



Olka Laitinen ja Riina Lepola

Toimintaterapeutin työnkuvan kartoitus asunto ensin -periaatteella toimivissa asumisyksiköissä

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Toimintaterapeutti (AMK)

Toimintaterapian tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

4.11.2024

Tiivistelmä

Tekijä(t):	Olka Laitinen ja Riina Lepola
Otsikko:	Toimintaterapeutin työnkuvan kartoitus asunto ensin -periaatteella toimivissa asumisyksiköissä
Sivumäärä:	34 sivua + 3 liitettä
Aika:	4.11.2024
Tutkinto:	Toimintaterapeutti (AMK)
Tutkinto-ohjelma:	Toimintaterapian tutkinto-ohjelma
Ohjaaja(t):	Lehtori Sanna Saikko Lehtori Tuomas Leisti

Tämä opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Sininauha Oy:n asumisyksiköiden Pessi ja Ruusulankatu kanssa. Idea opinnäytetyöhön nousi työelämän tarpeista, missä nähtiin tärkeänä selkeyttää toimintaterapeutin työnkuvaa asunto ensin -yksiköissä. Opinnäytetyön tavoitteena oli kuvata millaista ammatillista osaamistaan toimintaterapeutit voivat hyödyntää asunto ensin -periaatteella toimivissa asumisyksiköissä. Opinnäytetyön tarkoituksena oli laadullisten aineistonkeruumenetelmien avulla tuottaa kuvailevaa tietoa siitä, miten toimintaterapeutit voivat hyödyntää ammattitaitoaan asunto ensin -yksiköissä.

Opinnäytetyön keskeiset käsitteet ja tietoperusta pohjautuvat päihde- ja mielenterveystyöhön sekä asunnottomuuden ehkäisyyn. Tutkimuksellinen opinnäytetyö toteutettiin laadullisia aineistonkeruumenetelmiä hyödyntäen. Opinnäytetyötä varten haastateltiin kolmea asunto ensin -yksikössä työskentelevää toimintaterapeuttia sekä perehdyttiin aiheesta kertovaan kirjallisuuteen.

Tulokset osoittivat, että toimintaterapeutit voivat hyödyntää monella tavalla ammatillista osaamistaan asunto ensin -periaatteella toimivissa asumisyksiköissä. Toimintaterapeuteilla on asiantuntemusta arvioida ja edistää asukkaiden toiminnallisuutta. Työskentelyä tukee toimintaterapeuttien holistinen näkemys asukkaiden tilanteesta sekä toimintakyvyn asiantuntijuus, jota he voivat tuoda esiin moniammatillisessa yhteistyössä.

Asunto ensin -yksiköiden eroavaisuudet, kuten asiakasryhmän haasteet ja koko sekä yksiköiden resurssit, voivat rajoittaa tulosten yleistettävyyttä. Samansuuntaiset haastattelutulokset eri yksiköiden toimintaterapeuteilta viittaavat kuitenkin tulosten laajempaan hyödynnettävyyteen. Jatkossa olisi tärkeää tutkia erilaisten toimintaterapeutistien yksilö- ja ryhmäinterventioiden hyötyjä asunto ensin -yksiköiden asiakasryhmälle. Interventioiden vaikutusten arvioinnissa tulisi tuoda esiin myös asukkaiden omat kokemukset ja toiveet.

Avainsanat: toimintaterapia, päihderiippuvuus, haittoja vähentävä työ, asunto ensin -malli

Tämän opinnäytetyön alkuperä on tarkastettu Turnitin Originality Check -ohjelmalla.

Abstract

Author(s): Olka Laitinen and Riina Lepola
Title: A survey of the job description of occupational therapists in units following housing first model
Number of Pages: 34 pages + 3 appendices
Date: 4 November 2024

Degree: Occupational therapist
Degree Programme: Degree Programme in Occupational Therapy
Instructors: Sanna Saikko, Senior lecturer
Tuomas Leisti, Senior lecturer

This bachelor's thesis was carried out in collaboration with Sininauha Oy housing units Pessi and Ruusulankatu. The idea for the thesis arose from the needs of the working field, where it was seen important to clarify the job description of occupational therapist in Housing First units. The aim of the thesis was to describe what kind of professional skills occupational therapists can use in housing units that operate according to the Housing First principle. The purpose of the thesis was to use qualitative data collection methods to produce descriptive information about how occupational therapists can use their professional skills in Housing First units.

The key concepts and knowledge of the thesis are based on substance abuse and mental health work, as well as on homelessness prevention. The thesis was carried out using qualitative methods of data collection. Three occupational therapists working in the Housing First units were interviewed, and relevant literature on the topic was reviewed.

The results showed that occupational therapists can use their professional skills in a variety of ways in Housing First units. Occupational therapists have the expertise to assess and promote residents' functionality. Their work is underpinned by their holistic view of the situation of residents and their expertise concerning functional capacity, which they can bring into a multi-professional partnership.

Differences among Housing First units, such as challenges and sizes of the client groups as well as available resources, may limit the generalizability of the results. However, similar interview findings with occupational therapists from different units suggest broader applicability of the findings. In the future, it would be useful to study the benefits of various individual and group interventions of occupational therapy for clients in Housing First units. The evaluation of the impact of interventions should also highlight residents' own experiences and preferences.

Keywords: occupational therapy, substance dependence, harm-reduction, Housing First -model

The originality of this thesis has been checked using Turnitin Originality Check service.

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Yhteistyökumppani	2
3	Opinnäytetyön tietoperusta	3
3.1	Asunto ensin -malli	3
3.2	Haittoja vähentävä työ	4
3.3	Mielenterveys- ja päihdeongelmat	5
3.4	Päihderiippuvuuden syntyminen ja vaikutukset toimintakykyyn	5
3.5	Toimintaterapia osana päihdepalveluja	6
4	Opinnäytetyön lähtökohdat	7
5	Opinnäytetyön toteutus	8
5.1	Tiedonkeruumenetelmät	9
5.2	Aineistonhallinta avoimessa haastattelussa	9
5.3	Aineistonhallinta kirjallisuuskatsauksessa	10
5.4	Haastatteluaineiston analyysi	12
5.5	Kirjallisen aineiston analyysi	15
6	Toiminnallisuutta edistävät keinot	16
6.1	Asumiseen kiinnittymistä tukevat keinot	16
6.2	Arkea tukevat ja arjen taitoja vahvistavat keinot	17
6.3	Apuvälineisiin ja ympäristön muokkaamiseen liittyvä osaaminen	19
6.4	Somatiikkaan liittyvä osaaminen	19
6.5	Terapiasuhteosaaminen	20
6.6	Ryhmän suunnittelu- ja ohjaustaidot	21
6.7	Tavoitetyöskentelyyn liittyvä osaaminen	21
7	Holistinen ymmärrys asiakkaan tilanteesta	22
8	Arviointiin liittyvä osaaminen	22
8.1	Kyky arvioida toimintaa ja toiminnallisuutta	22
8.2	Toimintaterapian mallit ja menetelmät sekä toiminnan analyysi	23
9	Toimintakyvyn asiantuntijuus moniammatillisessa työyhteisössä	24
10	Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys	25
10.1	Luotettavuus	25

