshäiriöstä ja milloin esimerkiksi hetkellisestä kuormittavasta elämäntilanteesta, joka tuottaa tilapäisesti henkistä pahoinvointia. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023.)

Mielenterveyshäiriöt ovat diagnosoituja sairauksia. Diagnoosin on perustuttava aina lääketieteelliseen tutkimukseen ja arvioon. (Nyyti ry s.a.) Mielenterveyshäiriöihin kuuluvat esimerkiksi persoonallisuushäiriöiden diagnoosit, mielialahäiriöiden diagnoosit, psykoosien diagnoosit, ahdistukseen sekä stressiin ja elimellisiin oireisiin liittyvien häiriöiden diagnoosit. Oireiden tunnistamiseen, arviointiin ja seuraamiseen käytetään yleensä apuna oirekyselyitä. (Mielenterveystalo.fi s.a.)

7.1 Mielen­terveyshäiriöt osana päihdeongelmaa

Mielen­terveys- ja päihdeongelmien yhteisesiintyvyyttä on tutkittu kansainvä­li­sesti. Tutkimukset osoittavat, että nuorista ja aikuisista noin 50–80 prosenttia sairastavat päihderiippuvuuden lisäksi mielen­terveydellisiä oheissairauksia. Euroopassa huumehoitoon hakeutuvilla potilaiden esiintyvyys on 30–90 prosenttia, joilla on samanaikaisia psykiatrisia sairauksia. Esiintyvyyden täsmäl­li­siyttä on vaikea arvioida, koska vaihtelevuutta on laajasti niin ilmiön määritel­mässä ja potilasryhmissä kuin myös tutkimuksen aikajänteessä, otostyy­peissä ja menetelmissä. Voidaan kuitenkin todeta, että mielen­terveyshäiriöiden ja päihdehäiriöiden yhteisesiintyvyys sosiaali- ja terveysalalla on yleinen ilmiö. Miehillä yhteisesiintyvyys on yleisempää ja heille tyypillisiä mielen­terveyshäiriöitä ovat erilaiset persoonallisuushäiriöt päihdeongelman rinnalla. Yleisimmin esiintyviä persoonallisuushäiriöitä ovat epävakaa ja epäso­siaalinen persoonal­lisuushäiriö. Naisille tyypillisiä ovat mieliala- ja ahdistuneisuushäiriöt, joista yleisimmin esiintyy masennusta, ahdistuneisuutta ja unettomuutta. (Holmberg 2016, 14–15.)

7.2 Mielen­terveyden edistäminen

Yksilöllä itsellään on mahdollisuuksia vaikuttaa omaan mielen­terveyteensä edistävästi. Elintavat, riittävä uni, liikunta sekä päihteiden käyttö vaikuttavat mielen­terveyteen sekä mielen hyvinvointiin. Yksilön omien mahdollisuuksien lisäksi on yhteiskunnalla iso merkitys mielen­terveyden edistämisessä sekä yl­lä­pitämisessä. Mielen­terveyttä edistetään vahvistamalla henkistä hyvinvointia, itsetuntoa, selviytymistaitoja ja voimavaroja sekä kehittämällä tukea tarjoavia asumismuotoja sekä ympäristöjä. Vanhemmuuden tukeminen ja mielen­terveyden edistäminen koulu­ympäristöissä sekä työpaikoilla edistävät mielen­terveyttä sekä ennaltaehkäisevät mielen­terveydellisiä häiriöitä. (THL 2018, 1.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisussa (2016), joka käsittelee mielen hyvinvoinnin edistämistä, on koottu erilaisia menetelmiä mielen­terveyden edis­tämisen tukemiseksi. Yhdeksi esimerkiksi on nostettu mielen­terveytalon si­vusto, joka tarjoaa kaikenikäisille henkilöille sekä ammattilaisille informaatiota

ja erilaisia työvälineitä mielenterveyden edistämiseksi sekä mielenterveyshäiriöiden kuntoutumisen tueksi. Esimerkkeihin on nostettu myös mielenterveyden ensiapu- koulutukset, joiden avulla opetellaan vahvistamaan mielenterveyteen liittyviä taitoja sekä arjesta selviytymistä. Mielenterveyden edistämiseksi on laadittu myös itsemurhien ehkäisy- koulutus, joka on ammattilaisille suunnattu ja jonka tavoitteena on lisätä työntekijöiden tietoa itsetuhoisen henkilön kohtaamiseen, puheeksiottoon ja hoitoon liittyen. (THL 2018, 3.)

8 MIELENTERVEYS- JA PÄIHDEKUNTOUTUJAN KUNTOUTUMISEN TUKEMINEN

Kuntoutumisella tavoitellaan asiakkaan itsenäistä selviytymistä elämässä sekä toimintakyvyn paranemista voimavaroalähtöisen työotteen avulla. Tavoitteena on edistää ihmisen hyvinvointia laaja-alaisesti, parantaa osallistumismahdollisuuksia sekä ylläpitää henkilön työkykyä. Yhteiskunnallisesta näkökulmasta katsottuna kuntoutumisella tavoitellaan vaikuttamista väestön toimintakykyihin sekä työkykyihin. Kuntoutumisessa asiakas on pääosassa ja työntekijä on tukemassa asiakkaan kuntoutumista. (Kari ym. 2016, 7.)

Asiakkaan kuntoutuminen perustuu asiakkaan omiin kiinnostuksen kohteisiin, vahvuuksiin sekä tavoitteisiin. Kuntoutumisen tavoitteiden saavuttaminen vaatii asiakkaan oman motivaation kuntoutusprosessinsa edistämiseksi. Asiakas saattaa asettaa kuntoutusprosessiinsa nähden epärealistisia tavoitteita, tällöin työntekijän on hyvä ohjata asiakasta realistisempiin tavoitteisiin kuitenkin niin, ettei tyrmää asiakkaan itse laatimia tavoitteita. Kuntoutumisen tukemisessa on isossa roolissa asiakkaan ja työntekijän välinen vuorovaikutussuhde. Työntekijän on kohdattava asiakas kunnioittavasti ja kohdeltava asiakkaita tasa-arvoisesti. (Kari ym. 2016, 37, 38.)

Karin ym. (2016, 38) kirjassa on avattu kuntoutumisen tukemiseen liittyviä neljää erilaista käsitettä: integraatio, inklusio, normalisaatio sekä valtaistuminen. Integraatiolla tarkoitetaan asiakkaiden kiinnittämistä muiden pariin niin fyysisesti, toiminnallisesti, sosiaalisesti kuin yhteiskunnallisesti. Inklusiolla pyri-

tään ehkäisemään osallisuutta heikentäviä tekijöitä esimerkiksi niin, että oppimisvaikeuksista kärsivän henkilön tuen tarve ei määrittele hänelle paikkaa, missä hän opiskelee. Normalisaatiolla tarkoitetaan asiakkaan oikeutta normaaleihin elinolosuhteisiin sekä elintapoihin. Valtaistumisen käsitteellä tarkoitetaan asiakkaan mahdollisuuksia päättää omista asioistaan sekä mahdollisuutta osallistua yhteiskunnallisella tasolla päätöksentekoon. (Kari ym. 2016, 38.)

Kuntouttava työote on toimintaa, jolla pyritään parantamaan asiakkaan toimintakykyä sekä tukemaan ja kannustamaan asiakasta hyödyntämään omia kykyjensä. Työntekijä auttaa asiakasta, mutta ei tee asiakkaan puolesta asioita joihin asiakas itse kykenee. Työntekijän tehtävänä on tukea asiakkaita ylittämään heidän kohtaamiaan vaikeuksia sekä auttaa asiakkaita löytämään elämästä mielekkyyttä ja tarkoituksellisuutta. Asiakkaan kuntoutuminen on prosessi, jossa asiakas reflektoi omaa elämäänsä sekä etsii voimavaroja itselensä. (Kari ym. 2016, 9.)

Karin ym. (2016, 8) on avannut kirjassaan kuntoutumiseen liittyviä keskeisiä käsitteitä. Keskeiset käsitteet on avattu lyhyesti alla olevassa taulukossa.

Asiakas kuntoutujana	Asiakas on kuntoutumisen pääosassa. Kuntoutuja-termiä tulisi käyttää enemmän kuin kuntoutettavaa.
Terveys	Fyysisen, psyykkisen sekä sosiaalisen hyvinvoinnintila. Terveysteen vaikuttaa elinympäristö sekä asiakkaan omat kokemukset ja asenteet.
Toimintakyky	Toimintakyvyllä tarkoitetaan asiakkaan kykyä selviytyä jokapäiväisestä elämästä. Tämä voidaan jaotella neljään eri kategoriaan: fyysinen, psyykkinen, sosiaalinen ja kognitiivinen toimintakyky.
Haitta	Kuntoutumisessa haitalla tarkoitetaan toiminnallisten kykyjen heikkenemistä, jotka vaikeuttavan asiakkaan selviytymistä arjessa. Haitta-arviointia voidaan tarkastella myös yhteiskunnallisesta näkökulmasta: kuinka paljon asiakkaan osallistumista sekä tasa-arvoisuutta jää toteuttamatta sairauden takia.
Hyvinvointi	Hyvinvoinnin osatekijöitä ovat terveys, elinympäristö sekä asiakkaan toimeentulo. Hyvinvointiin sisältyy myös asiakkaan sosiaaliset suhteet, turvallisuuden tunne ja onnellisuus.
Elämänhallinta	Elämänhallintaa on sisäistä sekä ulkoista. Elämänhallinnalla tarkoitetaan asiakkaan kykyä hallita tunteita, ajatuksia, tekoja, haluja, sosiaalisia suhteita sekä elinoloja.
Voimavaralähtöisyys menettämänä	Voimavaralähtöisyydessä keskitytään asiakkaan vahvuuksiin ja onnistumisiin sekä tuetaan asiakkaan osallistumista. Voimavaralähtöisyydellä vahvistetaan asiakkaan asemaa aktiivisena toimijana.
Syrjäytyminen	Syrjäytyminen on yhteiskunnallisesta näkökulmasta tarkasteltuna huono-osaisuutta. Huono-osaisuuteen liittyy

	työttömyyttä, köyhyyttä, mielenterveysongelmia ja osallisuuden puutetta. Syrjäytymiseen liittyy useiden ongelmien yhtäaikaista kasaantumista.
Osallisuus	Osallisuudella tavoitellaan syrjäytyneisyyden vähentämistä. Osallisuutta tuetaan korostamalla asiakkaan vaikuttamis- ja osallistumismahdollisuuksia.

Taulukko 1. Kuntoutumiseen liittyviä käsitteitä (mukaillen Kari ym. 2006, 8)

8.1 Mielenterveyskuntoutuja

Mielenterveyskuntoutujan kuntoutusprosessissa tulee ottaa huomioon asiakkaan asiantuntijuus omasta elämästään sekä kokemuksistaan. Kuntoutuminen on usein prosessiltaan pitkä sekä vaihteleva. Mielenterveyskuntoutujia tuetaan esimerkiksi kuntoutuskodeissa, asumisyksiköissä, sairaaloissa sekä erilaisissa päivä- ja työtoimintapaikoissa. Mielenterveyskuntoutujia on laajasti eri toimintapaikoissa ja jokaisessa ikäryhmässä. (Kari ym. 2016, 129.)

Työntekijän tehtävänä on tukea mielenterveyskuntoutujia yksilöllisesti heidän tuen tarpeensa huomioiden. Mielenterveyskuntoutujien kuntoutumisprosessissa työntekijän keskeisimpinä tehtävinä on keskustella asiakkaan kanssa hänen voimavaroistaan sekä jaksamisestaan, kohdata asiakas aidosti sekä kuunnella aktiivisesti, asettaa asiakkaan kanssa yhdessä sekä moniammatillisesti tavoitteita, tukea asiakasta tavoitteiden saavuttamisessa, antaa aikaa asiakkaalle sekä toimia johdonmukaisesti, tukea kuntoutumisen etenemisessä sekä joustaa asiakkaan tilanteiden mukaisesti. (Kari ym. 2016, 130.)

Karin ym. (2016, 134–143) kirjassa on kerrottu erilaisista mielenterveyshäiriöistä sekä siitä, mikä työntekijän rooli on erilaisten haasteiden kuntoutumisen tukemisessa. Alla olevaan taulukkoon on nostettu esiin masennuksen, skitsofrenian sekä ahdistuneisuushäiriöiden kuntoutumisen tukemiseen liittyviä teki-
jöitä.

Taulukko 2. Kuntoutumisen tukeminen (mukaillen Kari ym. 2006, 134–143)

Mielenterveyshäiriö:	Kuntoutumisen tukeminen:
Masennus	<ul style="list-style-type: none"> -Masennusoireiden kartoitus -Huolen puheeksiotto -Ohjaus lääkärinarvioon -Keskustelua asiakkaan kanssa sairaudesta ja sen luonteesta sekä yleisyydestä ja hoidosta -Keskustelua kuntoutumisen edistämisestä sekä itsehoidosta -Työntekijä ei syyllistä tai vähättele asiakasta -Työntekijä on myötätuntoinen sekä realistinen -Luodaan asiakkaalle toivoa -Pyritään katkaisemaan vääristyneitä ajatuksia -Kannustusta säännölliseen syömiseen, unirytmiiin sekä liikkumiseen -Ohjausta ja kannustusta arkea tukeviin toimintoihin -Kannustusta sosiaalisten suhteiden ylläpitoon sekä vertaisryhmiin -Kannustusta hoitokontakteihin ja mahdolliseen lääkehoitoon
Skitsofrenia	<ul style="list-style-type: none"> -Lääkityksen säännöllisen käytön seuranta -Keskustelua, kuuntelua ja ohjausta -Tukeminen arjen hallinnassa: kaupassakäynti, asioiden hoito, ruoan valmistaminen, hygieniasta huolehtiminen -Tukeminen säännöllisessä ruokailussa, toimintakyvyssä sekä unirytmissä -Kannustetaan sosiaalisten suhteiden ylläpitoon, vertaisryhmiin ja tukihenkilön hankintaan -Ohjausta kuntoutumisprosessia tukeviin toimintoihin: liikunta, kulttuuritapahtumat, asiakkaan osallisuus. -Tuetaan elämänlaadun parantamisessa

Ahdistuneisuushäiriö	<ul style="list-style-type: none"> -Tuetaan ylimääräisen stressin poistamisessa -Kannustetaan rentoutumiskeinojen opetteluun sekä liikkumiseen -Tuetaan harrastusten ylläpitämisessä -Keskustelua asiakkaan kanssa ahdistushäiriöiden yleisyydestä sekä sairauden luonteesta -Keskustelua itsehoidollisista menetelmistä -Luodaan luottamuksellinen suhde asiakkaan kanssa – lisätään turvan tunnetta -Kannustetaan alkoholi- ja kofeiinipitoisten juomien välttämässä -Tuetaan säännöllisessä unirytmisissä
-----------------------------	--

8.2 Päihdekuntoutuja

Päihdekuntoutuja on henkilö, jolla on todettu päihderiippuvuus. Päihderiippuvaisella päihteiden käytöstä on tullut elämää hallitseva tekijä, jolloin arjen hallintaa ja oma arvomaailma jäävät toissijaisiksi. Suomessa hoitoon hakeutuvalla henkilöllä on ensisijaisena päihteenä alkoholi, amfetamiini tai buprenorfiini. Päihderiippuvaiselle tyypillisiä tunnusmerkkejä ovat voimakkaat mielihalut sekä pakonomainen toiminta, heikentyneet kyvyt kontrolloida omaa käyttäytymistä, epämuikavuus toiminnan loppumisen myötä (esim. hikoileminen, hermostuneisuus, ärtyneisyys), toiminnan pakonomainen jatkaminen ongelmista huolimatta sekä elämän keskittyminen vain riippuvuuden ympärille. (Kari ym. 2016, 146,147.)

Päihderiippuvaisen kuntoutumisessa on olennaista ottaa asiakkaan kanssa päihderiippuvuus puheeksi ja käydä laaja-alaista keskustelua sairauden luonteesta. Kuntoutumisessa keskitytään arjen sujuvoittamiseen sekä yksilö- ja ryhmätyöskentelyyn. Yksilö- ja ryhmäkeskustelut käynnistetään asiakkaan akuuttivaiheen päättyessä eli asiakkaan katkaisuhoidon jälkeen. Asiakasta kannustetaan osallistumaan myös kuntoutusta tukeviin toiminnallisiin ryhmiin, esimerkiksi ruoanlaittoon, maalaukseen ja liikuntaan liittyviin ryhmätoimintoihin. (Kari ym. 2016, 152.)

Päihdekuntoutujan kuntoutumisprosessin tukemisessa työntekijän on tärkeää muistaa kuntouttava työote työskentelyssään. Kuntoutumisessa painotetaan asiakkaan osallisuutta eikä asiakkaan puolesta tehdä asioita. Päihdekuntoutujan vahvuuksiin, kykyihin, taitoihin ja mielenkiinnon kohteisiin kiinnitetään huomioita sekä tuetaan asiakasta luottamaan omiin kykyihinsä. Työntekijä auttaa asiakasta tunnistamaan sekä hyödyntämään asiakkaan omia voimavaroja. Asiakasta opastetaan ja tuetaan elämään liittyvien päätöksien teossa sekä tuetaan omatoimisuudessa ja sosiaalisten suhteiden ylläpitämisessä. Työntekijä avustaa asiakasta viranomaisasioiden hoitamisessa ja erilaisten tukihakemusten tekemisessä. Työntekijän on tärkeä myös havaita, jos asiakas on hoi-
toon ohjauksen tarpeessa. Hyvän luottamuksen rakentuminen asiakassuh-
teelle on iso osa kuntoutumisprosessia – vahva luottamus auttaa avoimen
keskusteluyhteyden luomisessa. (Kari ym. 2016, 153,154.)