10.2 Eettisyys	27
11 Pohdinta	28
Lähteet	31
Liitteet	
Liite 1. Tutkittavan suostumuslomake	
Liite 2. Tutkittavan informointilomake	
Liite 3. Tietosuojaseloste	

1 Johdanto

Vuoden 2023 asunnottomuus selvityksen mukaan Suomessa elää runsaat 3 400 asunnotonta yksinelävää. Heistä noin 30 % on pitkäaikaisasunnottomia. (Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus 2024.) Asunnottomuutta on pyritty vähentämään hallituksen käynnistämien kohdennettujen toimenpiteiden avulla, ja asunnottomuus onkin laskenut merkittävästi vuosikymmenien aikana (Pitkänen & Koramo & Valtakari & Mäki 2023: 9). Perustuslain mukaan jokaisella, joka ei kykene hankkimaan ihmisarvoisen elämän edellyttämää turvaa, on oikeus välttämättömään toimeentuloon sekä huolenpitoon. Julkisen vallan tehtävänä on edistää jokaisen oikeutta asuntoon ja tukea asumisen omatoimista järjestämistä. (Suomen perustuslaki: 731/1999 § 19.) Asunnottomuuteen vastaa omalta osaltaan asunto ensin -malli, jonka mukaan asuminen tulee järjestää ennen muihin asunnottoman haasteisiin tarttumista. Sen tausta-ajatuksena on, että kadulta käsin on vaikea hallita arkea tai kuntoutua mielenterveys- ja päihdeongelmista. Asuntoa ei mallin mukaan tarvitse ansaita esimerkiksi elämäntavan muutoksella, kuten päihdeettömyydellä. (Sininauha Oy: a.) Tärkeä osa asunto ensin -periaatetta on haittoja vähentävä työote, jonka tarkoituksena on vähentää huumeiden käyttöön liittyviä haittoja (Tsemberis 2010: 238).

Asunto ensin -yksiköissä hyödynnetään moniammatillista asiantuntijuutta, ja viime vuosien aikana myös toimintaterapeutteja on työllistynyt tälle alueelle. Tämän takia toimintaterapian käytännöt ovat asunto ensin -periaatteen mukaisissa yksiköissä vielä muotoutumassa. Toimintaterapeuttien työnkuvaa ei ole asunto ensin -alueella vielä määritelty kirjallisesti, eikä heidän työtehtävistään ole riittävästi tietoa. Opinnäytetyössä on tarkoituksena perehtyä asunto ensin -yksiköiden toimintaterapeuttien näkemyksiin siitä, miten toimintaterapiaa voidaan hyödyntää mallin mukaisissa yksiköissä. Tutkimusorientoitunut opinnäytetyö on toteutettu laadullisen tutkimuksen menetelmiä hyödyntäen. Opinnäytetyötä varten on haastateltu kolmea asunto ensin -yksikössä työskentelevää toimintaterapeuttia sekä perehdytty aiheeseen liittyvään kirjallisuuteen.

Opinnäytetyön keskeiset käsitteet ja tietoperusta pohjautuvat päihde- ja mielenterveystyöhön sekä asunnottomuuden ehkäisyyn. Keskeisiä käsitteitä ovat mielenterveysongelma, päihdeongelma ja -riippuvuus, haittoja vähentävä työ, sekä asunto ensin -malli.

2 Yhteistyökumppani

Opinnäytetyön työelämäkumppanina toimivat Sininauha Oy:n asumispalveluyksiköt Pessi ja Ruusulankatu, jotka tarjoavat tuettua asumista asunto ensin -periaatteella. Sininauha Oy on asunnottomuus- ja päihdetyön palvelutuottaja, joka toimii Sininauhasäätiön alaisuudessa (Sininauhasäätiö).

Sininauha Oy tarjoaa tuettua asumispalvelua sekä yhteisöllistä ja tehostettua palveluasumista asunto ensin -yksiköissä ja päihde- ja mielenterveysyksiköissä. Sininauha Oy tuottaa tämän lisäksi tilapäis- ja hätmajoitusta sekä koteihin vietävää asumisen tukea. (Sininauha Oy: b.) Tuetun asumispalvelun tavoitteena on varmistaa asumisen onnistuminen ja arjenhallinnan vahvistuminen asukkaan omat lähtökohdat huomioiden. Vuokra-asunnon saamisen edellytyksenä on joko pitkittynyt tai toistuva asunnottomuus sekä päihteisiin ja mielenterveyteen liittyvät haasteet. Tuetun asumisen yksiköissä sovelletaan huonevuokralakia ja työntekijät hyödyntävät työssään kuntouttavia toimintamalleja. (Sininauha Oy: c.)

Sininauhasäätiö on yleishyödyllinen ja arvopohjainen säätiö, joka tekee työtä asunnottomuuden poistamiseksi ja haavoittuvaisessa asemassa olevien ihmisten auttamiseksi. Sininauhasäätiö kehittää uusia matalan kynnyksen toimintamalleja ja harjoittaa niihin perustuvaa toimintaa. Sininauhasäätiö omistaa Sininauha Oy:n kokonaan ja yhdessä nämä muodostavat Sininauhasäätiö-konsernin. Sininauhasäätiön toimintaa on Helsingissä sekä Länsi-Uudenmaan, Vantaan ja Keravan sekä Keski-Uudenmaan hyvinvointialueilla. Merkittäviä rahoittajia ovat Sosiaali- ja terveysministeriö (STEA), Euroopan rakennerahasto (ESR) ja Erasmus+-ohjelma. (Sininauhasäätiö.)