9 ASUNNOTTOMUUS JA ASUMISSOSIAALINEN TYÖ

Asunnottomat ovat hyvin haavoittuvainen ryhmä, jolla näyttäytyy paljon so-
maattisia sekä psykiatrisia pitkäaikaissairauksia. Päihdeongelmat ovat vallit-
seva problematiikka asunnottomien keskuudessa. Asunnottomilla on yleisesti
ottaen heikentynyt pystyvyys pitää huolta omasta terveydestään sekä turvalli-
suudestaan. Asunnottoman henkilön tukiverkosto on usein pieni, eikä asun-
nottomalla henkilöllä ole tällöin välttämättä paikkaa missä majoittua. Asunnot-
tomuuteen liittyy myös merkittävän suuri kuolleisuus – yli viisinkertainen ver-
rattuna muihin samanikäisiin suomalaisiin. (Stenius-Ayoade ym. 2018.)

Asunnottomalla tarkoitetaan sellaista henkilöä, jolla ei ole omaa vuokra- tai
omistusasuntoa. Asunnottomuus luokitellaan pitkäaikaisasunnottomuudeksi,
kun asunnottomuus on kestänyt vähintään vuoden tai jos asiakas on ollut tois-
tuvasti asunnoton kolmen viime vuoden aikana. Sopivien tukipalvelujen puut-
tuminen sekä asiakkaan erilaiset problematiikat usein pitkittävät asunnotto-
muutta. (Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus 2023, 4.) Asunnottomuus on
yhteiskunnallinen ongelma ja se koskettaa eri kohderyhmiä. Yleisimpiä haas-
teita asumisessa ovat toimeentuloon sekä talouteen liittyvät ongelmat - nämä
tekijät usein johtavat esimerkiksi vuokra-asunnon menettämiseen ja tämän
myötä asunnottomuuteen. (Hokkanen 2019.)

ARA:N (2023) julkaisemassa asunnottomuuden selvityksessä kerrotaan, että Suomessa oli vuoden 2022 marraskuussa 3 686 asunnotonta. Pitkäaikaisasunnottomia tutkimuksen mukaan oli 1 133. (Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus 2023, 2.) Asunnottomuus on kuitenkin vähentynyt Suomessa tasaiseen tahtiin 1980-luvulta lähtien. Suomessa asunnottomia oli 1980-luvulla lähes 20 000. Nuoria, alle 25-vuotiaita, oli vuoden 2022 lopulla 915, naisia 910, maahanmuuttajia 621 sekä 155 perhettä ja pariskuntaa, joista 169 oli lapsia. (Vva Ry 2023.)

ARA:N (2023) julkaisemassa selvityksessä on kerrottu suurten kaupunkien toimenpiteitä ja arvioita asunnottomuuden kehityksestä. Selvityksen mukaan Tampereen lyhytaikainen asunnottomuus on kasvanut, mutta pitkäaikaisasunnottomuutta on saatu tuloksellisesti karsittua vuoden 2022 aikana. Tampereella on vuonna 2022 keskitetty voimavaroja pitkäaikaisasunnottomien asiakkaiden suunnitelmalliseen asuttamistyöhön ja palkkasuhdetta vahvistavaan työhön. Selvityksen mukaan Tampereella asunnottomuustilannetta vaikeuttaa psykiatristen palveluiden äärimmäisen huonotilanne palveluiden ruuhkautumisen takia. Aikuissosiaalityössä asiakasmäärät ovat korkeat, jotka taas heikentävät yksilöllisten ratkaisujen havainnoimista sekä oikea-aikaisten tukitoimien toteuttamista. (Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus 2023, 14, 15.)

Suomen hallitus on kirjannut keväällä 2019 ohjelmaansa asunnottomuuden puolittamisen- tavoitteen vuoteen 2023 mennessä, sekä asunnottomuuden poistamisen vuoteen 2027 mennessä. Hallitus on suunnitellut lisäävänsä asuntorakentamista kasvusuuntaisissa kaupungeissa sekä tukevansa ARA-asuntotuotantoa. Alueille, joiden väestön kasvu on vähenemässä annetaan tukea purkuavustuksille. Hallitus on suunnitellut myös edistävänsä opiskelijoiden, ikääntyneiden, kehitysvammaisten sekä mielenterveys- ja päihdekuntoutujien asumistilannetta. Asumisneuvonnasta on tarkoitus tehdä lakisääteistä. Helsingin kaupunki on asettanut tavoitteekseen poistaa asunnottomuus vuoteen 2025 mennessä. (Vva Ry 2023.)

Busch-Geertseman (2010) julkaisemassa tutkimuksessa on tarkasteltu EU:n asunnottomuuden määrittelyä sekä asunnottomuuden ja asumisen syrjäytymisen eurooppalaista typologiaa (ETHOS). ETHOS- luokittelu tarkoittaa kolmeen osa-alueeseen jakautuvaa ”kodin” luokittelua. Näihin kuuluvat tilallinen, sosiaalinen sekä laillinen osa-alue. Tilallisella osa-alueella tarkoitetaan asuntoa, joka on ihmisen omistuksessa yksinoikeudella. Sosiaalisella osa-alueella tarkoitetaan henkilön mahdollisuuksia yksityisyyteen sekä sosiaalisten verkostojen ylläpitoon. Laillisilla osa-alueilla taas tarkoitetaan asumiseen liittyviä laillisia lähtökohtia. Euroopan asunnottomuuteen liittyen on mainittu neljä laajaa kategoriala, jotka liittyvät ETHOS- luokitteluun: katusunnottomuus, asunnottomuus, epävarmat asumistilanteet sekä asuminen huonossa tai riittämättömässä asunnossa. Asunnottomuuden sekä asumissyrtymisen syiksi on nostettu mm. syrjäytyminen sosiaalisista, fyysisistä sekä laillisista ja yhteiskunnallisista verkostoista. Asunnottomuus on Euroopan alueella yhteiskunnallinen ongelma - asunnottomuuden ehkäisemiseksi edellytetään käsitystä siitä, mitkä ovat asunnottomuuden juurisyitä. (Busch-Geertseman 2010.)

EU:n toimielimet, maiden hallitukset sekä yhteiskunta ovat sitoutuneet tekemään yhteistyötä asunnottomuuden torjumiseksi Euroopassa. He ovat sitoutuneet käsittelemään ja seuraamaan asunnottomuutta sekä edistämään tiedonkeruuta suhteessa asunnottomuuteen ja sen ehkäisyyn. Parempien tiedonkeruujärjestelmien kehittäminen on yksi Euroopan asunnottomuusohjelman tavoitteista. Paremman tiedonkeruujärjestelmän olisi tarkoitus edistää Euroopan laajuista asunnottomuuden seuranta ja kerätä tietoja asunnottomuudesta, jotta asunnottomuuteen johtavia syitä ja tekijöitä ymmärrettäisiin tulevaisuudessa vielä paremmin. (Develtere 2022.)

Asumissosiaalinen työ on työtä, jota tehdään asunnottomien, asunnottomuutta kokeneiden ja asunnottomuusuhan alla olevien henkilöiden parissa. Asumissosiaalisella työllä pyritään vaikuttamaan asumista vaarantaviin erinäisiin ongelmiin. Työn tavoitteena on turvata asuminen sekä ennaltaehkäistä asunnottomuutta. Työ toteutuu asiakkaan ja ammattilaisen välisenä vuorovaikutus-

työnä niin yksilö-, ryhmä- kuin yhteisötasolla. Asumissosiaalisessa työssä keskitytään myös rakenteellisiin asumisen ja palvelujärjestelmien ongelmiin moniammatillisella työotteella. (Hokkanen 2019.)

Asumissosiaalisen työn käytännön työhön kuuluvat asumisen turvaaminen toimeentulotuen kautta, asumisneuvonta, jos asiakkaalle on kertynyt vuokravelkaa tai asumishäiriöitä, ulosmittauksen määrän helpottaminen tai muuttopäivän lykkääminen, talous- ja velkaneuvonta sekä velkajärjestelyt, arjen asioihin kohdistuva vuorovaikutuksellinen työskentely sekä muita erilaisia toimintoja asiakkaan tarpeiden ja tilanteen mukaisesti. Asumissosiaalisen työn toiminnan lähtökohtia ovat asiakkaan asumistilanteen huonontumisen ehkäisy sekä haittojen vähentäminen yksilöllisesti huomioituna. (Hokkanen 2019.)

Asumissosiaalista työskentelyä ohjaa Asunto ensin- periaate. Periaatteen pohjana on ihmisen perusoikeus omaan asuntoon. Ensisijaisesti turvataan asiakkaan asumistilanne, jonka jälkeen keskitytään muihin palveluihin. Suomessa on Asunto ensin- periaatteen kautta keskitytty vuokrasuhteiseen asumiseen lyhytaikaisten majoitusratkaisujen sijasta. Nämä tarkoittavat päihteet sallivia sekä päihteettömiä tukiasumisyksiköitä. Oma asunto tukee asiakkaan kuntoutusprosessia, joka mahdollistaa ongelmien ratkaisuun keskittymistä sekä yhteiskunnan jäseneksi integroitumista. (Hokkanen 2019.)

10 KOKEMUSASIAINTUNTIJUUS OSANA ASIAKASOSALLISUUTTA

Asiakasosallisuus jaetaan kahteen eri osa-alueeseen: asiakkaan osallistumiseen sekä osallisuuteen. Asiakkaan osallisuus esimerkiksi asiakkaalle kohdennettujen palvelujen suunnittelussa sekä kehittämisessä edistää asiakkaan kokemusta omasta osallisuudestaan. Asiakasosallisuuteen liittyvät vahvasti voimaantuminen, yhdessä tekeminen sekä vaikuttamismahdollisuudet. Osallisuus onkin asiakkaan osallistumista päätöksentekoon sekä häneen kohdistuvaan palveluprosessiin. Asiakkaiden mahdollisuus osallistua häneen kohdennettujen palveluiden kehittämiseen vahvistaa asiakkaan osallisuuden tunnetta. (Leemann ym. 2016, 587,588.)

Asiakkaan osallistuminen nähdäänkin vastavuoroisena prosessina, joka on yhteistä neuvottelua. Vastavuoroisen prosessin lähtökohtina ovat hyvät vuorovaikutustaidot, terapeutinen ja voimavaralähtöinen työote sekä asiakkaan vaikuttamismahdollisuudet. Asiakkaan osallisuuden kokemuksen vahvistamisessa tarvitaan yhteistä päätöksentekoa, valinnan mahdollisuuksia sekä asiakkaiden mielipiteiden arvostamista. (Laitila 2010, 8, 9.)

Mielenterveys- ja päihdetyön työkentällä osallisuus nähdään merkittävänä osana toipumisorientaatiolähtöistä lähestymistapaa. Asiakkaiden osallisuutta on edistetty muun muassa kokemusasiantuntijatoiminnan avulla. Saarisen ym. (2021) mukaan mielenterveys- ja päihdetyössä asiakkaat eivät vielä ole kokeneet, että heidän osallisuuttaan huomioitaisiin tarpeeksi. (Saarinen ym. 2021.)

Mielenterveys- ja päihdetyön osallisuutta on lähdetty edistämään kokemusasiantuntijatoiminnan kautta. Kokemusasiantuntija on sellainen henkilö, joka on suorittanut kokemusasiantuntijakoulutuksen ja jolla on omakohtaisia kokemuksia sairauksista, kriiseistä tai tietynlaisesta elämäntilanteesta esimerkiksi kuntoutujana tai sairastavan läheisenä. Kokemusasiantuntijalla on omien kokemusten kautta tietoa ja osaamista siitä, mikä on häntä mahdollisesti tukenut ja minkälaiset tekijät ja palvelut ovat vaikuttaneet toipumisen edistämiseksi. Kokemusasiantuntijan omakohtaisia kokemuksia hyödynnetään laajasti erilaisissa palvelujärjestelmissä sekä palveluiden kehittämisessä. (Ilomäki ym. 2018, 47.)

Kivistö ym. (2021) ovat tutkineet kokemusasiantuntijatoiminnan merkityksiä mielenterveys- ja päihdetyössä ammattilaisten näkökulmasta. Kokemusasiantuntijuudella on huomattu olevan positiivisia vaikutuksia asiakkaille sekä palveluiden toimivuudelle ja kehittämiselle. Kokemusasiantuntijatoimintaa pidetään voimavaralähtöisenä sekä toipumista edistävänä toimintana. Toiminnan keskiössä nähdäänkin olevan näkökulma siitä, että henkilön oman kuntoutumisprosessin käynnistymisen jälkeen henkilö kykenee auttamaan toisia henkilöitä kuntoutumisessa. Kokemusasiantuntija nähdään toivoa herättävänä esimerkkinä kuntoutumisen mahdollisuuksista. (Kivistö ym. 2021, 2, 7.) Kokemusasiantuntijatoiminnalla nähdään olevan vaikutusta niin taloudellisella kuin

yhteiskunnallisella tasolla. Toiminnan koetaan edistävän toipumisen jälkeistä työelämään siirtymistä sekä ennaltaehkäisevän syrjäytymistä. (Hietala ym. s.a.)

Kokemusasiantuntijat nähdäänkin asiakkaan osallisuuden edistäjänä päihde- ja mielenterveystyön työympäristöissä. Kokemusasiantuntijat toimivat asiakkaan kokemusmaailman tunnustajina sekä auttavat läsnäolollaan asiakkaita asiakkaan sekä työntekijän välisissä keskusteluissa avautumaan kokemuksistaan sekä tunnetiloistaan. Kokemusasiantuntijat tuovat esiin osallisuuden mahdollisuuksia omalla esikuvallaan, mikä vahvistaa asiakkaan uskoa omaan kuntoutumisprosessiinsa. Osallisuutta kokemusasiantuntijat edistävät myös ammattilaisten sekä asiakkaiden välisissä keskusteluissa – kokemusasiantuntijan omat kokemukset voivat auttaa työntekijää ymmärtämään helpommin asiakkaan haasteita. Onnistunut osallisuuden kokemus tarvitsee aina eri toimijoiden välille vahvaa luottamusta, vuorovaikuttamista sekä avointa keskustelua ja kuulluksi tuleamista. (Palukka ym. 2019, 25.)

11 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ

Toiminnallinen opinnäytetyö on tutkimuksellinen kehittämistapa sekä yksi käytetyistä opinnäytetyypeistä ammattikorkeakouluissa. Toiminnallisen opinnäytetyön keskiössä on kehittämisen avulla luoto ammatillinen tuotos, joka palvelee toimeksiantajan kohderyhmää tai kehittämisen kohteena olevan toimintaympäristön tapoja sekä käytäntöjä. Työn kohderyhmänä voivat olla esimerkiksi toimeksiantajan asiakkaat, henkilökunta tai molemmat. Toiminnallisen opinnäytetyön myötä tehty tuotos voi olla esimerkiksi perehdytysopas tai jokin muu konkreettinen asia, tai opiskelija voi suunnitella jonkinlaisen tapahtuman. Toiminnallista opinnäytetyötä tehdessä näytetään oma ammatillinen asiantuntijuus kehittävällä sekä tutkimuksellisella otteella tehdyllä tuotoksella sekä raportilla. Raportissa kuvataan perustellusti tuotoksessa näkyviä lähtökohtia sekä valintoja. Perustelut tuotoksen valintoihin sekä ratkaisuihin kootaan ammatillisesta lähdekirjallisuudesta sekä erilaisista tutkimuksista. Perusteluita vahvistetaan myös aineistolla, jota opiskelija on kerännyt toimeksiantajan kanssa sovituilla tavoilla, esimerkiksi teemahaastatteluilla. (Kostamo ym. 2022, 10–12.)

Toiminnallisen opinnäytetyön eli kehittämistyön alkuun määritellään työlle tavoitteet, suunnitellaan työlle toteutustapa, päätetään kehittämistyön menetelmät sekä pohditaan, miten toiminnallisen opinnäytetyön myötä syntynyttä tuotosta tullaan arvioimaan. Seuraavaksi etsitään ammatillisia tietoperustan lähteitä eli työn keskeisiä käsitteitä sekä aiemmin tutkittua tietoa aiheeseen liittyen. Kehittämistyö laaditaan yhdessä toimeksiantajan eli työelämäkumppanin kanssa. Kehittämistyö syntyy aina tiettyyn tarpeeseen liittyen, jossa on havaittu kehittämisen tarvetta. Toiminnallinen opinnäytetyö on opinnäytetyön laajien sekä toimeksiantajan aktiivisuuteen perustuvaa kehittämistyötä. (Kostamo ym. 2022, 15,16.)

Kehittämistyön kokonaisuudesta sekä toteutuksesta sovitaan yhdessä työelämäkumppanin kanssa. Sovittavia asioita ovat opinnäytetyön aihe, tuotoksen luonne, aikataulu sekä mahdolliset aineistot, joita voidaan koota asiakkailta sekä henkilökunnalta. Toimeksiantajan kanssa sovitaan henkilötietojen käsittelystä, kustannuksista, yritykseen liittyvien aineistojen käyttöoikeuksista sekä opinnäytetyön tuloksien käyttö- ja omistusoikeuksista. Kehittämistyössä painotetaan yhdessä tekemistä, vaikka opinnäytetyö onkin opiskelijan osaamisen näyttämistä osana tutkintoa. Toimeksiantajan kanssa tehtävä yhteistyö on heti työn suunnitteluvaiheessa tärkeää, koska tuotosta varten on usein saatavissa sellaisia aineistoja, jotka on mahdollista saada vain toimeksiantajalta. (Kostamo ym. 2022, 30–32.)

Toiminnallisen opinnäytetyön aineistojen keruussa suositellaan yhdistämään fakthanäkökulmaan sekä tulkinnalliseen näkökulmaan liittyviä tietoperustoja. Fakthanäkökulmaan kuuluvia aineistoja ovat erilaiset asiakirjat, tilastot, dokumentit sekä aihetta koskevat aiemmat tutkimustiedot. Nämä ovat aineistoja, jotka kertovat tosiasioita kehittämistyön toimintaympäristöstä, kohderyhmästä sekä opinnäytetyön aiheesta. Tulkinnallisessa näkökulmassa aineistot ovat niitä, jotka opiskelija kokoaa itse tuotokseensa. Näitä aineistoja ovat erilaiset haastattelut, havainnointiin liittyvät aineistot sekä mahdolliset ryhmäkeskustelut. (Kostamo ym. 2022, 46, 47.)