Opinnäytetyön työelämäkumppanit Pessi ja Ruusulankatu ovat asunto ensin -periaatteella toimivia asumisyksiköitä, jotka tarjoavat tuettua asumista etenkin pitkäaikaisasunnottomille, joilla on taustalla päihde- ja mielenterveysongelmia. (Sininauha Oy: d, e). Pessin tavoitteeksi on määritelty kodin mahdollistaminen jokaiselle sekä asumisedellytysten parantaminen. Arjen- ja elämänhallintaan yksikössä saa tukea henkilökunnalta. Pessin yhteydessä toimii kuntouttavaa ja yhteisömuotoista asumista tarjoava Pessix sekä vahvaa tukea arkeen tarjoava Somix asumispalveluosasto. (Sininauha Oy: d.) Myös Ruusulankadulla asumisen onnistumista tuetaan moniammatillisen henkilökunnan toimesta. Lisäksi sekä Pessissä, että Ruusulankadulla asukkailla on mahdollisuus elää aktiivista arkea osallistumalla esimerkiksi työ- tai vertaistoimintaan sekä erilaisiin ryhmiin. (Sininauha Oy: d, e.)

3 Opinnäytetyön tietoperusta

Sininauha Oy:n asunto ensin -asumisyksiköissä noudatetaan asunto ensin -periaatetta, johon kuuluu muun muassa tuen ja ohjauksen antaminen päihteiden käytöstä johtuvien haittojen vähentämiseen (Sininauha Oy: a). Sininauha Oy:n asumisyksiköihin päätyvillä asukkailla on usein taustalla pitkään jatkunut asunnottomuus sekä päihde- ja mielenterveysongelmia (Sininauha Oy: c). Päihteet sallivassa yksikössä työskentelevän toimintaterapeutin on tärkeä ymmärtää asukkailla ilmeneviä haasteita ja heidän tilanteensa kokonaisuutta. Tähän liittyy esimerkiksi tieto päihde- ja mielenterveysongelmista, päihderiippuvuuksista sekä näiden vaikutuksista toimintakykyyn.

3.1 Asunto ensin -malli

Alkuperäinen asunto ensin -malli tulee New Yorkista ja kantaa nimeä Pathways housing first (PHF) (Kettunen 2013: 562–563). Tämä psykologian tohtori Sam Tsembersin kehittämä malli on näyttäytynyt tehokkaana keinona vähentää runsaasti tukea tarvitsevien ihmisten asunnottomuutta Kanadassa, Yhdysvalloissa ja monissa Euroopan maissa. Mallin mukaan asunto on viimesijaisen tavoitteen sijaan lähtökohta. Asunto ensin -nimi viittaa siihen, että asunnon järjestäminen nähdään muiden tukitoimien perustana. Malli pyrkii varmistamaan, että asiakas kykenee asumaan omassa asunnossaan ja osana yhteisöä. (Pleace 2016: 17).

New Yorkissa PHF:n mukaan toimiva pathways to housing -organisaatio (Pathways) tarjoaa haja-asuttamisen periaatteella asunto ensin -mallin mukaisia palveluja. Pathways auttaa asiakkaitaan vuokraamaan asunnot markkinoilta tai vaihtoehtoisesti vuokraa ne itse ja solmii jälleenvuokrasopimukset asiakkaidensa kanssa. Lisäksi malliin sisältyy koteihin vietävä, liikkuva ja asiakkaan tarpeiden mukaisesti joustava tukipalvelu. (Kettunen 2013: 562–563.)

Pathways to housing -organisaation toiminta perustuu ajatukseen siitä, että asuminen on perusoikeus. Organisaatio rohkaisee asiakkaita määrittelemään omat tarpeensa ja tavoitteensa ja tarjoaa asiakkaille asunnon ilman psykiatrisen hoidon tai raittiuden edellytyksiä. (Tsemberis ym. 2004: 651–652.) Usein portaittaiset asuttamisjärjestelmät ja muut asumispalvelut edellyttävät asunnottomilta hoitoon sitoutumista ja päihteiden käytön lopettamista ennen kuin asunnon järjestäminen on mahdollista. Hoidosta

kieltäytyminen tai sitoutumattomuus päihteettömyyteen näissä palveluissa saattavat johtaa asunnon menettämiseen. (Pleace 2016: 17.)

Asiakkaiden omaa valinnanvapautta korostaen Pathwaysin toiminta perustuu haittoja vähentävään menetelmään ja tähtää siten vähentämään huumeiden väärinkäytön ja psykiatristen oireiden haitallisia seurauksia; tunnustetaan, että asiakkaat ovat eri toipumisvaiheessa ja tarvitsevat yksilöllisesti räätälöityjä toimenpiteitä. Asiakkaat ovat oikeutettuja valitsemaan käyttävätkö he päihkeitä vai eivät, tai ottavatko lääkkeitä vai eivät. Valinnoistaan huolimatta heille on koko ajan apua tarjolla, heitä ei kohdella kielteisesti eikä heidän asumisensa ole uhattuna. (Tsemberis ym. 2004: 651–652.)

Suomeen asunto ensin -periaate on saapunut vuosina 2008–2011 toteutetun pitkäaikaisasunnottomuuden vähentämishjelman (PAAVO) myötä. Ohjelman mitattavaksi tavoitteeksi määriteltiin pitkäaikaisasunnottomuuden puolittaminen hallituskaudella 2008–2011. Tavoitteen saavuttamisen keinoksi valittiin asunto ensin -periaatteen soveltaminen uusien asumispalveluiden mallina. (Kettunen 2013: 562.)

Suomalaisessa asunto ensin -periaatteessa on kuitenkin havaittavissa merkittäviä eroja verrattuna alkuperäiseen PHF-malliin; periaate on assimiloitunut suomalaiseen palvelujärjestelmään. Toisin kuin New Yorkissa, haja-asuttamisen sijaan suomalaiset asunto ensin -periaatteen mukaiset palvelut ovat pääosin suurehkoja tuetun asumisen yksiköitä, ja niissä voi olla yhtenäisiä piirteitä laitosasumisen kanssa. PAAVOn aikaan saamia, laitosasumisesta poikkeavia tekijöitä yksiköissä ovat kuitenkin vuokrasopimusperusteisuus, haittoja vähentävä politiikka sekä se, että psykiatrista hoitoa ei edellytetä ennen muuttoa. (Kettunen 2013: 566–567.)

3.2 Haittoja vähentävä työ

Päihkeitä käyttävien ihmisten parissa haittoja vähentävä työ keskittyy ihmisen tukemiseen ja auttamiseen hänelle itselleen tai ympäristölleen haitallisen toiminnan ja käyttäytymisen muuttamiseksi vähemmän haitalliseksi ja elämänlaatua kohentavaksi. Haittoja vähentävä työ pyrkii myös vaikuttamaan yhteiskuntaan ja ympäristöön niin, että haitat huumeiden käytöstä olisivat mahdollisimman vähäiset, ja huumeita käyttävien mahdollisuudet ja oikeudet osallistua toteutuisivat yhteiskunnassa. (Ovaska & Koskela: 5.)

Haittoja vähentävä työ edellyttää helposti lähestyttävää palvelua, kuten kohderyhmälle sopivaa maantieteellistä sijaintia ja sopivia aukioloaikoja (Ovaska & Koskela: 11).

Haittoja vähentävässä työssä tavoitteet ovat asiakaslähtöisiä, realistisia ja asiakkaalle sopivan kokoisia tavoitteita, eivätkä ne edellytä päihteiden käytön lopettamista.

Tällainen tavoite voi olla esimerkiksi opetteleminen pistämään pienemmällä neulalla.

(Ovaska & Koskela: 11–12.) Haittoja vähentävät tavoitteet voivat olla kokonaisuuden kannalta erittäin tärkeitä, vaikka henkilö ei olisi ajankohtaisesti valmis vähentämään tai lopettamaan käyttöönsä (Niemelä 2018).

3.3 Mielenterveys- ja päihdeongelmat

Päihde -ja mielenterveysongelmat ovat usein kietoutuneita toisiinsa. Monet psykiatriset häiriöt altistavat päihteiden ongelmakäytölle, ja päihteillä saatetaan lievittää eriasteisia ahdistus-, pelko- ja masennusoireita. Toisaalta päihteiden ongelmakäyttö ja päihderiippuvuus erilaisine seurauksineen myös aiheuttaa, sekä vaikeuttaa erilaisia mielenterveysongelmia. (Häkkinen 2023.) Varhain alkanut päihteiden käyttö saattaa heikentää tunnesäätelytaitojen kehittymistä, jolloin päihteillä opitaan säätelemään kielteisiä tunnetiloja (Levola & Lönnqvist & Niemelä 2023).

Kaksoisdiagnoosit ovat yleisiä päihteitä käyttävillä. Tällöin kyseessä on samanaikainen päihde- ja mielenterveyden häiriö, kuten mielialahäiriö, ahdistuneisuushäiriö, persoonallisuushäiriö tai psykoottinen häiriö. (Aalto 2017.) Vuonna 2015 jopa 50–60 % päihdeongelmien takia hoitoon hakeutuneista ilmoitti, että heillä oli myös muu lääkärin toteama mielenterveyden häiriö. Päihdehoitoon hakeutuneista aikuisista noin joka kuudennella esiintyy ADHD:ta, eli tarkkaavaisuus- ja ylivilkkaushäiriötä.

Päihdehäiriöistä kärsivillä henkilöillä myös traumakokemukset sekä tähän liittyvät oireet ja häiriöt ovat yleisempiä. Samanaikaiset päihde- ja mielenterveyshäiriöt ovat yhteydessä heikompiin hoitotuloksiin, pitkittyneisiin ja toistuviin sairaalajaksoihin, sekä sosiaalisiin ongelmiin. (Levola & Lönnqvist & Niemelä 2023.)

3.4 Päihderiippuvuuden syntyminen ja vaikutukset toimintakykyyn

Päihderiippuvuus on monitahoinen ilmiö, joka aiheuttaa muutoksia muun muassa hermostossa ja kognitiossa, sekä lisää tapaturmien, terveysongelmien ja yliannostuksien riskiä (Häkkinen 2023). Päihderiippuvuuteen kuuluu pakonomainen ja hallitsematon päihteiden käyttö, johon liittyy voimakas päihteen himo, päihteiden muodostuminen elämän keskipisteeksi, sekä käytön jatkuminen koetuista haitoista huolimatta (Hyytiä 2018). Päihderiippuvuuden vaikutukset ulottuvat koko elämään ja

saavat aikaan usein myös erilaisia taloudellisia ja sosiaalisia ongelmia (MIELI Suomen mielenterveys ry 2023). Päihderiippuvuus voi olla sekä fyysistä, että psyykkistä (Joutsa & Kiianmaa 2018).

Päihderiippuvuuden syntymiseen vaikuttavat perintö- ja ympäristötekijät ja sen oletetaan kehittyvän päihteiden käytöstä johtuvien aivoissa tapahtuvien biologisten muutosten kautta (Duodecim 1999). Alkususäyksen riippuvuuden kehittymiselle antaa päihteiden aikaansaama aivojen palkitsemisjärjestelmien toistuva aktivoituminen. Riippuvuuden kehittyessä päihteiden positiiviset ja ehdollistuneet vaikutukset perustuvat pääasiassa aivojen mesolimbisen dopamiiniradan aktivoitumiseen. Pitkään jatkunut päihteiden käyttö saa aikaan muutoksia aivojen motivaatio- ja palkitsemisjärjestelmissä, heikentää aivojen etuotsalohkon toiminnanohjausta ja herkistää stressijärjestelmiä. Etuotsalohkon ja konnektiivisuuden muutoksilla on ajateltu olevan tärkeä merkitys riippuvuuteen liittyvissä kognitiivisissa ja sosiaalisissa toimintakyvyn ongelmissa. (Hyytiä 2018.)

Psykologisella tasolla addiktiota voidaan ymmärtää pakonomaisena keinona helpottaa sietämätöntä ahdistusta ja sen taustalla olevia vaikeita tunteita, kuten syyllisyyttä, pelkoa, häpeää, avuttomuutta, merkityksettömyyttä tai ulkopuolisuutta. (Häkkinen 2023). Varsinkin huumeita suonensisäisesti käyttävillä ihmisillä on usein lapsuusajoilta saakka traumatisoivia ja kehitykseen vaikuttavia kokemuksia, kuten hylkäämistä, väkivaltaa, pelkoa tai hyväksikäyttöä (Ovaska & Koskela: 7). Päihteiden jatkuva käyttö kuitenkin vain lisää pakonomaisen päihteiden käytön taustalla olevia ahdistavia tunnetiloja (Häkkinen 2023).

3.5 Toimintaterapia osana päihdepalveluja

Päihde- ja riippuvuustyön valtakunnallisesta suunnittelusta, ohjauksesta ja valvonnasta vastaa Sosiaali- ja terveysministeriö. Päihde- ja riippuvuushoidon järjestämisestä vastaavat hyvinvointialueet. Päihde- ja riippuvuustyön tavoitteena on vähentää ja poistaa päihteisiin ja riippuvuusikäyttäytymiseen liittyviä tekijöitä, jotka vaarantavat terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta. (Sosiaali- ja terveysministeriö.)

Päihdepalvelujärjestelmään kuuluu muun muassa selviämis- ja katkaisuhuoltoasemat, päihdepoliiklinikat, A-klinikka- ja nuorisoasematoiminta, päihdekuntoutuslaitokset, huumeidenkäyttäjien terveysneuvontapisteet, päiväkeskukset ja ensisuoajat (Käypä hoito –suositus 2022). Toimintaterapeutit voivat työskennellä päihdepalveluissa

esimerkiksi päihdepoliklinikalla (Hartikainen, 2020: 2), päihdekuntoutuksessa (Helsingin kaupunki) tai päihdehuollon tuetussa asumisessa (Sininauhasäätiö 2023).