Toiminnallisella opinnäytetyöllä osoitetaan työn aihealueen merkitys toimeksiantajalle omalla asiantuntijuudella. Laaditussa tuotoksessa sekä raportissa opiskelija näyttää, että hallitsee kehittämistyössä käytetyt menetelmät, kehittämisprosessin sekä ammattitutkimuseettisen otteen. Raportissa opiskelija osaa hyödyntää lähteitä kriittisesti ja kykenee muodostamaan hankitusta aineistosta tuloksia tuotoksessa ilmenevien ratkaisujen tueksi. Toiminnallisen opinnäytetyön tekijänä tuot esiin oman asiantuntijuutesi sekä opintojesi aikana kerryttämiäsi tiedon osaksi kehittämistyötä. (Kostamo ym. 2022, 17.)

12 TEEMAHAASTATELUN AINEISTONKERUUMENETELMÄNÄ

Teemahaastattelua kutsutaan puolistrukturoiduksi haastattelumenetelmäksi. Teema-alueet ja aihepiirit ovat samat kaikille, ja tämä on huomioonotettava asia teemahaastattelujen toteutuksessa. Haastattelun luonteesta puuttuu kysymysten tarkkuus niin muotoilussa kuin järjestyksessä, joka on ominaista jollakin strukturoidussa lomakehaastatteluissa. Toisaalta se ei myöskään noudata täysin vapaata syvähaastattelun mallia. Teemahaastattelu ei sido haastattelua kvalitatiiviseen tai kvantitatiiviseen tutkimukseen tai haastattelukertojen määrään. Oleellisin asia on, että haastattelu etenee tiettyjen keskeisten teemojen varassa yksityiskohtaisten kysymysten sijaan. Tämä tuo enemmän haastateltujen ääntä kuuluviin. Yksilön kaikkia uskomuksia, tunteita, ajatuksia ja kokemuksia voidaan tutkia tällä menetelmällä. Näin korostuu haastateltavan oma määritelmä tilanteista. (Hirsjärvi & Hurme 2022, luku 4.2.3.)

Teemahaastattelu ei etene tarkkojen tai yksityiskohtaisen valmiiksi mietittyjen kysymysten kautta, vaan vapaammin kohdentuen suunniteltuihin teemoihin. Haastattelussa edetään joustavasti ilman tiukkoja raameja ja haastattelijan on myös mahdollista kysyä tarkentavia kysymyksiä haastattelun aikana. Teemahaastattelussa tavoitteena on huomioida ihmisen erilaisia tulkintoja sekä antaa tilaa vapaalle puheelle. Ennalta päätetyt teemat tullaan kuitenkin jokaisen haastateltavan kanssa keskustelemaan lävitse. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Haastattelu on keskustelunomainen tilanne, jossa käsitellään etukäteen suunniteltuja teemoja. Teemojen läpikäymisen järjestys on vapaamuotoinen, ja osa

haastateltavista saattaa keskustella pidempään toisesta teemasta, kun joku toinen haastateltava. Haastattelijalla on haastattelutilanteessa mahdollisimman niukka sanaiset muistiinpanot käsiteltävistä teema-alueista, jotta haastateltavalla on mahdollisuus keskittyä keskusteluun eikä kysymysten lukemiseen. Teemoista sekä alateemoista keskustellaan vapaasti apukysymyksiä hyödyntäen. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

13 TEEMAAHAASTATTELUT OSANA PEREHDYTYSOPPAAN TOTEUTUSTA

Teemahaastatteluiden kohderyhmänä olivat mielenterveys- ja päihdekuntoutajat Alfabuntoutus Hervannan tukiasumisyksikössä. Teemahaastatteluiden toteutus valikoitui meille aineistonkeruumenetelmäksi, koska halusimme vapaamuotoisesti haastatella tukiasumisyksikön asiakkaita ja selvittää heidän kokemuksiaan sekä tuen tarpeitaan.

Teemahaastatteluista saatuja tuloksia hyödynnetään perehdytysoppaan toteutuksessa. Perehdytysoppaaseen nostetaan esiin muun muassa asiakkailta nousseita tuen tarpeita sekä merkityksellisimpiä tukimuotoja ja näiden avulla perehdytysoppaaseen saadaan kehittävässä näkökulmassa asiakkaiden hyväksi tai huonoksi koettuja kokemuksia. Teemahaastatteluilla haluttiin lisätä asiakkaiden osallisuutta sekä mahdollisuutta vaikuttaa tukiasumiskäyntien kehittämiseen ja perehdytysoppaan toteutukseen.

13.1 Suunnitteluvaihe

Teemahaastatteluiden kautta haluttiin tarkastella, minkälainen merkitys asiakkaalle on omaohjaajan tarjoamista viikoittaisista tukiasumiskäynneistä. Lisäksi halusimme selvittää, mitä asiakkaat mahdollisesti haluavat tukiasumiskäynneiltä ja ovatko he kokeneet saaneensa riittävää tukea kuntoutusprosessiinsa nähden. Perehdytysopas rakennetaan tukiasumiskäyntien tueksi, ja on tärkeää tuoda oppaaseen myös asiakkaan näkökulmia siitä, millaisista tukimuodoista asiakkaat itse kokevat hyötyvänsä ja miten he ovat kokeneet tukiasumiskäynnit osana asiakkuutta. Tämä auttaa tuomaan perehdytysoppaaseen

asiakkaiden tarpeisiin vastaavia työmenetelmiä. Toinen aihe, jota haastattelujen avulla haluttiin selvittää, ovat tuen tarpeiden eroavaisuudet erilaisiin asiakkaiden haasteisiin liittyen. Onko ylipäättään haasteiden ja problematiikkojen välillä eroja, ja jos on niin millaisia ne ovat ja miten ne ilmenevät. Näin saadaan korostettua asiakkaan yksilöllisyyttä sekä lisättyä monipuolisuutta perhedytysoppaan sisältöön.

Haastateltavien määrää pohdittiin ensin kunnianhimoisesti lähinnä ajatellen, mitä enemmän haastateltavia, sitä enemmän tietoa ja monipuolisuutta. Lopulta ymmärtäen realiteetit työmäärän ja aikataulun suhteen, päädyimme haastattelemaan viittä asiakasta. Tavoitteena oli haastatella mahdollisimman montaa erilaista taustaa omaavaa asiakasta. Vahvuutena toimi Niinan työkokemus asiakkaiden kanssa ja sitä myötä asiakkaiden tuntemus ennestään, jonka takia hän osasi etukäteen valikoida mahdollisesti sopivia asiakkaita haastatteluihin.

Alkuperäinen suunnitelma oli haastatella Alfakuntoutus Pispalan tukiasumisyksikön asiakkaita, koska Niina Niemen työpaikka ja työsuhde oli aiemmin painottunut Pispalan yksikköön. Niemen kesäajan työvuorot olivat kuitenkin pääosin Alfakuntoutus Hervannan tukiasumisyksikössä, ja tämä tuli meille tietoon vasta suunnitelmavaiheen jälkeen. Opinnäytetyön aikataulu oli suunniteltu haastatteluiden osalta kesäajalle. Tämän vuoksi suunnitelmaa jouduttiin muuttamaan ja prosessin helpottamiseksi päädyttiin haastattelemaan Hervannan yksikön asiakkaita toimeksiantajan suostumuksella.

13.2 Teema-alueet

Teemahaastattelun teema-alueita rakentui kaksi. Ensimmäisen teema-alueen pääkäsitteenä oli asiakkaan problematiikka ja lähtökohdat. Syventävinä aiheina olivat asiakkaan lähtökohta, kun on muuttanut tukiasumiseen, kauanko asunut tukiasumisyksikössä, haasteet ja problematiikka sekä sosiaaliset verkostot ja tukiverkostot. Toisen teema-alueen pääkäsitteeksi muodostui tukiasumiskäynnit. Syventävinä aiheina olivat tuen tarve, luottamus omaohjaajaan, työntekijöiden vaihtuvuus, ohjaajan ammattitaito, minkälaisesta tuesta asiakas hyötyy eniten, että hyöty on mahdollisimman pitkäkestoista, tavoitteet

tukiasumiselle ja niihin pääseminen, tuen oikea-aikaisuus sekä virikeryhmiin osallistuminen. Näiden kysymysten avulla saataisiin kattava kokonaiskuva asiakkaan tilanteesta, joka auttaa selvittämään yksilöllisiä haasteita ja kuormittavia tekijöitä. Tärkeiden sekä olennaisten tietojen kerääminen ja aineiston purkaminen on helpompaa, kun asiakkaasta ja hänen asiakkuudestaan on saatu mahdollisimman laaja käsitys.

Suostumuslomakkeessa kerrottiin, että haastatteluun suostumalla asiakas antaa meille oikeuden käyttää haastatteluaineistoa ja luvan nauhoittaa haastattelutilanteet. Saatekirjeessä otettiin huomioon salassapidolliset asiat, painotettiin haastattelujen anonymiteettia sekä tuotiin tiivistetysti esiin mihin tarkoitukseen haastattelumateriaalia tullaan käyttämään. Lisäksi mainittiin, mitä keräämällemme materiaalille sekä nauhoitukselle tapahtuu.

13.3 Toteutus ja eteneminen

Teemahaastattelut toteutettiin Alfabuntoutus Hervannan tukiasumisyksikössä. Haastatteluista varten Niina pyysi Alfabuntoutus Hervannan tukiasumisyksikön tiloissa asiakkaan kahden kesken keskustelemaan, ja asiakkaalle kerrottiin, mitä opinnäytetyössä tullaan käsittelemään ja minkälainen merkitys asiakkaiden teemahaastatteluilla työhön nähden on. Asiakkaiden kanssa keskusteltiin heidän kiinnostuksestaan osallistua haastatteluihin ja jokainen haastatteluun kysytty asiakas halusi mielellään teemahaastatteluun osallistua. Asiakkaat saivat luettavakseen saatekirjeen sekä allekirjoitettavakseen suostumuslomakkeen. Asiakkaiden kanssa sovittiin haastatteluille noin tunnin aika. Kaikki viisi sovittua haastattelua päästiin toteuttamaan kahden viikon aikana. Kaksi haastattelua peruuntui asiakkaista johtuvista syistä, mutta peruuntuneille ajoille saatiin kuitenkin sovittua uudet haastatteluajat.

Haastattelut pidettiin rauhallisessa toimistohuoneessa, jossa asiakas sekä haastattelija pääsivät käymään läpi teemahaastattelua varten laadittuja teema-alueita. Haastattelut nauhoitettiin nauhurilla, jonka olimme hankkineet omakustanteisesti etukäteen. Nauhuri asetettiin haastateltavan sekä haastattelijan väliin, että keskustelu tallentuisi mahdollisimman selvästi nauhurille. Asiakkaat olivat tietoisia haastattelujen nauhoituksesta, ja he olivat tätä varten

allekirjoittaneet suostumuslomakkeen. Kaikille haastateltaville sopi, että haastattelut nauhoitetaan.

Haastattelun alkuun asiakkaille alustettiin minkälaisia teema-alueita tullaan käsittelemään. Asiakkaalle painotettiin, että teemahaastattelu on vapaamuotoinen, eikä rajattuja kysymyksiä ole haastattelupohjaan mietitty vaan keskustelu etenee teema-alueiden mukaisesti. Haastattelujen jälkeen nauhoitus lopetettiin ja asiakkaita kiitettiin osallistumisesta. Asiakkaille kerrottiin, että haastattelujen kautta saatu tieto asiakkaiden kokemuksista on ensiarvoisen tärkeää ja haastatteluista saatua aineistoa tullaan hyödyntämään tulevassa perehdytysoppaassa.

Haastattelujen kestot vaihtelivat puolesta tunnista tuntiin. Pisin haastattelu kesti hieman yli tunnin ja lyhin haastattelu oli kestoaltaan noin 20 minuuttia.

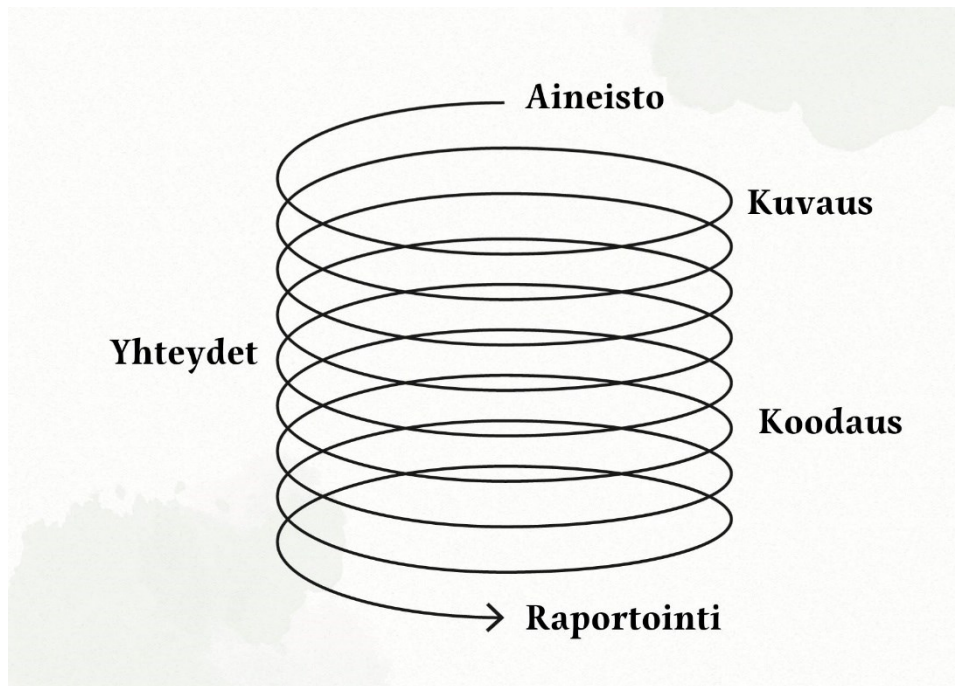
13.4 Aineiston litterointi ja analysointi

Ennen analysointia aineisto litteroitiin. Litteroinnilla tarkoitetaan äänitiedoston puhtaaksi kirjoittamista. Litteroinnin tarkkuuden määrittelee tutkimustehtävä ja tutkimusote. (Hirsjärvi & Hurme 2022, luku 7.2.1.) Esimerkiksi haastatteluaineistoissa usein puheen sisältö kiinnostaa eniten. Tällöin oleellisinta on asian ymmärrettävyys sekä tieto haastateltavien mielipiteistä, näkökulmista ja ymmärryksestä tiettyihin teemoihin, ilmiöihin tai aiheisiin. Tauot, takeltelut ja muut yksityiskohdat eivät tuo lisäarvoa tai ole keskeisiä. (Juhila s.a.)

Aineisto litteroitiin melko sanatarkasti jättäen pois kuitenkin täytesanoja, toistoja ja myötäilyjä. Myös haastattelijan puhe litteroitiin. Litterointi tapahtui tutkijan kotona, ja siihen meni aikaa reilu kuukausi. Aineisto kirjoitettiin Microsoft Word -tekstinkäsittelyohjelmalla, ja aineistoa muodostui yhteensä 34 sivua. Haastetta litterointiin toi hetkittäin puheen epäselvyys, jolloin nauhaa piti kelaata monissa kohdissa useita kertoja taaksepäin ja kuunnella kohta uudelleen. Tästäkin huolimatta joitakin pieniä osia tai sanoja jäi litteroimatta epäselvyyden vuoksi.

Analysointi tehtiin teemoittelemalla tutkimusaineisto. Aineisto purettiin teema-alueittain. Vaihe on lukemis- ja analyysivaiheen alkua, ja tekijän on pyrittävä saamaan oleellinen sisältö haastatteluvastauksista tavoitetuksi. Haastetta ja epävarmuutta voi tuoda myös tulkinnanvaraisuus liittyen siihen, milloin haastateltava puhuu tarkasteltavana olevasta teemasta. Saman haastateltavan samaa teema-aluetta koskevat vastaukset voidaan kerätä yhteen samalle kortille. Keskustelua voi syntyä samaan teemaan liittyen haastattelun eri vaiheissa, ja väliivoin voidaan osoittaa, että taulukossa oleva teksti on eri ajankohdista peräisin. Harkintaa voidaan käyttää myös siinä, milloin dialogia esitetään taulukossa sanasanaisena. Esimerkiksi raportoinnin kuvausesimerkkejä varten näin on syytä menetellä. (Hirsjärvi & Hurme 2022, luku 7.2.2.) Käytimme itse kyseistä menetelmää koko purkuvaiheen ajan, jotta saisimme mahdollisimman paljon kuvausesimerkkejä eli sitaatteja ylös taulukkoon.

Korttimenetelmän sijaan käytimme teemataulukkoa. Pääteemoja etsiessä aineisto koodattiin käyttämällä värejä. Teema 1: Asiakkaiden haasteet ja problematiikka yliviivattiin vihreällä värillä, teema 2: asiakkaan tuen tarpeet yliviivattiin turkoosilla värillä, teema 3: merkityksellisimmät tukimuodot asiakkaan näkökulmasta yliviivattiin pinkillä värillä, teema 4: asiakkaiden tavoitteita tukiasumisjaksolle yliviivattiin sinivihreällä värillä ja teema 5: asiakkaiden kehittämisideoita tukiasumiskäynneille yliviivattiin ruskealla värillä. Teema viisi jäi lopulta pois analysointivaiheessa, koska teeman alle keräämämme aineisto ei sopinut opinnäytetyön aiheeseen. Värikoodaamisen jälkeen aineistoa kerättiin taulukkoon teemoittain leikkaa-liimaa-toimintoa käyttäen. Aineisto luettiin analysoinnin aikana useaan kertaan läpi.