Huumeongelmien Käypä hoito -suosituksessa (2022) tulee esiin, että huumeongelmaisten hoidossa keskeinen elementti on terapeutin keskustelu ja yhdessä tekeminen. Koska terapeutin toiminta ja vuorovaikutus kuuluvat toimintaterapeutin osaamisalueeseen, on perusteltua, että toimintaterapialla voidaan vaikuttaa positiivisesti huumeongelmista kärsivien tilanteeseen niin päihdehaittoja vähentävässä ympäristössä, kuin muillakin päihdetyön alueilla. Terapeutin vuorovaikutustaidoilla on suuri merkitys päihdehoidon tulokseen ja toimivan työskentelysuhteen luominen kuuluu terapeutin vastuulle (Käypä hoito –suositus 2022).

Toimintaterapian avulla on mahdollista auttaa moniongelmaisia asiakkaita, joilla on päihdeongelman lisäksi esimerkiksi päihdeongelmasta riippumatonta psykiatrista oirehdintaa tai neurologista tai somaattista oirehdintaa. Päihdehoidossa toimintaterapeutin osaaminen on hyödyllistä myös arviointijaksoilla, etenkin jos asiakkaalla on tavoitteen asettelussa haasteita. Toimintaterapeutilla on myös osaaminen toimia konsultaatioapuna tai olla moniammatillisesti mukana arvioimassa asiakkaan toipumispääomaa suhteessa eri päihdepalveluihin. Lisäksi toimintaterapialla voidaan tarjota asiakkaalle yksilöllistä apua. (Hartikainen 2020: 3, 7, 9.)

Toimintaterapeutti voi hyödyntää päihteitä käyttävien asiakkaiden kanssa esimerkiksi erilaisia toiminnallisia ja luovia menetelmiä. Ne edistävät auttamistyössä vuorovaikutusta sekä keskinäistä ymmärrystä. Toiminnalliset ja luovat menetelmät mahdollistavat pääsyn tutkimaan lähempää asiakkaan päihteidenkäyttöä, päihteidenkäytön historiaa, elämäntilannetta, ajatuksia ja haaveita sekä esimerkiksi asiakkaan omia voimavaroja, kiinnostuksen kohteita ja selviytymisen keinoja (Salonen-Chydenius 2017.)

4 Opinnäytetyön lähtökohdat

Helsingin kaupunki kilpailuttaa ja ostaa yksityisiltä palveluntuottajilta asunnottomien asumispalveluita. Koska asunto ensin -mallin mukaiset yksiköt ovat toimintaterapeuteille suhteellisen uudella ammatillisella alueella, ei toimintaterapeutteja työskentele kuin harvoissa asunto ensin -yksiköissä, eikä heidän työnkuvaansa ole kaupungin toimesta määritelty kirjallisesti. Kirjallinen työnkuvaus voi selkeyttää toimintaterapeuttien roolia ja osoittaa heidän työnsä tarpeellisuuden ja hyödyt, ja siten

kasvattaa toimintaterapeuttien määrää kyseisellä ammatillisella alueella. Opinnäytetyön aihe onkin lähtöisin työelämän kehittämistarpeista, joissa korostuvat riittämätön kirjallinen informaatio toimintaterapeuttien työtehtävistä asunto ensin -yksiköissä. Kirjallinen työnkuvaus tarjoaa hyödyllistä materiaalia kaikille haittoja vähentävän päihdealan toimintaterapeuteille sekä muille aihepiiristä kiinnostuneille ammattilaisille.

Tutkimuksellisen opinnäytetyön tavoitteena oli kuvata, millaista ammatillista osaamista toimintaterapeutit voivat hyödyntää asunto ensin -periaatteella toimivissa asumisyksiköissä. Opinnäytetyön tarkoituksena oli laadullisten aineistonkeruumenetelmien avulla tuottaa kuvailevaa tietoa siitä, miten toimintaterapeutit voivat hyödyntää ammattitaitoaan asunto ensin -yksiköissä.

Opinnäytetyön tutkimuskysymys oli: millaista ammatillista osaamista toimintaterapeutit voivat hyödyntää asunto ensin -mallin mukaisissa yksiköissä? Tutkimuskysymyksen avulla oli tarkoitus kerätä toimintaterapeuttien asiantuntijanäkemyksiä siitä, mitä toimintaterapeutin työnkuvaan voisi sisältyä asunto ensin -yksiköissä. Tätä varten kerättiin myös aiheeseen liittyvää aiempaa tutkimustietoa.

Opinnäytetyön suunnitelmavaihe kesti syyskuusta 2023 maaliskuuhun 2024 asti. Opinnäytetyön toteutusvaihe käynnistyi maaliskuussa 2024 tutkittavien rekrytoinnilla. Haastateltavat rekrytoitiin työelämäkumppanin kontaktien avulla, minkä jälkeen kolmelle kiinnostuneelle lähetettiin informointilomake sekä suostumuslomake täytettäväksi. Kun haastateltavat olivat allekirjoittaneet suostumuslomakkeet, sovittiin heidän kanssaan haastatteluajat.

5 Opinnäytetyön toteutus

Opinnäytetyö on tutkimuksellisesti orientoitunut, ja siinä hyödynnetään laadullisia aineistonkeruun ja aineiston analyysimenetelmiä. Laadullisessa tutkimusotteessa tarkoituksena on ymmärtää käytännön havainnot ja ilmiöitä yleisellä tasolla. Laadullisessa tutkimuksessa tavoitteena on tutkitun ilmiön ymmärtäminen, tulkitseminen ja toisinaan myös ilmiön mallintaminen. Tarkoituksena on kuvata jotakin ilmiötä, ymmärtää tietynlaista toimintaa tai saada luotua teoreettisesti mielekäs tulkinta kuvaamaan tiettyä ilmiötä. Laadullisen tutkimuksen aineistonkeruussa voidaan hyödyntää useita erilaisia kanavia, kuten haastatteluita, havainnointia tai alkuperäisiä asiakirjoja. (Pitkäranta 2014: 27, 98.)

5.1 Tiedonkeruumenetelmät

Opinnäytetyössä käytetään aineistonkeruumenetelminä avointa haastattelua sekä kirjallisuuskatsausta. Avoimessa haastattelussa keskustelun kulkua ei ole suunniteltu ennalta, mutta sitä ohjaa ennalta sovittu aihepiiri. Tutkija voi myös pyytää tarkennuksia ja syvennyksiä vastauksiin. (Saaranen-Kauppinen ja Puusniekka 2006.) Avoimen haastattelun teemat perustuvat tutkimuskysymykseen, jonka avulla pyrittiin saamaan yleisluontoista tietoa toimintaterapeuttien näkökulmista liittyen työn sisältöön sekä ammatilliseen osaamiseen asunto ensin -yksiköissä.

Kirjallisuuskatsaus valittiin tutkimusmenetelmäksi haastatteluiden rinnalle tuomaan vahvistusta ja täydennystä haastatteluaineistolle. Toimintaterapeutin rooli on asunto ensin -yksiköissä Suomessa vielä uusi, joten kansainvälisen tutkimustiedon avulla pyrittiin saamaan syvällisempää näkökulmaa tutkimukselle. Opinnäytetyön tuloksissa on tarkasteltu rinnakkain haastatteluaineistosta ja kirjallisuudesta nousseita aiheita.

5.2 Aineistonhallinta avoimessa haastattelussa

Haastateltavat rekrytoitiin työelämäkumppanin verkostojen avulla. Saimme työelämäkumppanilta asunto ensin -yksiköissä työskentelevien toimintaterapeuttien yhteystietoja, minkä avulla pystyimme kartoittamaan sopivien toimintaterapeuttien halukkuutta osallistua haastatteluun. Haastatteluihin valikoitui kolme toimintaterapeuttia. Toimintaterapeutit osallistuivat haastatteluihin yksityishenkilöinä. Haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluina, joko paikan päällä tai vaihtoehtoisesti etäyhteydellä riippuen haastateltavien toiveista.

Haastattelut tallennettiin joko Zoom-palvelussa tai matkapuhelimen sanelinsovelluksella. Tietoturvan säilyttämiseksi sekä Zoomin kautta, että sanelimella äänitetyt nauhoitukset tallennettiin Metropolian Z-asemalle henkilökohtaiselle kotihakemistolle. Z-asema on tarkoitettu salassa pidettävien ja henkilötietoja sisältävien tiedostojen tallentamiseen ja/ tai säilyttämiseen (Metropolia 2023). Ennen tallettamista sanelimella nauhoitukset säilyivät puhelimesta suojattuna pin-koodin takana.

Ensimmäinen haastattelu toteutui maaliskuussa 2024 hybridinä niin, että toinen haastattelija oli haastateltavan kanssa paikan päällä ja toinen haastattelija oli etänä Zoom-palvelun välityksellä. Haastattelu tallennettiin Zoom-palvelussa ja siirrettiin haastattelun päätyttyä Metropolian Z-asemalle. Toinen haastattelu toteutui huhtikuussa

2024 etänä opinnäytetyön suunnitelmasta poiketen Teams-palvelussa, koska tämä oli haastateltavan toive sekä hänelle mieluisampi ja tutumpi alusta. Haastattelu tallennettiin matkapuhelimen sanelin-sovelluksella ja siirrettiin haastattelun loputtua Metropolian Z-asemalle. Kolmas haastattelu toteutui huhtikuussa 2024 lähitapaamisena Metropolian kampuksella Myllypurossa. Kolmas haastattelu tallennettiin matkapuhelimen sanelin-sovelluksella ja siirrettiin Metropolian Z-asemalle.

Haastatteluista saatu äänimateriaali litteroitiin Word-ohjelmaa apuna käyttäen huhti- ja toukokuun 2024 aikana. Nauhoitetun aineiston litteroinnissa hyödynnettiin yleiskielistä litteroinnin menetelmää, jossa puhe muutettiin sanatasolla yleiskieliseen muotoon. Puheesta poistetaan tällöin muun muassa täytesanat, murteet ja puhumisen virheet. (Mettovaara 2016.) Litteroitu aineisto siirrettiin Metropolian Z-asemalle. Nauhoitettuja ja litteroituja aineistoja tullaan säilyttämään opinnäytetyön julkaisun jälkeen vuoden verran, jotta aineisto on tarvittaessa saatavilla vielä opinnäytetyön julkaisun jälkeen. Kun opinnäytetyöntekijät valmistuvat, siirretään aineistot Z-asemalta ulkoiselle kovalevyille, joka salataan BitLocker-suojaustoiminnolla. BitLocker-suojaus on myös Metropolian hyödyntämä Windows-käyttöjärjestelmän ominaisuus (Metropolia 2022). Vuosi säilytyksen jälkeen kaikki aineistot tuhoetaan. Myös aineiston analyysissä hyödynnettyjä tiedostoja on säilytetty Metropolian Z-aseamalla. Nämä kuitenkin tuhoetaan Z-asemalta heti opinnäytetyön arvioinnin jälkeen.

5.3 Aineistonhallinta kirjallisuuskatsauksessa

Kirjallista aineistoa haettiin kevään 2024 aikana kolmesta eri tietokannasta, jotka olivat Google Scholar, Proquest Central sekä OT-seeker. Aineiston hakua haastoivat suuret tulospäämäärät Google Scholarissa ja Proquest Centralissa. Runsaista tulospäämääristä johtuva ongelma ratkaistiin rajaamalla hakulausekkeita. Vaikka tulospäämäärät olivat suuret, huomasi jo tulosten otsikoiden perusteella, että suurin osa aineistoista ei liittynyt opinnäytetyön aiheeseen. Suurimmassa osassa tuloksista painottuivat toisenlaiset näkökulmat, kuten akuutti asunnottomuus tai päihteettömät asumisyksiköt. Monet hakutulokset eivät myöskään käsitelleet toimintaterapian näkökulmaa, vaan esimerkiksi sosiaalityötä tai sairaanhoitotyötä. Lopulta vain muutama tulos oli tutkimuskysymyksen mukainen. Nämä kaikki sisään otetut artikkelit olivat Google Scholarista. Sisäänottokriteerinä toimi asunnottomuuden jälkeinen aika, koska opinnäytetyössä keskitytään vaiheeseen, jossa asiakas on jo saanut asunnon. Sisäänottokriteereihin kuuluivat myös aineiston liittyminen toimintaterapiaan sekä

asunto ensin -malliin. Haku rajattiin myös viimeisen kymmenen vuoden aikana julkaistuihin aineistoihin, kokonaisiin artikkeleihin, sekä englanninkielisiin aineistoihin.