Kuvio 1. Aineiston analyysin vaiheet spiraalikuvauksena (Eklund & Niemi)

Analysoinnin tueksi tehtiin jokaisen teeman teemataulukoiden sisällöistä oma käsitekartta, joka tunnetaan myös nimillä miellekartta ja Mind Map (Kuva 1). Tämä selkeytti ja yksinkertaisti aineistoa vielä entisestään väreillä koodaamisen jälkeen. Käsitekartta auttaa esimerkiksi työn rajaamisessa, käsitteiden keskinäisten suhteiden jäsentelyssä sekä työn aihealueiden kokonaisuuksien hahmottamisessa. Miellekartan etuja ovat Metsämuurosen (2003, 199) mukaan visuaalisuus, kokonaisuuden hahmottaminen, eri osien välisien suhteiden selkiyttäminen sekä epäoleellisen ja oleellisen tunnistaminen, jonka avulla saadaan karsittua turhat ja epärelevantit asiat.

oita asiakas kokee omana problematiikkanaan. Halusimme tuoda kysymysten myötä esille asiakkaiden yksilölliset taustat ja haasteet. Haastattelut vahvistivat sen, että kaikilla mielenterveys- ja päihdekuntoutujien tukiasumisyksikön asiakkailla ei ole päihdetaustaa tai päihdeongelmaa, vaikka asiakkaat yleisesti saatetaan helposti yhdistää kyseisiin problematiikkoihin.

Lähtökohdista näkyvimmin esille nousivat taloudelliset haasteet ja asunnottomuus. Tukiasumisyksikköön oli neljä viidestä haastateltavasta tullut Tampereen asumispäivystyksen kautta. Asumispäivystykseen voi hakeutua esimerkiksi asunnottomuuden vuoksi. Asumispäivystys on matalan kynnyksen asumispalvelua ja kriisimajoitusta, jossa asuminen on aina väliaikaista. Asumispäivystyksen palveluista siirrytään mahdollisimman nopeasti muuhun asumispalveluun, esimerkiksi tukiasumisyksikköön tai päihdekuntoutukseen. (Pirkanmaan hyvinvointialue s.a.) Viides haastateltava oli tullut tukiasumisyksikköön asiakkaaksi suoraan avovankilasta. Hän oli myös aikaisemmin asunut tukiasumisyksikössä noin kolmen vuoden ajan.

” Mun niiku piti tavallaa oikeesti joutuu kodittomaks et mä päädyin tämmösee paikkaan asumaan.”

Taloudellisten haasteiden juurisyyt olivat yksilöllisiä ja moninaisia. Ne olivat kuitenkin kolmella haastateltavalla johtaneet asunnottomuuteen, kun vuokraa tai asuntolainan korkoja ja lyhennyksiä ei saatu maksettua ajoissa tai ollenkaan. Esille tuli myös luottotietojen menetys haasteiden myötä.

Asunnottomuus on usein monesta tekijästä johtuvaa. Syitä voivat olla esimerkiksi taloudelliset vaikeudet, mielenterveys- ja päihdehäiriöt, työttömyys, koulutuksen puute, läheisen menehtyminen tai rikollisuus. Lisäksi uuden asunnon löytämistä voivat vaikeuttaa häätö tai maksuhäiriöt tai tulojen riittämättömyys. Pitkäaikaisasunnottomuutta on pyritty vähentämään ympäristöministeriön koordinoimilla ohjelmilla. Ohjelmissa kehitetään ennaltaehkäisyä ja asumisneuvontaa. Asunnottomuustyötä on lisätty syrjäytymisen ennaltaehkäisemiseksi. Asunto- ja sosiaalipalvelut toteuttavat asunnottomuuden hoitoa osana mielenterveys- ja päihdetyötä. (Holmberg 2016, 160–161.)

Kahdella haastateltavalla oli päihdeongelmaa taustalla. Toisella heistä alkoholi näytteli isointa roolia, ja huumeiden käytöstä oli päästy eroon jo monia vuosia sitten. Toisella haastateltavista oli alkoholin lisäksi myös vahvaa huumeidenkäyttöä, joka oli alkanut jo varhaisaikuisiässä. Päihdeongelman rinnalla esiin tuli myös mielenterveyshaasteita kuten ahdistuneisuutta, päihdepsykooseja sekä psykoottista masennustilaa.

” Käyttäny aika paljon päihkeitä ja muuta ja se elämähän pyöri täysin päihneiden ympärillä.”

” Mä otin sossuu yhteyttä sieltä tuvasta mis mä asuin et mä haluisin tällaseen tuettuun asumiseen et mä en niiku pärjää enää mun päihteenkäyttö on iha niiku sairasta suoraa sanoen.”

Yhden haastateltavan problematiikkana oli masennus, joka näyttäytyi toistuvina ja pitkinä vuosia kestävinä masennusjaksoina. Haastateltavan taustalla oli myös fyysisiä haasteita, jotka olivat rajoittaneet elämää. Masennus aiheutti aikaansaamattomuutta sekä haasteita arjenhallintaan, esimerkiksi viranomaisasioiden hoitaminen oli haastateltavalle vaikeaa. Päihdetaustaa asiakkaalla ei ollut.

Monet erilaiset sosiaaliset tekijät, psykologiset tekijät ja biologiset tekijät vaikuttavat masennustilojen syntyyn. Altistavia tekijöitä ovat esimerkiksi perinnöllisyys, huono itsetunto, sosiaalinen arkuus sekä kehitysaikana muodostuneet haitalliset ajatusmallit. Masennustilat ovat alttiita toistumiseen. Uuteen masennusjaksoon sairastumiseen on noin 50 %:n mahdollisuus ensimmäisen masennustilan toipumisesta. Masennustilat voidaan todeta jo keskeiseksi kansanterveydelliseksi ongelmaksi. Ne myös alentavat työkykyä ja aiheuttavat sen myötä työkyvyttömyyttä. (Rovasalo 2022.)

” Asioita tosiaan jää hoitamatta ja venyy niiden tekeminen ja monet asiat myöhästyy ja kun totee, että ne on myöhässä niin sit totee että eipä sillä enää oo väliä niin se on niinku semmosta aikaan saamattomuutta.”

” Masennus toki todennäköisesti tulee loppuelämän pysyyn.”

Problematiikkana esille nousi yhden haastattelun myötä uupuminen, joka oli puhjennut työelämän haasteiden myötä. Taustalla oli varhaisessa vaiheessa oleva työura pienyrittäjänä, joka oli ollut haastavaa taloudellisten haasteiden, yksinvastuun, työmäärän ja maailmantilanteen myötä. Uupuminen näyttäytyi vahvana väsymyksenä ja muina pieninä fyysisinä oireina. Asiakas ei kokenut uupumuksen liittyvän mielenterveyden haasteisiin hänen kohdallaan. Päihteiden käyttöä ei myöskään ollut ollenkaan haastateltavalla.

Uupumus on pidempiaikaista palautuksen ja kuormituksen epätasapainoa. Tämä voi aiheuttaa unen laadun heikkenemistä. Lisäksi oireita voi olla keskittymis- ja muistiongelmia, ärtyneisyys, ahdistuneisuus, kontakteista vetäytyminen, etäisyyden ottaminen kuormittavista asioista, päänsärky, vatsavaivat sekä kivut. Uupumisen ensiapuna on voimavarojen lisääminen, jota tehdään oman työ- ja elämäntilanteen muokkaamisella itselleen sopivaksi. Tämä tukee kehon ja mielen toipumis- ja paranemisprosessissa. (Mielenterveystalo s.a.)

” Tossa yrittäjyydessä tavallaan niin unohti sen kaiken ulkomaailman et se oli niin intensiivinen kokemus et sit siellä vaan itseksensä näpräilli siellä ja yritti parhaansa ja ei siinä mitään mutta siinä liikaa unohti sen ulkomaailman.”

14.2 Asiakkaan tuen tarve

Asiakkaan tuen tarpeen selvittämisen teema oli haastattelujen tarkoituksen ydin. Aineiston koodaamisen vaiheessa huomattiin, että relevanttia aineistoa kerääntyi enemmän, kun asiakkailta kysyttiin heille merkityksellisimpiä tukimuotoja. Tästä tehtiin oma teema ja sisällönanalysointi.

Haastattelujen myötä nousi esille, että tuen tarve voi yksinkertaisuudessaan olla sitä, että on saanut tukiasumisyksikön asiakkaana paikan missä olla ja asua, yhden aterian päivässä sekä levätyä. Esille nousi näkökulma siitä, kun tukiasumiskäynneistä ei koettu olevan hyötyä ja sitä pidettiin lähinnä pakollisena toimintana, joka täytyy hoitaa, kun sitä asiakkaalta edellytetään.

” Riittäny vaa se lepo. Mä oon tosi kiitollinen ollu siitä että mä oon saanu olla vaan täällä ja levätä.”

” No mun tuen tarve on siinä, että mul on katto pään päällä ja paikka missä nukkua ja saa ainakin yhen aterian päivässä.”

Kaikki haastateltavat kokivat tarvitsevansa apua erilaisten viranomaisasioiden hoitamisessa, kuten Kelan kanssa asioimisessa, etuuksien hakemisessa sekä laskujen maksamisessa. Apua kaivattiin asioiden itsenäisen hoitamisen tukemiseen kannustavalla ja motivoivalla työotteella. Tärkeäksi tueksi koettiin asioiden hoitaminen yhdessä omaohjaajan kanssa, jonka aikana ohjaaja toimii tilanteissa tietynlaisena tulkkina ja tukipilarina. Esiin nousi myös yleinen tuen tarve arjenhallinnassa, kuten rutiinit ja selkeä rakenne arkeen sekä oman asunnon siistinä pitäminen.

“Virastojen kanssa touhuaminen siinä semmonen tulkki ja tämmönen tuki, vierihoido, vaikka mä ite ne teen niin tossa koneella on montakin lappua täytetty sillalailla tonne järjestelmään, että siinä on se toinen sitten kertomassa että mitä mihinkäkin ja mitä ne tarkoittaa ja kattomassa että ne on sillalailla oikein.”

Toinen useammassa haastattelussa esille noussut tuen tarve oli ehdottomasti keskusteluavun saaminen, jota avataan laajemmin “asiakkaan merkityksellisemmät tukimuodot” teemassa. Keskusteluavun koettiin auttavan myös psykiseen oloon, kuten ahdistukseen. Kevyt arkinen keskustelu koettiin yhtä tärkeäksi kuin syvälinen keskustelu. Yksi haastateltavista nosti esille, että tukiasumisessa tärkeää ja merkityksellistä on ylipäättään tuen, avun ja neuvonnan saaminen aina kun sitä tarvitsee.

Vuonna 2016 tehdyssä selvityksessä paneuduttiin mielenterveys- ja päihdekuntoutujien kuntoutumiseen liittyviin tuen tarpeisiin asiakkaiden sekä palveluntuottajan näkökulmasta. Esille nousi elämänhallinnallisia asioita, talousasioita, psyykkisen terveydentilan asioita sekä toiminnallisuuteen liittyviä asioita.

Talouteen liittyviin tuen tarpeisiin oli nimetty eri etuuksien selvittäminen ja erilaisten hakemusten täyttäminen. Psykkistä terveydentilaa edistävänä tukimuotona yli puolet vastaajista olivat nostaneet säännöllisen keskusteluavun psyykkiseen vointiin liittyen. (Kilkku & Saarinen 2016, 47–48.)

“Tuen tarve on ollut vähän niinku se et on päässy tavallaa keskusteleee käymää sitä omaa ongelmaa sielt ihan pohjalta asti läpi tavallaa keskustelemalla.”

“Mä tarviin esimerkiks jos mä haluan puhua jostai asiasta tai jos mua ahdistaa joku mä tartten siihen apua et mä saan sen ulos tuotua.”

Yksi haastateltavista oli muuttanut tukiasumisyksikköön avovankilasta. Haastattelun aikana asiakas kertoi, että hän olisi tarvinnut tukea enemmän yhteiskuntaan kiinnittymisessä tukiasumisyksikköön muuttaessaan. Mielenterveys- ja päihdehäiriöitä esiintyy rikosseuraamusalan asiakkailla merkittävästi. Päihderiippuvuus on jopa kymmenkertainen vangeilla kuin tavallisessa väestössä. Psykkisesti kuormittavia tekijöitä vangeille voivat olla esimerkiksi vapautuminen ja päihteiden käytön mahdollisuus. Se voi näyttäytyä ahdistuksena, syyllisyyden tunteena tai vainoharhaisuutena. (Holmberg 2016, 162–163.) Kriminaalihuollon tukisäätiön tekemän selvityksen mukaan vuonna 2021 vapautuneet vangit ovat kokeneet tarvitsevansa apua esimerkiksi päihteettömyyteen, toimeentuloon, asumiseen ja mielekkääseen tekemiseen. Selvitykseen vastasi 153 vankia. (Rikoksantorjuntaneuvosto 2022.)

Kokemusasiantuntijan mukaan avovankilassa saadaan tukea asunnon hankkimiseen ja tietoa eri asumisvaihtoehdoista, mutta tärkeäksi koettiin saada ottaa itse vastuuta asioiden hoitamisesta. Vapautumassa oleva vanki tarvitsee moninaista tukea niin päihteettömyyteen kuin siviilielämään. Ammattilaisten työotteen olisi tärkeää olla kannustavaa ja asiakkaan vahvuuksiin perustuvaa. Lisäksi ammattilaisilla on iso rooli vankien kiinnittymisessä yhteiskuntaan, koska yksinselviäminen muutosprosessissa tai vapautumisvaiheessa on hyvin haastavaa. Jokaiselle vapautuneelle tulisi turvata arjenhallintataitojen opettelu,

koska taitojen puutteen vuoksi esimerkiksi vuokranmaksu voi olla liian vaikeaa. Palveluissa vankeja tulee kohdella kuin ketä tahansa ihmistä. (Rikoksentorjuntaneuvosto 2022.)

“En kokenut saavani tarpeeksi tukea yhteiskuntaan kiinnittymisessä vankilassa olon jälkeen.”

Tuen oikea-aikaisuus herätti myös kriittistä pohdintaa. Moni koki saavansa apua haasteisiinsa vasta kun oltiin jo pohjalla, eli esimerkiksi asunto on jo menetetty eikä selvitä enää yksin haasteiden kanssa. Apua ei ole osattu hakea tai sitä ei ole saatu. Tukiasumiskäynneillä saatuun tukeen oltiin kuitenkin pääosin tyytyväisiä. Lisäksi yksi haastateltavista toi ilmi, kuinka tärkeää olisi saada tuotua tuen tarpeisiin liittyviä asioita heti esille, ettei kaikki tuki ja apu kohdistuisi vain tukiasumiskäynneille.

“Monesti asiat lähtee vinoon hyvin pienestä, ja jos sen pystyy hoitamaan niin silloin se vinouma ei kasva. Vaan keventää sitä koko ketjua.”

14.3 Merkityksellisimmät tukimuodot asiakkaan näkökulmasta

Tässä luvussa analysoidaan teemahaastattelujen myötä saatuja tuloksia siitä, minkälaiset tukimuodot tukevat asiakasta parhaiten hänen yksilölliset tarpeensa huomioiden. Haastatteluissa asiakkailta kysyttiin, minkälaisesta tuesta asiakkaat kokevat hyötyvänsä parhaiten tukiasumisyksikössä ja mitkä asiat tukevat asiakkaiden kuntoutumista.

Haastatteluissa nousivat esiin poikkeuksetta asiakkaiden kokemukset keskusteluavun hyödyistä sekä asiakkaiden kokemukset omaohjaajan aidosta kiinnostuksesta asiakasta kohtaan. Keskusteluapua pidettiin tärkeimpänä tukimuotona ja sen koettiin auttavan arjen hallinnassa sekä psyykkisen voinnin tasapainottamisessa. Haastateltavista useimmat kokivat tärkeäksi, että pääsevät turvallisessa ympäristössä luotettavan ammattilaisen kanssa keskustelemaan ongelmistaan sekä mieltä painavista asioistaan.

Sosiaalialan ammattilaiset toteuttavat laaja-alaisesti psykososiaalisen tuen hoitomuotoja asiakkaan kokonaisvaltaisen tukemisen edistämiseksi. Psykososiaalisten menetelmien sisältöön voi kuulua vuorovaikutusta, yhdessä tekemistä sekä erilaisia harjoituksia. Psykososiaalisilla menetelmillä voidaan pyrkiä lisäämään psyykkistä hyvinvointia vahvistavia tietoja sekä taitoja, jotka auttavat asiakasta pärjäämään oman sairautensa kanssa. Menetelmien avulla pyritään parantamaan asiakkaan toimintakykyä, jos henkilöllä on esimerkiksi mielenterveydellisiä häiriöitä. Psykososiaalisessa työotteessa erilaisia taitoja hyvinvoinnin lisäämiseksi harjoitellaan ammattilaisen avulla. (THL 2023.)

Haastateltavista osa koki, että keskustelun ei aina tarvitse olla kovin syvälistä – kevyetkin keskustelutuokiot koettiin merkityksellisenä. Yksi haastateltavista nosti esiin, että tunnin pituinen keskustelu täyttää jopa enemmän kuin sen tunnin. Haastateltava kertoi tapaamisten jälkeen jäävänsä pohtimaan vielä, että mitä tapaamisella keskusteltiin ja miten keskustelu sujui. Keskusteluavun koettiin kantavan tukiasumiskäyntien ulkopuolelle asti.

”kyllä se ihan hyvä on, että viikottain joku on oikeesti kiinnostunut konkreettisesti elämästä ja miten sulla menee.”

Yksi haastateltavista kertoi keskusteluavun vahvistavan päihteettömyyttä, vaikka aina ei käsiteltäisikään päihdehuollollisia asioita. Matalan kynnyksen keskusteluapu koettiin haastateltavien keskuudessa tärkeäksi. Ohjaajien työaikoina keskusteluapua on tarvittaessa nopeastikin saatavilla, joka muutamien haastateltavien mukaan ehkäisee heidän mahdollista retkahdustaan päihteiden käyttöön.