Taulukko 1. Sisäänotto- ja poissulkukriteerit

	Sisäänottokriteerit	Poissulkukriteerit
Aihe	Asunnottomuuden jälkeinen aika Liittyy toimintaterapiaan Asunto ensin -malli	Ei liity asunnon saamisen jälkeiseen aikaan, esim. akuutti asunnottomuus Muut kuin toimintaterapiaan liittyvät artikkelit Ei liity asunto ensin -malliin
Saatavuus	Saatavilla, koko teksti	Maksullinen, ei koko tekstiä
Kieli	englanti	Muu kuin englanti

Taulukko 2. Tiedonhaku tietokannoista

Tietokanta	Hakulauseet	Rajaukset	Tuloksia	Otsikon mukaan	Tiivistelmän perusteella	Koko tekstin perusteella
Google Scholar	“Harm reduction” “occupational therapy” “housing-first”	English, last 10 years	210	10	3	2
	“Occupational therapy” “homeless to housed”	English, last 10 years	33	5	1	1
Proquest Central	“Occupational therapy” AND “housing-first model” AND “harm-reduction”	English, last 10 years, full text	61	6	0	0
	“Occupational therapy in Housing-First units”	English, last 10 years, full text	292	5	0	0
	“Occupational therapy” AND “homeless to housed”	English, last 10 years, full text	0	0	0	0
OT-Seeker	“Occupational therapy and housing-first model”		0	0	0	0
	“Occupational therapy in housing-first units”		0	0	0	0
	“Housing-First”		6	0	0	0
	“Homeless to housed”		3	0	0	0

Kirjallisuuskatsaukseen valikoitui kaksi tutkimusta, sekä yksi julkaisu tutkimustietoon perustuvasta viitekehystä. Kartoitettu kirjallisuus sisälsi tietoa toimintaterapeutin työnkuvasta asunto ensin -mallin mukaisissa yksiköissä.

Raphael-Greenfield ja Gutman haastattelivat tutkimuksessaan *Understanding the Lived Experience of Formerly Homeless Adults as They Transition to Supportive Housing* (2015) aiemmin kodittomia, tuettuun asumiseen muuttaneita henkilöitä, joilla oli taustallaan päihteiden käyttöä ja mielenterveyden ongelmia. Tutkimuksessa käsiteltiin haastateltavien toiminnallisia tarpeita ja kodittomuudesta asumiseen siirtymiseen vaikuttavia tekijöitä.

Marshall, Boland, Westower, Isard & Gutman kartoittivat kirjallisuuskatsauksessaan *A systematic review of occupational therapy interventions in the transition from homelessness* (2020a) tutkimuksia liittyen toimintaterapiainventioihin, jotka tukevat kodittomuudesta asumiseen siirtymistä.

Marshall ym. kuvailevat tutkimukseen pohjautuvassa julkaisussaan *Bridging the Transition from Homeless to Housed: A Social Justice Framework to Guide the Practice of Occupational Therapists* (2020b) viitekehystä, joka keskittyy kodittomuudesta asumiseen siirtymisen vaiheeseen. Viitekehys perustuu tutkimukseen, jossa on analysoitu laadullisia haastatteluja. Pääsyä alkuperäiseen tutkimukseen ei löytynyt.

5.4 Haastatteluaineiston analyysi

Haastatteluaineisto analysoitiin kevään 2024 aikana. Haastattelujen tuottaman aineiston analyysissä hyödynnettiin laadullista sisällönanalyysiä induktiivisella lähestymistavalla. Laadullisessa sisällönanalyysissä syvennytään siihen, mistä aiheista ja asioista aineisto kertoo; esimerkiksi mitä tekstissä lukee, tai mistä haastateltavat puhuvat (Kallinen & Kinnunen 2021a). Sisällönanalyysi soveltuu niin haastattelujen, nauhoitettujen puheiden kuin myös kirjoitetun tekstin analysoimiseen. Sisällönanalyysi perustuu tutkijan tekemälle koodaukselle, jonka tarkoituksena on tunnistaa ja nimetä aineistosta löytyviä sisällöllisiä elementtejä. (Kallinen & Kinnunen 2021a.)

Opinnäytetyössä analyysi ei ollut tietyn teorian ohjaamaa, vaan aineistolähtöistä, minkä vuoksi lähestymistapa oli induktiivinen. Induktiivinen lähestymistapa on aineistolähtöinen, eikä sen lähtökohtana siis ole teorian tai hypoteesin testaaminen (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Milesin ja Huberin (1994) mukaan aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä on kolme vaihetta: redusointi eli pelkistäminen, klusterointi eli ryhmittely ja abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen (Tuomi & Sarajärvi 2018: 122). Opinnäytetyössä seurattiin tätä analyysitapaa.

Sisällönanalyyssissä tutkimuskysymykseen vastaavia alkuperäisilmaisuja saatiin aineistosta runsaasti. Pääluokkia muodostui lopulta 2–3 haastattelua kohden. Haastateltavien vastauksissa ilmeni paljon yhtäläisyyksiä, mutta myös hieman erilaisia lähestymistapoja. Tämä näkyi myös lopputuloksessa.

Sisällönanalyyssin ensimmäisessä vaiheessa, pelkistämisessä, aineistosta karsitaan pois kaikki tutkimukselle epäolennainen (Tuomi & Sarajärvi 2018: 123). Litteroidusta aineistosta poimittiin tutkimuskysymykseen vastaavia ilmaisuja, mikä on yksi keino tehdä pelkistämistä (Tuomi & Sarajärvi 2018: 123). Litteroidusta aineistosta löydetyt alkuperäisilmaisut pelkistettiin ja koottiin allekkain taulukkoon 3. Tämä luo pohjan ryhmittelylle, jossa samankaltaista ilmiötä kuvaavat ilmaisut luokitellaan omiksi ryhmiksi (Tuomi & Sarajärvi 2018: 123–124).

Taulukko 3. Esimerkkejä aineiston pelkistämisestä

Alkuperäisilmaisu	Pelkistetty ilmaisu
“Toiminnan analyysi käyttökelpoinen, kokeillaan eri toimintoja ja kokeilemisen kautta löytyy mielenkiinnonkohteet ja vahvuudet ja niiden sanoittaminen”	Toiminnan analyysin hyödyntäminen mielenkiinnonkohteiden ja vahvuuksien löytämisessä ja sanoittamisessa
“Siihenhän toimintaterapia soveltuu oivallisesti, että löydettäisiin sitä mielekästä toimintaa, mutta myös sellaisia verkostoja talon ulkopuolelle.”	Mielekkään toiminnan löytäminen Verkostojen löytäminen talon ulkopuolelle
“Ja vielä se, mitä toimintaterapeuttina liputan, että toimintaterapeuteilla on hyvä käsitys ympäristöstä, sillä se ei ole pelkästään fyysinen vaan me nähdään ympäristö myös kulttuurisena, institutionaalisenä ja sosiaalisena ympäristönä. Eli näitä kaikkia ympäristön osa-alueita pystytään myös muokkaamaan ihan samalla tavalla kuin fyysistä ympäristöä, että tehdään esteettömyyttä, niin voidaan sitä kautta vaikuttaa.”	Käsitys ympäristön eri osa-alueista Ympäristön muokkaaminen, jotta voidaan luoda esteettömyyttä