”Keskusteluapu se melkeen on tällä hetkellä se mistä mä hyödyn kaikist eniten nyt.”

Haastateltavista melkein jokainen nosti esiin tärkeäksi tuen virallisten asioiden hoitamisessa. Kelan hakemukset koettiin haastavina ja näiden tekemisessä omaohjaajan tuki nähtiin korvaamattomana. Haastateltavilla oli motivaatiota taloudellisten asioiden kunnostamisessa ja ohjaajan tarjoama tuki tässä oli

monelle tärkeää. Haastateltavat kokivat Kelan hakemusten yhdessä tekemisen auttavan tulevaisuudessa itsenäisessä talouden hallinnassa sekä virallisten asioiden hoitamisessa.

”Semmonen mikä tulee ensimmäisenä mieleen kuinka hyvin osaa runoilla tonne Kelan suuntaan noita hakemuksia ja mihin asioihin pitää kiinnittää huomio, kun sinne tekee niitä ja mihin ei ja tämmönen lähinnä.”

Haastateltavilta kysyttiin, minkälainen merkitys työntekijöiden tai omaohjaajan vaihtuvuudella on. Esiin nousi positiivisia vaikutuksia säännölliseen omaohjaajan vaihtuvuuteen liittyen. Alfakuntoutus Hervannassa asiakkaiden omaohjaajat vaihtuvat 6 kuukauden välein. Haastateltavat kokivat, että eri ohjaajien kanssa tulee keskusteltua erilaisista asioista sekä on mahdollisuus kokea mahdollisesti parempi yhteys toisen ohjaajan kanssa, mitä aiemman kanssa oli saattanut olla. Ohjaajan vaihtuvuuden koettiin myös ajoittain auttavan pääsemään asioissa eteenpäin, kun uudelta ohjaajalta oli tullut erilaista näkökulmaa asiakkaan haasteisiin liittyen. Haastateltavat nostivat kuitenkin esiin, että jatkuva työntekijöiden vaihtuvuus voi tuoda negatiivisia vaikutuksia, jos työntekijöitä lähtee yksiköstä toisiin työtehtäviin. Talon sisäiset omaohjaajien vaihdokset koettiin positiivisena.

Haastateltavista osa koki kirjallisten tehtävien tekemisen tukevan heidän kuntoutumistaan sekä päihteettömyyttä. Kirjalliset tehtävät esimerkiksi päihteettömyyteen, retkahduksiin tai mielenterveydellisiin ongelmiin liittyen koettiin hyvänä lisänä keskusteluavun tueksi. Erilaisten itsehoito-ohjelmien tekeminen yhdessä ohjaajan kanssa koettiin auttavan omien problematiikkojen pohdinnassa sekä reflektoinnissa. Yksi haastateltavista toivoi, että kirjallisia tehtäviä hänen tarpeidensa mukaisesti olisi enemmän, mitä tähän mennessä on ollut.

Tukiasumiskäyntien säännöllisyys haastateltavien mukaan oli heidän arjen hallintaansa sekä päihteettömyyttä tukevaa toimintaa. Tieto siitä, että tapaaminen ohjaajan kanssa on tietynä päivänä viikossa, kannusti yhtä haastateltua päihteettömyydessään – haastateltava halusi olla asiointikuntoinen tapaami-

sella. Säännöllisten tukiasumiskäyntien nähtiin tukevan arkirytmiiä. Haastateltavat kokivat tärkeänä sen, että heillä on jokin tapaaminen viikossa, josta täytyy pitää kiinni. Sovitut tukiasumiskäynnit motivoivat osaa haastatelluista pitämään asuntoansa sekä perusasioitansa kunnossa.

”Se oli se säännöllisyys. Eli on tavallaan joku tota, merkintä kalenterissa, että on tiettyyn aikaan jotakin. Se tuo niinku semmosta tulevaisuus ajattelua”

Muutama haastateltavista nosti esiin, että tukiasumiskäyntien toteutuminen kävelyiden muodossa koettiin hyvänä tapana tukea asiakkaan toimintakykyä. Haastateltavista osa oli sitä mieltä, että tukiasumiskäynnit voisivat olla välillä myös kävelyiden muodossa, kun mitään virallista hoidettavaa ei ole. Kävelyn yhteydessä asiakas saa tarvitsemaansa keskusteluapua, mutta pääsee myös poistumaan omalta asunnoltansa tai yksikön alueelta.

Laukkala ym. (2019) kertoo liikunnan vaikutuksista psyykkisen sekä fyysisen terveyden kohentamisessa. Liikunta osana kuntoutusta sekä mielenterveysongelmien hoitoa on tutkitusti hyödyllistä. Liikunta tutkitusti vähentää ahdistuksen ja masennuksen oireilua sekä kehittää kognitiivista toimintakykyä ja elämänlaatua. Liikunnan aloittaminen sekä sen ylläpitäminen on haastavaa esimerkiksi masentuneelle henkilölle. Ammattilaisen kanssa yhdessä toteutettu liikkuminen voi madaltaa huomattavasti asiakkaan kynnystä liikunnan aloittamiseen. (Laukkala ym. 2019.)

Pääsääntöisesti haastateltavat kokivat saaneensa tukiasumiskäynneistä tarvitsemaansa tukea ja hyötyä. Yksi haastateltava nosti esiin, ettei ole juurikaan hyötynyt saamastaan tuesta. Haastateltava ei kuitenkaan osannut kertoa tarkemmin, minkälaisesta tuesta hyötyisi parhaiten. Haastateltava ei kokenut juurikaan tuen tarvetta, joten tästä syystä ei kokenut hyötynensä omaohjaajan tarjoamista tukitoimista. Haastateltava koki, että tärkein tuki, jota hän on saanut, on se, että on päässyt rauhassa lepäämään sekä palautumaan kokemaansa uupumuksestaan.

” mikä se tärkein asia on nii on mun oma terveys ja mun tasapaino ja emmä oikee silleen koe että mä oisin tarvinnu mitään enempää”

Ohjaajan kanssa kemioiden yhteen osuminen sekä luottamus koettiin haastateltavien keskuudessa hyvin tärkeänä. Haastateltavat kokivat merkitykselliseksi, että heidän asioistaan ollaan aidosti kiinnostuneita ja että asiakkaan kertomat asiat otetaan vakavasti.

”kun mä koen tän itelleni hirmu hyvänä ja hirvittävän hyvin sopivana ja mun asiat on paljo paremmin hoidossa ja järjestyksessä.”

14.4 Asiakkaiden tavoitteita tukiasumisjaksolle

Tässä luvussa analysoidaan teemahaastattelujen myötä saatuja tuloksia siitä, minkälaisia tavoitteita haastateltavat ovat asettaneet tukiasumisjaksollensa ja minkälaisen tuen myötä tavoitteet olisi saavutettavissa. Haastatteluissa asiakailta kysyttiin heidän tulevaisuuden suunnitelmistaan sekä heidän asettamista tavoitteistaan tukiasumisenajalle.

Haastatteluiden myötä haastateltavilta nousi esiin erilaisia tavoitteita, joita asiakkaat olivat itsellensä asettaneet tukiasumisjaksonsa ajalle. Muutama haastateltavista tavoitteli päihteettömyyttä. Toinen heistä tavoitteli täyttä raittiutta ja toinen kertoi tavoittelevansa sellaista tilaa, että voisi mahdollisesti esimerkiksi hääjuhlissa juoda muutaman alkoholiannoksen. Kovista huumausaineista kyseinen haastateltava halusi kuitenkin päästä eroon kokonaan. Päihteettömyyden tavoittelulla haluttiin päästä edistämään mielenterveyteen liittyviä ongelmia terveydenhuollon ammattilaisten avulla. Päihteettömyyden tavoitteeseen liittyen nousi esiin AA- ja NA-ryhmissä käyminen. Yksi haastateltavista oli asettanut selkeäksi tavoitteeksi vireyttää kyseisissä ryhmissä käymisen päihteettömyyden tukemiseksi. AA- ja NA-ryhmät koettiin tärkeäksi tueksi päihteettömyyden tavoittelemiseksi.

AA – nimettömät alkoholistit ovat miesten ja naisten ryhmä, jossa jokainen pääsee jakamaan muiden osallistujien kanssa omia kokemuksiaan. AA-ryh-

mässä pyritään yhteisöllisyyden myötä auttamaan toisia parantumaan alkoholismista. AA-ryhmän jäseneksi ei ole muita vaatimuksia kuin oma halu lopettaa alkoholin käyttäminen. AA-ryhmässä ei noudateta aatteellisia, uskonnollisia tai poliittisia suuntauksia. Jäsenien tavoitteena on pyrkiä pysymään raittiina sekä auttamaan muita saavuttamaan sama tavoite. (Suomen AA-kustannus Ry s.a.) NA – nimettömät narkomaanit on hyötyä tavoittelematon miehille ja naisille suunnattu ryhmä, joille huumeiden käytöstä on tullut ensisijainen ongelma. NA-ryhmässä kokoontuu toipuvia addikteja, ja ryhmien tarkoitus on tukea toinen toistaan pysymään raittiina. NA-ryhmässä pidättäytytään kaikista huumeista, ja jäsenyyden edellytyksenä on oma tahto lopettaa huumeiden käyttäminen. NA-ryhmään ei liity minkäänlaisia ehtoja, eikä se ole sidoksissa poliittisiin tai uskonnollisiin suuntauksiin. NA-ryhmään voi liittyä mukaan kuka tahansa ikään, rotuun, sukupuoli-identiteettiin tai uskontoon katsomatta. (NA World Services s.a.)

” Joo että ryhmässä mikä niinku tukee sitä raittiutta, kyllähän tääkin, mutta siinä ryhmässä on sitten saman ongelmaisia sairautta kärsiviä, nii se on tärkeä tekijä, mikä multa nyt on jääny vähän niinku vähiin.”

Useampi haastateltavista nosti esiin selkeäksi tavoitteeksi päästä siirtymään itsenäiseen asumiseen eli omaan vuokra-asuntoon. Haastateltavista osa kuitenkin koki tärkeänä, että päihteiden käyttö olisi hallittua ennen kuin omaan asuntoon siirtyisi tukiasumisesta. Haastatteluiden perusteella asiakas saattaa pelätä, että päihteiden käyttö lisääntyy, kun tukea ei ole enää niin helposti saatavilla. Omaan vuokra-asuntoon pääseminen oli haastatteluiden perusteella monen asiakkaan tavoitteena. Haastatteluissa kuitenkin nousi esiin se, kuinka hankala on löytää vuokra-asuntoa, kun ei ole luottotietoja. Luottotietojen puuttuminen on hyvin kollektiivinen ongelma mielenterveys- ja päihdekuntoutujien tukiasumisyksiköissä ja se hankaloittaa asiakkaiden siirtymistä itsenäisempiin asumismuotoihin.

”No sitä vuokra-asuntoa mä haen koko ajan et oon jatkuvasti puhelin kourassa, mut sit ne pyytää jotain henkilötakaajaa, ei mul oo ketään henkilötakaajaa.”

Haastatteluiden perusteella asiakkaat tavoittelivat arkeensa päivärytmiä sekä mielekkään tekemisen löytämistä arkeen. Päivärytmiä tukevaksi koettiin aamukahvit, lounas mahdollisuus sekä virikeryhmät, joita järjestetään Alfakuntoutus Hervannan tukiasumisyksikössä. Myös viikoittaisten tukiasumiskäyntien koettiin kannattelevan arjen rytmikkyyttä. Harrastuksien lisäämistä arkeen tavoiteltiin – mm. kuntosalilla käymistä sekä uimista.

”sitä semmost et niinku kehittäis oikeesti tällasta päivärytmii ja tekemistä ja siis harrastuksii ja muita ja keskittyis niihi mitä mul nyt on noi kirjat ja tietokonepelit ja kuntosalit ja välil käyn kavereitten kaa heittelee koripalloo ja uimassa tulee käytyy”

Asiakkaat tavoittelivat myös terveyttä ja elämän tasapainoisuutta. Yksi haastateltavista toivoi saavansa olotilansa tasapainoiseksi, jotta pääsisi mahdollisesti syksyllä takaisin työelämään. Yhden haastateltavan ainoana tavoitteena oli saada omat asiat järjestykseen ja muuttaa ulkomaille. Haastatteluissa nousi esiin monen kohdalla omien asioiden järjestykseen saaminen. Tavoiteltiin varmuutta ja osaamista asioiden itsenäisessä hoitamisessa, kuten esimerkiksi etuushakemusten tekemisessä. Asiakkaat kokivat tärkeänä, että he oppivat huolehtimaan raha-asioistaan ja virallisten asioiden hoidosta itsenäisesti, ettei isompia ongelmia syntyisi sitten, kun ovat päässeet siirtymään itsenäiseen asumiseen.

15 PEREHDYTYSOPPAAN TOTEUTUS

Laadukkaasti toteutettu perehdytys edistää työntekijän työtehtävien nopeampaa omaksumista. Epävarmuus, virheet sekä mahdolliset tapaturmat vähenevät, kun perehdytys on ollut oikein toteutettua. Laadukas perehdytys kasvattaa myös työn laatua: työntekijällä on paremmin hallussa omat tehtävänsä ja vastuunsa organisaatiossa. (Työsuojelu s.a.)

Toiminnallisena opinnäytetyönä voi toteuttaa esimerkiksi jonkin palvelun, tuotteen, taideteoksen tai kehittää uuden toimintatavan. Ideaalitulanteessa kaikki

osapuolet osallistuvat aktiivisesti kehittämistyöhön. Keskeisiä tavoitteita kehittämistyön laatimisessa on hallita työssä käytetyt kehittämismenetelmät, tutkimuksellinen kehittämisprosessi sekä ammatti- ja tutkimusetiikka. Aineiston tulkinnat ja tulokset on kiteytettävä tukemaan tuotosta koskevia ratkaisuja. Ammatillisuuden ja asiantuntijuuden on päästävä kehittymään prosessin aikana. (Kostamo ym. 2022, 16–17.) Meidän toiminnallinen opinnäytetyömme toteutettiin kehittävällä otteella, jonka tuloksena syntyi tuotos eli perehdytysopas. Perehdytysopas toimii perehdytyksen tukena sekä työtehtävien muistilistana.

Haastatteluiden kautta haluttiin tuoda asiakkaiden näkemyksiä heidän tuen tarpeestaan esille, mikä edesauttaa tuomaan perehdytysoppaaseen asiakkaiden tarpeisiin vastaavia työmenetelmiä. Perehdytysopasta ei haluttu koota ainoastaan tutkimusten, kirjallisuuden tai omien tulkintojen ja ammattitiedon vaaraan, jotta tuotoksesta tulisi mahdollisimman asiakaslähtöinen. Asiakkaiden osallisuus koettiin tärkeäksi osaksi toiminnallisen tuotoksen tekoprosessia, koska heidän tietämyksensä ja ajatuksensa pohjautuvat kokemuserustaan.

Haastatteluilla pyrittiin selvittämään eri problematiikkojen vaikutuksia tuen tarpeeseen sekä erilaisten haasteiden mahdollisia eroavaisuuksia. Perehdytysoppaan sisällössä haluttiin ottaa mahdollisimman moni asia huomioon, jotta se olisi tarpeeksi kattava ja tukisi asiakkaan kuntoutusta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Perehdytysoppaassa tuotiin kuitenkin selvästi esille, että haastatteluihin pohjautuvat nostot ovat ainoastaan suuntaa antavia, ja niitä ei voida pitää oletuksina tai yleistävinä. Oppaassa korostettiin asiakkaan yksilöllisyyttä ja yksilöllisten tarpeiden selvittämistä.

15.1 Aineiston kokoaminen ja kirjoitusprosessi

Ennen perehdytysoppaan kokoamisen aloitusta kävimme toimeksiantajan Anne Ahosen kanssa keskustelua siitä, minkälaisia asioita oppaaseen toivotaisiin. Sosiaalialan työmenetelmät sekä menetelmällisyys nousi tärkeimmiksi teemoiksi. Tämän lisäksi oppaaseen rakennettiin tukiasumiskäynteihin liittyviä keskeisiä konkreettisia toimintatapoja sekä teemahaastatteluiden tulosten myötä asiakkailta nousseita teemoja ja tukimuotoja.

Perehdytysoppaan toteutus aloitettiin pohtimalla sisällysluettelo oppaaseen. Sisällysluettelon muodostuttua lähdimme tekemään muistiinpanoja jokaiseen lukuun niistä keskeisistä asioista, joita kussakin luvussa tultaisiin käsittelemään. Tässä vaiheessa raakaversio perehdytysoppaasta lähetettiin toimeksiantajalle katsottavaksi. Toimeksiantajan kiireiden vuoksi emme kovin pikaisesti saaneet kommentteja raakaversioista. Olimme kuitenkin etukäteen käyneet keskustelua perehdytysoppaan sisällöstä, joten pystyimme jatkamaan kirjoitusprosessia eteenpäin ilman kommentointia.

Marraskuun alkupuolella Niina kävi Alfakuntoutus Pispalan tukiasumisyksikössä kertomassa henkilökunnalle, vastaavalle ohjaajalle sekä yrityksen asiakkuuspäällikölle perehdytysoppaan toteutuksesta. Tapaamisen tarkoituksena oli, että yksikön henkilökunta pääsee kertomaan omia näkemyksiään tulevasta tuotoksesta sekä kertomaan kehittämideoita opasta varten. Henkilökunta koki tukiasumiskäynteihin keskittyvän perehdytysoppaan tarpeelliseksi niin uusille työntekijöille kuin olemassa olevalle henkilökunnalle. Opiskelijoita, sijaisia sekä uusia työntekijöitä on työssä eniten askarruttanut, mitä tukiasumiskäynneillä tehdään, mistä tapaamisen aikana voi keskustella ja mitä asioita omaohjaajan tulee tukiasumiskäynneillä seurata. Henkilökunnalta nousi esiin muutamia keskeisiä teemoja, joita toivottiin oppaassa painotettavan. Näitä teemoja olivat muun muassa retkahdukset, ahdistuneisuushäiriöt ja erilaiset menetelmät ahdistuneisuushäiriöiden kuntoutumisen tukemiseksi sekä miten asiakkaan motivaatiota kuntoutumiseen liittyen saisi ylläpidettyä ja edistettyä.

Asiakkuuspäällikkö Taru Malinen lähetti tapaamisen jälkeen meidän sähköposteihimme kirjallisen koonnin esiin nousseista ajatuksista suhteessa perehdytysoppaan toteutukseen. Taru oli nostanut jokaiseen perehdytysoppaan teemaan liittyen ajatuksiaan sekä kannustavia kommentteja. Tapaamisen jälkeen lisäsimme perehdytysoppaaseen henkilökunnalta nousseita teemoja ja ajatuksia. Keskityimme etsimään kattavasti eri lähteistä tietoa erilaisiin haasteisiin ja menetelmiin liittyen sekä nivomaan teemahaastatteluiden ydinsisältöä osaksi opasta. Kirjoitusprosessi sujui molempien tekijöiden yhteistyönä, opasta kirjoitettiin yhdessä Teams-etäyhteyden välityksellä sekä itsenäisesti aihealueita jakaen.

”Konkreettisista menetelmistä tekemänne suunnitelma erittäin hyvä ja tarpeellinen”

Alfakuntoutus Hervanta Oy:n molemmilla yksiköillä oli yhteinen kehittämisspäivä 16.11.2023. Niina työskentelee itse tukiasumisyksikössä, joten hän osallistui kehittämisspäivään. Kehittämisspäivässä pohdittiin erilaisia asiakkaisiin liittyviä prosesseja yhtenäisiksi. Teema-alueina olivat seuraavat teemat: Mitä huomioidaan asukkaan muuttaessa yksikköön, minkälaisia asioita huomioidaan asumisen alussa, mitä asumisen haasteita asiakkailla on sekä mitä huomioidaan asiakkaan pois muuttaessa. Kehittämisspäivän tuotokset antoivat hyviä tuloksia myös perehdytysoppaan kehittämiseen liittyen. Perehdytysoppaan sisältöön haluttiin tukiasumiskäynneillä hoidettavia konkreettisia asioita näkyviksi, joten pääsimme kehittämisspäivän aikana syntyneitä tuotoksia hyödyntämään osana kirjoitusprosessiamme.

Kirjoitusprosessi tuntui ajoittain raskaalta, koska opinnäytetyön raporttia piti tehdä samanaikaisesti. Resurssit tuntuivat välillä loppuvan kesken, ja työn rajaamiseen piti usein keskittyä, että aiheet pysyvät suunnitelluissa aihealueissa. Perehdytysoppaan kokoamisessa keskityimme myös visuaaliseen toteutukseen, jotta oppaan lukeminen olisi myös siltä osin miellyttävää. Onnistuimme kokoamaan suunnitelmien mukaisen oppaan, jonka lopullista sisältöä avataan tarkemmin seuraavassa luvussa.

15.2 Perehdytysoppaan sisältö

Perehdytysoppaan sisältö rakentui toimeksiantajan sekä henkilökunnan kanssa käytyjen keskustelujen myötä. Perehdytysoppaaseen koottiin asiakkaille toteutetuista haastatteluista ilmenneitä tuen tarpeita ja tuotoksen sisältö on kehitetty vastaamaan asiakkaiden tarpeisiin. Perehdytysoppas kirjoitettiin toimeksiantajan toiveiden mukaisesti Word-tiedostoon ja se jää sähköiseen muotoon, jotta opasta on tulevaisuudessa mahdollista muokata. Aineiston keräämiseen hyödynnettiin Alfakuntoutus Hervanta Oy:n omavalvontasuunnitelmaa sekä lähteitä ja kirjallisuutta monipuolisesti. Oppaaseen tuli yhteensä 49 sivua, joista viimeinen sivu on lähdeluettelo käyttämistämme lähteistä.

Ensimmäisessä luvussa kerrotaan yleisesti, mitä tukiasumiskäynnit ovat ja mikä niiden tarkoitus ja tavoite on. Lukuun on koottu omaohjaajalle kuuluvat toiminnot, tehtävät sekä asiat, joita asiakkaan kanssa tulee seurata tukiasumiskäynneillä. Lisäksi nostettiin toimintaohjeita yleisiin ja mahdollisiin haastaviin tilanteisiin, joita tukiasumiskäynneillä saattaa näyttäytyä. Luvun on tarkoitus avata työntekijälle työnkuvan tarkoitus ja sisältö, jotta työntekijä osaa valmistautua etukäteen mahdollisiin haastaviin tilanteisiin ja tietää mitä häneltä odotetaan ohjaajana tukiasumiskäynteihin liittyen. Luku toimii myös muistilistana, johon voi aina tarvittaessa palata ja josta voi aina varmistaa, että onko kaikkia asioita muistettu huomioida. Otamme kantaa myös teemahaastattelujen toteutukseen ja siihen, mitä ja miten haastatteluista nousseita asiakkaiden näkökulmia on hyödynnetty oppaan teossa.

Toiseen lukuun on koottu yhteistyötahot, joiden kanssa toteutetaan moniammatillista yhteistyötä asiakkaiden kuntoutumisen ja hyvinvoinnin tukena. Kokoamisen apuna hyödynnettiin asiakkuuspäällikkö Taru Malisen jo aiemmin kokoamaa karttaa eri järjestöistä sekä verkostoista Tampereen alueelta. Tarkoituksena on kannustaa ja tukea ohjaajaa ohjaamaan asiakasta yksikön ulkopuoliseen toimintaan. Ohjaajan työtehtäviin kuuluu asiakkaan mukana osallistuminen eri yhteistyötahojen tapaamisiin, joten lukuun on avattu, miksi moniammatillista yhteistyötä tehdään ja mihin sillä pyritään. Ohjaajan on myös tärkeä olla tietoinen eri verkostoista, jotka tarjoavat keskustelutukea ja toimintaa asiakkaille sekä heidän läheisillensä.

Kolmas luku perustuu asiakkaan kohtaamiseen ja luottamukseen. Näiden asioiden merkitys ja tärkeys nousi teemahaastatteluissa esille, joten oppaaseen haluttiin tuoda oma luku näihin teemoihin liittyen. Lukuun on nostettu tärkeitä elementtejä vuorovaikutukseen ja kohtaamiseen liittyen, joihin ohjaajan on tärkeä kiinnittää huomiota työskentelyssään. Avaamme erikseen myös haastavan asiakkaan kohtaamiseen liittyviä menetelmiä.

Teemahaastatteluilla pyrittiin kartoittamaan eri problematiikkojen huomioimista yksilöllisesti. Käsittelimme oppaassa teemahaastatteluista esiin nousseita

problematiikkoja. Keräsimme laajasti tietoa siitä, mihin asioihin on hyvä kiinnittää huomiota, kun ohjaaja työskentelee tietyn problematiikan omaavan asiakkaan kanssa. Työntekijöiden toiveiden mukaisesti oppaaseen tuotiin laajasti tietoa retkahduksista ja sosiaalisesta ahdistuksesta. Nämä koettiin tällä hetkellä näkyvämpinä haasteina tukiasumisyksikössä.

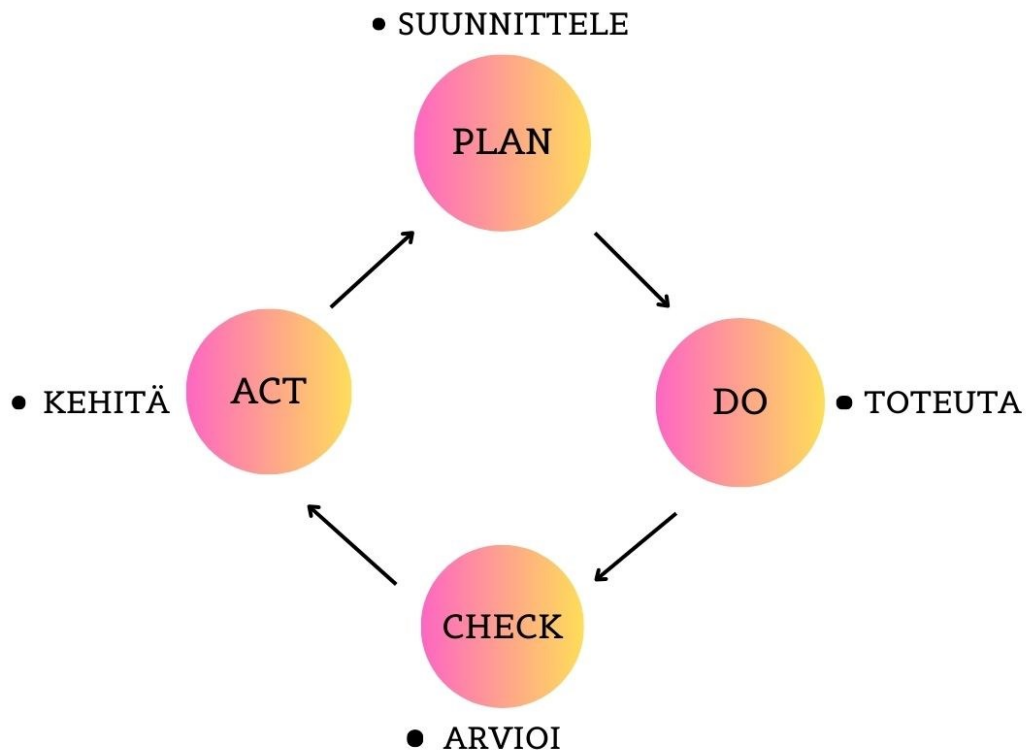
Viidennessä luvussa kerrotaan menetelmällisyydestä sosiaalialalla sekä syvennytään erityisesti päihde- ja mielenterveystyön yleisimpiin menetelmiin, kuten GAS-menetelmään, omahoito-ohjelmiin, puheeksiottoon ja motivoivaan haastatteluun. Oppaassa kerrotaan menetelmistä tiivistetysti, koska toimeksiantajan toiveiden mukaisesti oppaan haluttiin olevan helppolukuinen eikä liian pitkä. Lukuun koottiin kuitenkin paljon linkkejä, joista pääsee helposti lukemaan lisää aiheisiin liittyen luotettavilta verkkosivuilta.

Perehdytysoppaan viimeiseen lukuun on koottu kattava materiaalipaketti erilaisista kirjallisista tehtävistä sekä itsehoito-ohjelmista. Näiden hyödyntäminen asiakkaan tarpeet huomioiden tukee asiakkaan yksilöllistä kuntoutumista. Ohjaajan työtä helpottaa ja sujuvoittaa, että erilaisia materiaaleja on koottu samaan paikkaan helposti löydettäväksi.

15.3 PDCA-menetelmä kehittämisen tukena

Kehittämistyön tukena käytettiin PDCA-menetelmää. Kirjaimet tulevat sanoista Plan-Do-Check-Act, jotka muodostavat syklin prosessin jatkuvaan parantamiseen. Syklissä on neljä erilaista muutos- tai parannusvaihetta. Plan tarkoittaa suunnittelua, jossa tunnistetaan mahdollisuus ja suunnitellaan muutos. Do kuvastaa tekemistä eli muutoksen testaamista. Check määrittelee muutoksen tarkastelemisen, joka sisältää tulosten analysoinnin ja opittujen asioiden tunnistamisen. Act kuvastaa toimintaa, jossa toimitaan tarkasteluvaiheessa opittujen asioiden perusteella. Muutoksen onnistuttua menetelmän aikana opitut asiat sisällytetään laajempaan muutokseen. Muutoksen epäonnistuttua on syytä tarkastella sykliä uudella suunnitelmalla. PDCA-menetelmän mukaista prosessia voi jatkaa saman aiheen äärellä uudelleen, jolloin tuloksena syntyy jatkuva toiminnan ja tuotoksen parantuminen. (Corinne & Johnson 2002.)

PDCA-KEHITTÄMISMENETELMÄ



Kuva 3. PDCA-kehittämismenetelmä (Eklund & Niemi 2023)

Perehdytysoppaan toteuttamisessa käytettiin PDCA-menetelmää kehittämisen tukena. Teimme kattavan suunnitelman toimeksiantajan tarpeiden mukaisesti, minkä jälkeen lähdimme toteuttamaan tuotosta. Tuotoksen suunnittelussa oli mukana toimeksiantaja, jonka kautta saimme tiettyjä aiheita, joita oppaassa olisi hyvä käsitellä. Laaditun kattavan suunnitelman rakentumisen jälkeen lähdimme toteuttamaan tuotosta. Olimme koonneet perehdytysoppaaseen sisällysluettelon sekä työn rakenteen ja otsikoiden alle olimme laatineet ranskalaisilla viivoilla aiheita ja ehdotuksia. Tässä vaiheessa toteutimme PDCA-menetelmästä kohdan ”check” eli arvioinnin. Kävimme toimeksiantajan eli Anne Ahosen kanssa keskustelua tuotoksesta ja saimme häneltä täsmennyksiä tiettyihin aihealueisiin.

Arviointia toteutimme vielä Alfakuntoutus Pispalan yksikössä paikan päällä. Tapasimme vastaavan ohjaajan, henkilökunnan sekä asiakkuuspäällikön Taru Malisen kanssa. Esittelimme keskeneräistä tuotosta sekä keskustelimme työn tarpeellisuudesta ja siitä, mitä asioita henkilökunta kokee tärkeimmiksi aiheiksi, joita tulisi käsitellä tulevassa oppaassa. Keräsimme henkilökunnan kommentteja, mielipiteitä sekä kehittämis ehdotuksia tuotosta varten. Käytyjen keskustelujen jälkeen lähdimme kattavasti rakentamaan työhömmme lisäyksiä sekä muutoksia saatujen kommenttien ja kehittämis ehdotuksien perusteella.

Perehdytysoppaan toteuttaminen kulki jatkuvasti PDCA-menetelmän avulla eteenpäin ja pystyimme tekemään tarvittavia muutoksia, jotta oppaasta tulee toimeksiantajan tarpeisiin vastaava tuotos. PDCA-menetelmä toimi loistavasti työmme toteutuksessa. Perehdytysopasta koottiin tiiviissä yhteistyössä toimeksiantajan kanssa. Asiakkaille tehdyt teemahaastattelut olivat myös osa työn toteutusta, haastattelut kuitenkin toteutettiin ja analysointiin ennen oppaan varsinaista kirjoittamista. Asiakkaiden haastattelut toimivatkin osana suunnittelua, joidenka tulosten myötä lähdimme työtä toteuttamaan.

16 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Tässä luvussa käsittelemme teemahaastatteluiden johtopäätöksiä ja arvioimme tehtyä tuotostamme eli perehdytysopasta. Arviointiin on koottu oma näkemyksemme sekä toimeksiantajalta saatu arviointi tehdystä tuotoksesta. Käymme läpi opinnäytetyöprosessissa toteutuneen eettisyyden sekä luotettavuuden ja pohdimme näitä asioita myös yleisestä näkökulmasta. Avaamme omaa ammatillista kasvua sekä yleistä pohdintaa opinnäytetyön toteutukseen liittyen. Lopuksi kerromme omia jatkokehittämisideoita, joita on syntynyt prosessin aikana.

16.1 Johtopäätöksiä tutkimustuloksista

Teemahaastatteluiden tavoitteena oli selvittää, minkälaisesta tuesta asiakkaat hyötyvät ja minkälainen merkitys tukiasumiskäynneistä on asiakkaalle. Tee-

mahaastattelujen tuloksia hyödynnettiin perehdytysoppaan kokoamisessa. Perehdytysoppaaseen nostettiin asiakkailta nousseita tärkeimpiä tukimuotoja sekä asiakkaiden kokemuksia tukiasumiskäyntien hyödyistä.

Haastatteluista syntyneiden tulosten mukaan asiakkaiden lähtökohtana tukiasumiseen muuttaessa olivat pääsääntöisesti taloudelliset vaikeudet, joiden myötä asiakkaat ovat ajautuneet asunnottomiksi. Taloudellisia vaikeuksia ovat kasvattaneet päihdeongelmat, mielenterveysongelmat sekä erilaiset haasteet toimintakyvyssä. Tuen tarpeena nähtiin pääsääntöisesti terapeutin keskusteluapu matalalla kynnyksellä, tuki arjen hallinnassa ja asunnon kunnossa pitämisessä sekä tuki viranomaisasioiden hoidossa ja Kelan tukihakemusten laatimisessa. Tukiasumiskäynneillä saatuun tukeen asiakkaat olivat pääsääntöisesti tyytyväisiä. Esiin nousi kuitenkin, että yksi haastateltavista olisi tarvinnut selvästi enemmän tukea yhteiskuntaan kiinnittymisessä – haastateltava oli muuttanut tukiasumiseen suljetusta vankilasta. Haastateltava ei kuitenkaan kysyttäessä osannut tarkentaa, minkälainen tuki olisi auttanut yhteiskuntaan kiinnittymisessä häntä parhaiten.

Haastatteluiden perusteella voidaankin todeta, että asiakkaat kokevat omaohjaajan tarjoaman keskusteluavun hyödyllisimpänä tukimuotona. Terapeutilla työotteella käytyjen keskustelujen koettiin vahvistavan päihteettömyyttä sekä tukevan asiakkaan motivaatiota kuntoutumisen edistämiseksi. Tukiasumiskäynneillä käytyjen keskustelujen ei kuitenkaan aina tarvinnut olla syvällisiä ja ratkaisukeskeisiä – kevyet keskusteluhetket koettiin tärkeiksi osana kuntoutumista. Tukiasumisyksikön ohjaajien matalan kynnyksen keskusteluapu nousi esiin haastatteluista. Asiakkaat voivat akuutin tuen tarpeessa joko ottaa yhteyttä ohjaajiin puhelimitse tai mennä käymään ohjaajien toimistolla.

Tuen saaminen virallisten asioiden hoitamisessa sekä tukihakemusten tekemisessä on ensisijaisen tärkeää haastateltavien kertomusten perusteella. Haastateltavat halusivat oppia asioiden itsenäistä hoitamista, jotta taloudellinen puoli pysyisi hallinnassa, kun siirtyminen itsenäisempiin asumismuotoihin on ajankohtaista. Kirjallisia tehtäviä sekä erilaisia itsehoito-ohjelmia asiakkaiden yksilöllisiin haasteisiin toivottiin enemmän, nämä koettiin hyvänä menetelmänä

reflektoida omia ongelmakohtia. Tukiasumiskäynnit haastatteluiden perusteella tukevat asiakkaiden arjen säännöllisyyttä. Sovitut tapaamiset auttoivat asiakkaita huolehtimaan asunnon siisteydestä sekä motivoivat päihteettömyydessä. Omaohjaajan tapaamisia toivottiinkin tapahtuvan myös ulkoilun merkeissä, esimerkiksi kävelylenkeillä. Ohjaajan kanssa luottamuksellisuus ja yhteensopivat kemiaat olivat tärkeitä asioita – aitoa läsnäoloa sekä kiinnostusta asiakkaiden asioihin liittyen toivottiin.

Haastatteluista nousi esiin, että asiakkaat kokivat omaohjaajan säännöllisen vaihtuvuuden positiivisena. Omaohjaajan suunniteltu vaihtuvuus puolen vuoden välein antoi asiakkaille uusia näkökulmia ja monipuolisia keskusteluja. Alfakuntoutus Pispalan yksikössä ei omaohjaajan suunniteltua vaihdosta ole otettu käyttöön. Haastatteluiden perusteella tämä voisi olla yksi kehittämislinjauksia, mitä yksikössä voitaisiin lähteä pohtimaan. Haastateltavien tukiasumiskäynnille asettamat tavoitteet olivat samankaltaisia. Haastateltavat tavoittelivat päihteettömyyttä, itsenäiseen asumiseen siirtymistä, päivärytmiä, mielekästä tekemistä arkeen sekä asioiden järjestykseen saamista. Ennen itsenäiseen asumiseen siirtymistä kuitenkin tavoiteltiin taloudellisen tilanteen kuntoon saamista. Haastateltavien tavoitteita tukevatkin aiemmin mainitut tukimuodot, joilla asiakkaan itsenäistä selviytymistä arjessa tuetaan parhaalla mahdollisella tavalla.

16.2 Perehdytysoppaan arviointi

Perehdytysoppaan kirjallinen arviointi saatiin Alfakuntoutus Hervanta Oy:n asiakkuuspäälliköltä Taru Maliselta. Malisen mielestä perehdytysoppas on osattu koota toimeksiantajan tarpeet huomioiden. Oppaassa on pystytty hyödyntämään olemassa olevia prosesseja ja materiaaleja, mikä tuo oppaan osaksi Alfakuntoutuksen käytäntöä eikä jää irralliseksi kokonaisuudeksi. Malinen nostaa myös esiin, että asiakkaiden ja henkilöstön haastatteluiden tuomat näkemykset ja kehittämistarpeet on otettu hyvin huomioon oppaan sisällössä. Malinen kuvaa tuotoksen olevan laaja sekä ajatuksia herättävä, mutta kuitenkin konkreettisia menetelmiä tarjoava. Asiakkaiden haasteiden ja tarpeiden, kuten masennuksen tai vankilasta vapautumisen, kautta nostetut menetelmät tuovat

nopeaa ja konkreettista tukea ohjaajille tukikäyntien menetelmällisessä suunnittelussa. Oppaassa on hyvin kiteytettynä erinäisten haasteiden tyypillisiä piirteitä.

Malisen mukaan opas tuo hyvin esille kohtaamiseen liittyviä teemoja, jotka toimivat hyvänä keskustelupohjana tiimien kehittämispäivissä sekä luo uudelle työntekijälle kattavan näkemyksen toimeksiantajan tavasta toimia. Tukiasumiskäyntien ohjeiden ja menetelmien lisäksi oppaassa oli tuotu esille erilaisia asumisen haasteita ja niihin liittyviä toimintamalleja. Malinen pohtii, että oppaan jäsentelyä voidaan vielä miettiä yhdessä työntekijöiden kanssa, jotta uuden työntekijän on helppo tutustua sisältöön ja omaksua oppaan laajaa sisältöä. Tiivistelmät toimivat hyvin runsaan opuksen lomassa nopean silmäilyn tukena.

Oppaassa on mahdollisuus myös kehittää linkittämistä jo olemassa oleviin toimintaohjeisiin ja prosessikuviin, minkä myötä perehdytys toimii kokonaisuutena. Muokattava versio oppaasta tukee oppaan pitkäikäisyyttä sekä toimeksiantajan mahdollisuutta kehittää opasta muuttuviin tarpeisiin. Lisäksi opas verkkoversiona mahdollistaa linkkien hyödyntämisen ohjaajan työn tukena. Kokonaisuutena tuotos on ohjaajien työhön konkreettista tukea antava opas.

Opinnäytetyön laajuus yllätti opinnäytetyön tekijät ja tämän vuoksi aikataulussa pysyminen koitui haastavaksi. Työn aloitusta ei pystytty aloittamaan aikataulussa, joten haastatteluiden toteutus, oppaan teko sekä opinnäytetyön kirjoittaminen painottuivat kaikki syksylle. Tästä johtuen aikaa opinnäytetyön toteutukselle jäi vähemmän, ja jouduimme tekemään töiden ohella pitkiä päiviä, jotta työ saatiin valmiiksi aikataulussa. Olemme kuitenkin valmiiseen tuotokseen ja itse lopputulokseen tyytyväisiä. Oppaan ammattimaisuuteen ja selkeyteen panostettiin sekä ehdimme ottaa myös visuaalista puolta huomioon. Sisältö on sellainen kuin suunnittelimme ja saimme vastattua toimeksiantajan tarpeisiin tuotoksellamme. Haastatteluiden merkitys ja näkyvyys oppaassa tuotiin konkreettisesti esille omana lukunaan ja pyrimme huomioimaan oppaan

sisällössä eri problematiikat ja tuen tarpeet. Kirjallisia tehtäviä olisimme toivoneet oppaaseen hieman enemmän, mutta työn helpon muokattavuuden ansiosta tehtäviä on mahdollista lisätä vielä jälkikäteen.

16.3 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa tutustuttiin ammattikorkeakoulujen laatiimiin eettisiin ohjeistuksiin sekä tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK 2023) ohjeisiin. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan mukaan tutkimuseettisiin peruseriaatteisiin kuuluvat rehellisyys, huolellisuus sekä tarkkuus opinnäytetyön toteutuksessa. Opinnäytetyön tekstiä ei ole plagioitu, eikä muiden julkaisuihin viitattua tekstiä tai tutkimusaineistoa ole vääristelty tai keksitty. Lähdeviittaukset on pyritty tekemään huolellisesti, tarkasti ja asianmukaisesti sekä Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun lähdeohjetta menetellen.

Teemahaastatteluiden toteutuksessa huolehdittiin ennakkoon toiminnan eettisestä puolesta. Ennen tutkimusaineiston keruuta on huolehdittava, että luvat ja suostumukset ovat kunnossa. Tutkittavien turvallisuus ja terveys eivät saa vaarantua. (TENK 2023, 13.) Haastateltavat saivat saatekirjeen sekä suostumuslomakkeen (liite 1 ja 2) ennen haastatteluaineiston keräämistä. Haastateltavilla oli mahdollisuus keskeyttää haastattelutilanne milloin tahansa. Haastatteluihin osallistuminen perustui täysin vapaaehtoisuuteen. Haastattelut toteutettiin rauhallisessa ja yksityisessä tilassa. Työssä pyrittiin myös sosiaalialan eettisten periaatteiden näkyvyyteen, varsinkin haastatteluissa, joiden aikana pyrittiin kunnioittamaan ihmisoikeuksia ja ihmisarvoa. Tämä näyttäytyi esimerkiksi itsemääräämisoikeuden, osallistumisoikeuden, yksityisyyden ja kokonaisvaltaisen kohdatuksi tulemisen oikeuden kunnioittamisella (Talentia ry 2005).

Haastattelut nauhoitettiin ja nauhat tuhottiin, kun haastatteluaineisto oli saatu litteroitua tietokoneelle. Haastateltavien anonyymiys säilyi koko opinnäytetyöprosessin ajan. Luotettavuutta vahvisti analyysien selkeä rakenne sekä analyysivaiheeseen kootut sitaatit, jotka olivat suoria lainauksia haastattelutilanteista. Luotettavuutta määrittelee myös haastatteluaineiston laatu. Laatua voi heikentää esimerkiksi tallenteiden huono kuuluvuus, jos vain osaa haastatelta-

vista on haastateltu, litterointitason eri vaihtelevuus tai sattumanvarainen luokittelu. (Hirsjärvi & Hurme 2022, luku 8.2.) Haastatteluaineiston laatu toteutui luotettavana, eikä heikentäviä asioita tapahtunut aineiston keräämisen ja käsittelyn aikana. Luottamusta heikensi kuitenkin haastateltavien vähäisyys, jolloin haastatteluiden otanta oli hyvin pientä. Tutkimustuloksia ei voida millään tapaa yleistää. Tulokset olisivat voineet olla kattavampia ja monipuolisempia, jos haastateltavien määrä olisi ollut isompi.

Lähdekriittisyys on keskeinen osa luotettavuuden toteutumista. Lähdekriittisyydessä yhdistyvät tekijän tiedonhakutaidot sekä aiemmin omaksuttu asiantuntijatieto. Lähdekriittinen työ vaatii aikaa ja avoimuutta. Lähteen on oltava luotettava, laadukas ja sen täytyy olla tunnustetun toimijan tai alan asiantuntijan tekemä. Lähde on osattava peilata suhteessa työn tavoitteisiin. (Kostamo ym. 2022, 84.) Tietoa ja lähteitä pyrittiin etsimään ja käyttämään monipuolisesti. Useita eri lähteitä tarkasteltiin samasta aiheesta, jotta voitiin vakuuttua tiedon luotettavuudesta. Luotettavuutta voi heikentää ulkomaalaisten lähteiden käyttö, jolloin eri kielistä tekstiä täytyy ymmärtää ja kääntää suomen kieleksi. Tämä voi aiheuttaa virheellisiä tulkintoja.

16.4 Ammatillinen kasvu opinnäytetyöprosessin aikana ja yleinen pohdinta

Opinnäytetyön toteutus on laaja ja monipuolinen prosessi, jonka tarkoituksena on yhdistää teoreettista tietoa sekä käytännön työelämää yhteen. Opinnäytetyön tekijöillä oli erilaiset lähtökohdat opinnäytetyön toteutukselle, mutta molemmat tekijöistä kuitenkin tavoittelivat ammatillisuuden syventämistä ja uuden tiedon sisäistämistä. Opinnäytetyön laatiminen oli prosessina molemmille uusi ja prosessi antoi paljon valmiuksia tutkimuksellisen tekstin kirjoittamiseen tulevaisuudessa.

Laura sai kattavasti uutta tietoa mielenterveys- ja päihdekuntoutujien parissa toimimisesta. Lauralla ei ollut entuudestaan kokemusta tukiasumisesta, joten opinnäytetyön toteutus antoi hänelle paljon uutta tietoa, jota pystyy soveltamaan tulevaisuuden työelämässä. Niinalla oli jo työkokemusta juuri toimeksiantajan yrityksestä, ja opinnäytetyöprosessi syvensikin Niinan ammattitaitoa.

Molemmat meistä saivat täysin uutta tietoa sosiaalialan työmenetelmistä sekä kehittämistyön toteutuksesta. Kohderyhmä tuli molemmille laajemmin tutuksi, ja teemahaastattelut auttoivat sisäistämään asiakkaiden kokemia ajatuksia tukiasumiseen liittyen. Molempien ymmärrys asiakkaiden osallistamisen tärkeydestä osana sosiaalialaa kasvoi merkittävästi.

Opinnäytetyön tekemisessä nostamme yhdeksi haasteeksi lähteiden kriittisen tarkastelun. Koimme epävarmuutta lähdekirjallisuuden kelpoisuudesta, mikä aiheutti sen, että kirjoittaminen ei edennyt sujuvasti. Kirjoitusprosessin myötä kriittisen tarkastelun taito kuitenkin kehittyi. Tarkasteltaessa aiempaa osamista ennen opinnäytetyön tekoa, opimme etsimään sujuvammin luotettavaa tietoa prosessin myötä. Pehdytysoppaan kehittämisen kautta pääsimme tarkastelemaan hyvin yksityiskohtaisesti päihde- ja mielenterveysongelmia, retkahduksia sekä käytännön toimintoja tukiasumisyksikön toiminnassa. Tekevämmäme tuotos sekä raportti on antanut meille paljon uusia näkökulmia suhteessa mielenterveys- ja päihdekuntoutujien kanssa työskentelyyn.

Kirjoittamisprosessi aiheutti molemmissa tekijöissä epätoivon tuntemuksia eikä työn edistäminen meinannut lähteä sujumaan rutiinimaisesti. Pohdintaa on herättänyt opinnäytetyön aiheen laajuus, jonka takia myös keskeisiä käsitteitä oli paljon. Käsitteet olivat laajoja ja niistä löytyi paljon tietoa. Tiedon rajaaminen ja tärkeimpien asioiden tunnistaminen oli välillä haastavaa, jonka vuoksi käsittely on saattanut jäädä pintapuoliseksi. Työn laajuus tuntui välillä ylitsepääsemättömältä, jonka vuoksi välillä lisäsimmekin yhdessä kirjoittamista etäyhteyksien välityksellä. Saimme lopulta hyvällä yhteistyöllä kannustettua toinen toistamme ja olemme tyytyväisiä lopulliseen tuotokseen sekä kirjoittamaamme opinnäytetyön raporttiin.

Molemmat opinnäytetyön tekijöistä pohtivat työn toteutuksen aikana ja sen jälkeen, oliko työn laajuus kuitenkin liiallinen, ottaen huomioon aikataulun sekä molempien elämäntilanteet opinnäytetyön tekoaikana. Ajatuksia on herättänyt esimerkiksi se, jäikö haastattelujen toteutus vajaaksi tai vain pintaraapaisuksi ja antoiko se kuitenkin opinnäytetyöhömme niin paljoa painoarvoa kuin mitä olimme ajatelleet. Toisaalta koimme tärkeäksi kuulla asiakkaita ja osallistuttaa

heitä oppaan teossa jollakin tapaa, jotta oppaasta saataisiin mahdollisimman asiakaslähtöinen. Jäimme pohtimaan olisiko kuitenkin kysely voinut toimia paremmin. Kyselyn kautta olisimme saaneet useammalta asiakkaalta näkemyksiä opinnäytetyön teemoihin liittyen. Nyt otanta oli todella pieni, koska teema-haastattelut olivat ajallisesti työläitä.

16.5 Jatkokehittämideoita

Pohdimme erilaisia jatkokehittämideoita, jotka ovat nousseet esille kehittämistyön toteutuksen johdosta. Koemme tärkeäksi, että Alfakuntoutus Hervanta Oy:n henkilökunnalle toteutettaisiin kattava teema-haastattelu, jossa selvitetäisiin heidän ajatuksiaan liittyen tukiasumiskäynteihin ja heidän ammattiosaamisensa tasoon suhteessa työn vaativuuteen. Haastattelun perusteella voitaisiin esimerkiksi kartoittaa, kokeeko henkilökunta jatkokouluttamisen tarvetta tai järjestääkö työnantaja sellaista tarpeen mukaan. Mielenterveys- ja päihdekuntoutujien kanssa työskentely vaatii erityisosaamista, minkä vuoksi työntekijöiden ammattiosaamista on hyvä jatkuvasti kehittää.

Haastattelulla voisi myös kartoittaa työntekijöiden työskentelyssä kohtaamia haasteita ja sitä, mitkä asiat voivat vaikeuttaa asiakkaan kuntoutumista ja mitkä asiat taas edistävät kuntoutumista. Haastatteluilla voitaisiin selvittää myös työhyvinvointiin liittyviä tekijöitä, sillä mielenterveys- ja päihdekuntoutujien kanssa työskentely voi ajoittain olla hyvin kuormittavaa. Toimeksiantaja voisi tarvittaessa kartoittaa työntekijöiden työhyvinvointia laajemmin ja pohtia erilaisia menetelmiä sen edistämisen ja ylläpitämisen tueksi. Työturvallisuuskeskus (2016) on laatinut julkaisun sosiaalialan turvallisuuden ja hyvinvoinnin kehittämisen tueksi. Sosiaalialan terveystriskit ovat yleensä psyykkiseen sekä fyysiseen kuormitukseen liittyviä. Haasteelliset tilanteet asiakkaiden kanssa, väkivallan uhka sekä kiireellisyys töissä ovat yleisiä kuormitusta lisääviä tekijöitä. Jatkuva työhyvinvoinnin sekä turvallisuuden kehittäminen on tärkeää henkilöstön hyvinvoinnin kannalta. Työturvallisuuskeskuksen (2016) julkaisua voisi hyödyntää henkilökunnan haastatteluissa. Julkaisusta pystyisi poimaan kattavasti erilaisia teemoja, joita henkilökunnan kanssa voisi käsitellä ja tämän myötä selvittää, miten heidän työssään erinäiset asiat toteutuvat ja

mitkä tekijät henkilökuntaa työssä eniten kuormittavat. (Fagerström ym. 2016, 3.)

Mieleemme tuli myös toinen jatkokehittämisidea, jonka voisi toteuttaa haastattelumenetelmää hyödyntäen. Tämä haastattelu painottuisi asiakkaan tavoitteellisen kuntoutuksen selvittämiseen. Olisi hyvä kartoittaa, onko asiakas saanut tarvitsemaansa hyötyä tukiasumisjaksostaan vai onko asiakas kokenut jakson olevan puutteellinen kuntoutumiseensa nähden. Haastatteluilla voisi kartoittaa laaja-alaisesti asiakkaan kokemat hyödyt ja haitat tukiasumisesta. Haastatteluista syntyneiden tulosten myötä Alfakuntoutus Hervanta Oy pystyisi kehittämään toimintaansa sen suhteen, miten asiakkaat ovat kokeneet asioiden toimivan ja mitä täytyisi vielä kehittää. Työn tuloksena voisi toteuttaa kehittämissuunnitelman, jota toimeksiantaja voisi lähteä hyödyntämään työskentelyn kehittämiseksi.

Osana tätä jatkokehittämisideaa voitaisiin hyödyntää SWOT-analyysiä kehittämisen tukena. SWOT on nelikenttäanalyysi, jonka avulla pystytään selvittämään yritystoiminnan vahvuuksia, heikkouksia, mahdollisuuksia sekä uhkia. SWOT-analyysi jaetaan nelikenttärudukkoon ja jokaiseen rudukkoon laetaan aiemmin mainitut käsitteet. SWOT-analyysiä voidaan käyttää joko koko yrityksen toimintojen tarkasteluun tai rajatusti tiettyyn osa-alueeseen. Jatkokehittämisideassamme voitaisiin SWOT-analyysiä käyttää esimerkiksi niin, että haastattelujen kautta saatava tutkimusaineisto lajiteltaisiin vahvuuksiin ja mahdollisuuksiin sekä heikkouksiin ja uhkiin. Näiden perusteella yrityksen toimintaa voitaisiin lähteä kehittämään huomioiden mahdolliset positiiviset- ja negatiiviset näkökulmat. Vahvuuksia voitaisiin vahvistaa ja hyödyntää jatkossa sekä pyrkiä korjaamaan aineiston perusteella löydettyjä heikkouksia. Mahdollisuuksia pyrittäisiin hyödyntämään ja uhkiin varautumaan. (Suomen Riskienhallintayhdistys s.a.)

Alfakuntoutus Hervanta Oy:n mielenterveys- ja päihdekuntoutujien tukiasumisyksiköitä voisikin kehittää erilaisten tutkimusten myötä. Meidän perehdytysoppaamme toteutus oli yksi iso osa työn laadun kehittämisessä, mutta paljon

olisi mahdollista saada tulevaisuudessa aikaan muun muassa erilaisten haastatteluiden ja niiden tulosten tarkastelujen avulla.

LÄHTEET

Alfakuntoutus. 2023. Laadukasta tukiasumista Tampereella. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://alfakuntoutus.fi/> [viitattu 28.10.2023].

Aspa s.a. Tuettu asuminen, Tampere. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.aspa.fi/tuettu-asuminen-tampere/> [viitattu 17.10.2023].

Asunnottomuus. 2023. Vailla vakinaista asuntoa ry. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://vvary.fi/asunnottomuus/> [viitattu 14.11.2023].

Buch-Geertsema, V. 2010. Defining and measuring homelessness. Homelessness research in Europe: Festschrift for Bill Edgar and Joe Doherty. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.feantsaresearch.org/download/ch013303200488323787194.pdf> [viitattu 14.11.2023].

Develtere, P. 2022. Data collection systems and homelessness in the EU – An overview. European Journal of Homelessness. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.feantsaresearch.org/public/user/Observatory/2022/EJH_16-2/EJH_16-2_RN2.pdf [viitattu 14.11.2023].

Fagerström, V., Koivikko, A. & Rauramo, P. 2016. Sosiaalialan työsuojelu ja -hyvinvointi. Työturvallisuuskeskus. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://ttk.fi/wp-content/uploads/2022/06/Sosiaalialan-tyosuojelu-ja-hyvinvointi.pdf> [viitattu 26.11.2023].

Hirsjärvi, S. & Hurme, T. 2022. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. 2. uudistettu painos. Helsinki: Gaudeamus. E-kirja. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/> [viitattu 17.9.2023].

Hokkanen, S. 2019. Asumissosiaalisen työn opas työntekijöille. Asuminen puheeksi. Tampereen kaupunki. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.ara.fi/download/noname/%7B862A4AEE-87CD-4EAD-A8CA-1D91E30D2FAC%7D/154199> [viitattu 14.11.2023].

Hynynen, R. 2005. Asuntoja ja tukea asunnottomille. Ympäristöministeriö. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/72ceb5c2-7c97-4d91-9e2b-b1eb00b4fa79/content> [viitattu 9.11.2023].

Ilomäki, T., Mäenpää, E., Hautamäki, L. & Ala-Kauhaluoma, M. 2018. Vertaisuus ja kokemusasiantuntijuus toipumisen ja kuntoutumisen tukena. Kuntoutus, 41. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://journal.fi/kuntoutus/article/download/97467/55581> [viitattu 15.11.2023].

Johnson, C. 2002. The benefits of PDCA. ProQuest. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.proquest.com/openview/6fb24b731a9c0c8bafd90096fd751e76/1?pq-origsite=gscholar&cbl=34671> [viitattu 7.10.2023].

- Kallinen, T. & Kinnunen, T. Etnografia. Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Saatavissa: <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/> [Viitattu 3.11.2023].
- Kari, O., Niskanen, T., Lehtonen, H. & Arslanoski, V. 2016. Kuntoutumisen tukeminen. 1. -5 painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Kiianmaa, K. 2015. Alkoholiriippuvuus. Päihdelinkki. WWW-dokumentti. Päivitetty 8.6.2015. Saatavissa: <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/alkoholi/alkoholiriippuvuus> [viitattu 22.10.2023].
- Kivistö, S., Martin, M. & Hautala, S. 2021. Ammattilaisten antamat merkitykset mielenterveys- ja päihdetyön integroidulle kokemusasiantuntijatoiminnalle toimipumisen tukemisessa. A-klinikkasäätiö, Helsinki. PDF-dokumentti. Päivitetty: 25.5.2021. Saatavissa: https://tiedostot.a-klinikkasaa-tio.fi/tutkittua/tietopuu_tutkimussarja_2_2021_ammattilaisten_antamat_merkitykset_mielenterveys- ja_paihdyohon_integroidulle_kokemusasiantuntijatoiminnalle.pdf [viitattu 16.11.2023].
- Kostamo, P., Airaksinen, T. & Vilkkä, H. 2022. Kirjoita itsesi asiantuntijaksi: opas toiminnalliseen oppinäytetyöhön. Helsinki: Art House Oy.
- Laitila, M. 2010. Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdetyössä. Fenomenografinen lähestymistapa. Itä-Suomen yliopisto. Terveystieteiden tiedekunta. Hoitotieteenlaitos. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/9894/urn_isbn_978-952-61-0224-5.pdf [viitattu 15.11.2023].
- Laukkala, T. & Kukkonen-Harjula, K. 2019. Liikunta tukee mielen toipumista. Lääkärilehti. WWW-dokumentti. Julkaistu: 15.11.2019. Saatavissa: <https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/katsausartikkeli/liikunta-tukee-mielen-toipumista/?public=74c129a1e9e559f9b75fad314ceb640c> [viitattu 9.11.2023].
- Leemann, L. & Hämäläinen, R.M. 2016. Asiakasosallisuus, sosiaalinen osallisuus ja matalan kynnyksen palvelut. Pohdintaa käsitteiden sisällöstä. Yhteiskuntapolitiikka 81. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131350/YP1605_Leemann&Hamalainen.pdf [viitattu 15.11.2023].
- Lindström, J. 2022. Vankilasta vapautteen päihteetöntä ja rikoksetonta arkea opetellen. Rikoksenteoriantuneuvosto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://rikoksenteoriantuneuvosto.fi/-/haaste-3-22-kokemusasiantuntijan-nakokulmia-vankien-vapautumiseen> [viitattu 10.11.2023].
- Metsämuuronen, J. 2003. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. 2. uudistettu painos. Helsinki: Gummerus.
- Mielenterveystalo s.a. Oirekyselyt. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/oirekyselyt> [viitattu 5.10.2023].
- Maunu, A. 2014. Päihteet, tunteet ja sosiaalisuus: Näkyvän päihteidenkäytön näkymättömät syyt. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://journal.fi/janus/article/view/51202/15647> [viitattu 2.11.2023].

Mehiläinen s.a. Riippuvuus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.mehilainen.fi/mielenterveys/riippuvuudet> [viitattu 3.11.2023].

Mielen Ry s.a. Tuettu asuminen. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://mielen.fi/tuettu-asuminen/> [viitattu 16.10.2023].

Miettinen, M., Kaunonen, M., Peltokoski, J. & Tarkka, M. T. 2009. Laadukas perehdyttäminen: Osa II Hoitotyön perehdytyksen prosessi ja sen arviointi. Hallinnon tutkimus. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://journal.fi/hallinnontutkimus/article/download/100591/58114> [viitattu 14.11.2023].

NA World Services, Inc s.a. Kuka, mitä, miten ja miksi. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.na.org/?ID=ips-fi-fi-IP1> [viitattu 9.11.2023].

Nyyti ry s.a. Mielenterveyshäiriöt. WW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/mielenterveys/mielenterveyshairiotuusi/> [viitattu 19.9.2023].

Palukka, H., Tiilikka, T. & Auvinen, P. 2019. Kokemusasiantuntija sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujärjestelmässä – osallisuuden mahdollistaja vai osallistamispolitiikan edustaja. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://journal.fi/janus/article/download/66252/40484> [viitattu 16.11.2023].

Pirkanmaan Hyvinvointialue. s.a. Mielenterveys- ja päihdekuntoutujien asumispalvelut. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.pirha.fi/palvelut/palveluhakemisto/mielenterveys-ja-paihdekuntoutujien-asumispalvelut> [viitattu 16.10.2023].

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_2.html [viitattu 5.10.2023].

Saarinen, S. & Kilkku, N. 2021. Ohjauksen käsitteet mielenterveys- ja päihde-työssä – näkykö asiakkaan osallisuus? Kuntoutus 44. PDF-dokumentti. Saatavilla: <https://journal.fi/kuntoutus/article/view/109477> [viitattu 15.11.2023].

Salo, M. & Hyvärinen, S. 2012. Kokemalla kohdattu, tutkimalla tulkittu. Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10138/41563/ARArA_2_2012_Kokemalla_kohdattu_tutkimalla_tulkittu.pdf?sequence=2&isAllowed=y [viitattu 14.11.2023].

Sosiaalipalvelujen omaevalvontasuunnitelma 2021. Alfakuntoutus Hervanta Oy. Moniste.

Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014/1301.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2023. Asumispalvelut ja asunnon muutostyöt. WWW-dokumentti. Päivitetty: 5.1.2023. Saatavissa: <https://stm.fi/asumispalvelut-asunnon-muutostyot> [viitattu 17.10.2023].

- Stenius-Ayoade, A., Haaramo, P. & G. Eriksson, J. 2018. Asunnottomuuteen liittyy suuria terveystriskejä. Lääkärikirja Duodecim. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/duo14252> [viitattu 14.11.2023].
- Suomen AA-kustannus ry s.a. Mitä AA on? WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.aa.fi/index.php?type=0&id=24&pageid=24> [viitattu 9.11.2023].
- Suomen Riskienhallintayhdistys s.a. Nelikenttäanalyysi – SWOT. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://pk-rh.fi/tools/swot.html> [viitattu 26.11.2023].
- Talentia Ry. 2005. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://elsilehto.files.wordpress.com/2013/11/sosiaalialan-ammattilaisen-eettiset-ohjeet.pdf> [viitattu 8.11.2023].
- THL. 2016. Mielen hyvinvoinnin edistäminen osaksi kunnan strategiaa. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136240/URN_ISBN_978-952-343-112-6.pdf?sequence=1 [viitattu 26.11.2023].
- THL. 2023. Mielenterveyshäiriöt. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. Päivitetty 7.9.2023. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot> [viitattu 4.10.2023].
- THL. 2023. Terapeuttiset menetelmät ja terapiapalvelut. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. Päivitetty 27.10.2023. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyspalvelut/terapeuttiset-menetelmat-ja-terapiapalvelut> [viitattu 8.11.2023].
- THL. 2023. Tilastoraportti 15/2023. Suomalaisten huumeiden käyttö ja huumeaseteet 2022. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. Päivitetty 14.4.2023. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/147677/Tilastoraportti_59_2023_Suomalaisten_alkoholink%C3%A4ytt%C3%B6tavat_2023_s.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 19.9.2023].
- THL. 2023. Tilastoraportti 59/2023. Suomalaisten alkoholinkäyttötavat 2023. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. WWW-dokumentti. Päivitetty 30.10.2023. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/147677/Tilastoraportti_59_2023_Suomalaisten_alkoholink%C3%A4ytt%C3%B6tavat_2023_s.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 1.11.2023].

TIEDOTE HAASTATTELUSTA

Hei,

olemme kaksi Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijaa ja teemme opinnäytetyötä. Opinnäytetyömme tarkoituksena on kehittää Alfakuntoutus Pispalaan perehdytysopas tukiasumiskäyntien sisällöstä, tarkoituksesta sekä lisäksi tutkia tuen merkitystä asiakkaalle mielenterveys- ja päihdekuntoutujien tukiasumisyksikössä.

Opinnäytetyötä varten haastattemme Alfakuntoutus Hervannan asiakkaita, ja tarkoituksenamme on selvittää, minkälainen merkitys teille on tukiasumisyksikön sekä ohjaajien tarjoamasta tuesta. Haastattelut toteuttaa Alfakuntoutus Hervanta Oy:n ohjaaja Niemi kesän 2023 aikana. Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista. Kaikki haastattelussa kertomasi asiat ovat luottamuksellisia eikä sinun henkilöllisyytesi tule ilmi valmiissa opinnäytetyössämme. Haastattelut ovat siis anonyymejä, emmekä kerää minkäänlaisia henkilötietoja osaksi haastatteluja. Haastattelut nauhoitetaan ja nauhoitteet tullaan hävittämään heti niiden käsittelemisen jälkeen. Sinulla on myös oikeus peruuttaa suostumuksesi haastatteluun sekä keskeyttää haastattelu missä vaiheessa tahansa.

Kokemuksesi saamastasi tuesta Alfakuntoutus Hervannan tukiasumisyksikössä ovat tärkeitä, sillä asiakkaan omat kokemukset ovat merkityksellisiä tutkimuksemme kannalta. Tutkimuksen avulla pystymme kartoittamaan, minkälaisia tukitoimia mahdollisesti kaipaisit enemmän ja minkälaisena koet hyödyn saamastasi tuesta. Kokemuksesi auttaa meitä mahdollisesti kehittämään tukiasumiskäyntien hyötyjä sekä niiden sisältöä.

Ystävällisin terveisin,

sosionomiopiskelija

Niina Niemi

cnini008@edu.xamk.fi

sosionomiopiskelija

Laura Eklund

claek001@edu.xamk.fi

ohjaava opettaja

Hanna Haatainen

hanna.haatainen@xamk.fi

SUOSTUMUS HAASTATTELUUN

Allekirjoittamalla tämän lomakkeen annan suostumukseni haastatteluun. Tiedän mikä on tämän opinnäytetyön ja haastattelun tavoite sekä tarkoitus. Tiedän, että haastattelu on minulle täysin vapaaehtoinen ja voin peruuttaa suostumukseni haastatteluun milloin tahansa. Olen tietoinen, että haastattelun aineistot tullaan käsittelemään anonymisti eikä henkilötietoja tulla keräämään. Tiedän, että henkilöllisyyteni ei tule ilmi valmiissa opinnäytetyössä.

Paikka ja päivämäärä

Allekirjoitus

Teemahaastattelurunko – tuen merkitys asiakkaalle mielenterveys- ja päihdekuntoutujien tukiasumisyksikössä

Teema-alueet ja syventävät kysymykset:

Asiakkaan problematiikka ja lähtökohdat

- Sosiaaliset verkostot/tukiverkosto
- Asiakkaan haasteet ja problematiikka
- Asiakkaan lähtökohta, kun on muuttanut tukiasumiseen, kauanko asunut tukiasumisyksikössä.

Tukiasumiskäynnit

- Tuen tarve, luottamus omaohjaajaan/työntekijöiden vaihtuvuus, ohjaajan ammattitieto,
- Millaisesta tuesta asiakas hyötyy eniten, että hyöty on mahdollisimman pitkäkestoista
- Tavoitteet tukiasumiselle – siihen pääseminen
- Tuen oikea-aikaisuus

Ulkopuoliset palvelujärjestelmät

- Hyödyntääkö tukiasumisen ulkopuolista tukea ja palvelujärjestelmää
- Tuen jatkuvuus tukiasumisen päätyttyä?
- Ulkopuolisen tuen piiriin pääseminen, tuen tarve tähän?

Sisällysluettelo

1. TUKIASUMISKÄYNNIT	3
1.1. Asiakkaiden näkökulmia tukiasumiskäyntien tueksi	7
2. YHTEISTYÖTAHOT & MONIAMMATILLISUUS	8
2.1. Verkostoja.....	9
3. KOHTAAMINEN JA LUOTTAMUS	13
3.1. Haastavan asiakkaan kohtaaminen	15
4. ERI PROBLEMATIIKKOJEN HUOMIOINTI YKSILÖLLISESTI	21
4.1. Mielensterveysongelmat asiakkaan haasteena	21
4.1.1. Masennus	22
4.1.2. Skitsofrenia	23
4.1.3. Kaksisuuntainen mielialahäiriö	24
4.1.4. Ahdistuneisuushäiriöt	25
4.2. Päihdeongelma asiakkaan haasteena	30
4.2.1. Retkahdukset.....	32
4.3. Vankilasta vapautuminen.....	34
5. MENETELMÄLLISYYS TUKIASUMISKÄYNTIEN TUKENA.....	36
5.1. Menetelmiä.....	37
6. KIRJALLISET TEHTÄVÄT OSANA ASIAKKAAN KUNTOUTUMISTA.....	45
LÄHTEET	51