Aineiston klusteroinnin eli ryhmittelyn avulla aineistosta käydään läpi koodatut alkuperäisilmaisut ja aineistosta etsitään samankaltaisuuksia ja/tai eroavaisuuksia kuvaavia käsitteitä. Klusteroinnilla luodaan pohja tutkimuksen perusrakenteelle ja saadaan alustavia kuvauksia tutkittavasta ilmiöstä. Alaluokat muodostuvat, kun samaa ilmiötä kuvaavat käsitteet ryhmitellään ja yhdistetään eri luokiksi. Alaluokat nimetään luokan sisältöä kuvaaviksi käsitteiksi. (Tuomi & Sarajärvi 2018: 124.) Taulukossa 4 on esitetty esimerkkejä pelkistettyjen ilmaisujen ryhmittelystä alaluokiksi.

Taulukko 4. Esimerkkejä pelkistettyjen ilmaisujen ryhmittelystä alaluokiksi

Pelkistetty ilmaus	Alaluokat
Muun työryhmän ohjaaminen Yksikön toiminnan rakenteisiin vaikuttaminen	Asukkaan puolestapuhujana toimiminen
Itsen terapeuttinen käyttö Turvallista ilmapiiriä edistävät keinot	Terapiasuhteosaaminen

Käsitteiden luokittelua jatketaan siten, että alaluokkia yhdistelemällä muodostetaan yläluokkia (Tuomi & Sarajärvi 2018: 124). Taulukkoon 5 on koottu esimerkkejä ryhmittelystä.

Taulukko 5. Esimerkkejä alaluokkien ryhmittelystä yläluokiksi

Alaluokka	Yläluokka
Ympäristön muokkaaminen Asumiseen kiinnittymisessä tukeminen	Ympäristössä toimimista tukevat keinot
Arviointiosaaminen Toimintaterapian mallien ja menetelmien hyödyntäminen	Arviointiin liittyvä osaaminen

Yläluokkia yhdistelemällä muodostetaan pääluokat, jotka nimetään aineistosta nousevan ilmiötä kuvaavan aiheen mukaan (Tuomi & Sarajärvi 2018: 124–125). Pääluokkia kertyi lopulta kaikista haastatteluista yhteensä viisi (Taulukko 6).

Taulukko 6. Yläluokat yhdisteltynä pääluokiksi

Yläluokka	Pääluokka
Osaaminen mahdollistaa toimintaa Ympäristön sopeuttamisen keinot Toiminnan terapeuttinen käyttö Terapiasuhteosaaminen Kyky tukea ja ohjata asiakasta Toimintojen suunnitteluun liittyvä osaaminen Ympäristössä toimimista tukevat keinot Osallisuutta edistävät keinot	Toiminnallisuutta edistävät keinot
Arviointiin liittyvä osaaminen	Arviointiin liittyvä osaaminen
Ymmärrys motivaatioon vaikuttavista tekijöistä Ymmärrys toimintakykyyn vaikuttavista tekijöistä	Holistinen näkemys asukkaan tilanteesta
Toimintakyvyn asiantuntijuus moniammatillisessa työyhteisössä	Toimintakyvyn asiantuntijuus moniammatillisessa työyhteisössä

Haastattelujen sisällönanalyseistä nousi neljä keskeistä teemaa: toiminnallisuutta edistävät keinot, arviointiin liittyvä osaaminen, holistinen näkemys asiakkaan tilanteesta, sekä toimintakyvyn asiantuntijuus moniammatillisessa työyhteisössä.

Lopuksi ryhmittely jatkuu yhdistämällä pääluokat yhdistäväksi luokaksi (Tuomi & Sarajärvi 2018: 126). Yhdistäväksi luokaksi laadittiin *hyödyllinen toimintaterapiaosaaminen asunto ensin -periaatteella toimivissa asumisyksiköissä* (taulukko 7).

Taulukko 7. Yläluokat yhdisteltyinä yhdistäväksi luokiksi

Pääluokka	Yhdistävä luokka
Toiminnallisuutta edistävät keinot	Hyödyllinen toimintaterapiaosaaminen asunto ensin –periaatteella toimivissa asumisyksiköissä
Arviointiin liittyvä osaaminen	Hyödyllinen toimintaterapiaosaaminen asunto ensin –periaatteella toimivissa asumisyksiköissä
Holistinen näkemys asiakkaan tilanteesta	Hyödyllinen toimintaterapiaosaaminen asunto ensin –periaatteella toimivissa asumisyksiköissä
Toimintakyvyn asiantuntijuus moniammatillisessa työyhteisössä	Hyödyllinen toimintaterapiaosaaminen asunto ensin –periaatteella toimivissa asumisyksiköissä

5.5 Kirjallisen aineiston analyysi

Kirjallinen aineisto analysoitiin vapaamuotoisesti etsimällä aineistosta tutkimuskysymykseen vastaavia alkuperäisilmaisuja. Kirjallinen aineisto analysoitiin toukokuun 2024 aikana. Aineisto analysoitiin vapaamuotoisesti etsimällä aineistosta tutkimuskysymykseen vastaavia alkuperäisilmaisuja. Tutkimuskysymyksiin vastaavia alkuperäisilmaisuja saatiin paljon.

Alkuperäisilmaisut koottiin yhteen muistiinpanoiksi Word-tiedostoon. Tämän jälkeen alkuperäisilmaisut kategorisoitiin omiin samankaltaisia aiheita kuvaaviin ryhmiin. Kategorisoinnin tarkoituksena oli jäsentää saatua aineistoa ja havaita tutkimuskysymyksen kannalta oleellisia aihealueita. Kategorioiksi muodostuivat merkityksellinen toiminta, asumisen taitojen ja asumisen ylläpitämisessä tukeminen, terapisuhdeosaaminen, päihteidenkäytön hallinnassa tukeminen, toimintaa mahdollistavat keinot, arviointiosaaminen, siirtymävaiheissa tukeminen sekä konsulttina toimiminen.

6 Toiminnallisuutta edistävät keinot

Haastatteluista ja kirjallisuudesta tunnistettiin erilaisia keinoja, joilla toimintaterapeutit voivat edistää asukkaan toiminnallisuutta. Tutkimuksessa tunnistettuja keinoja toiminnallisuuden edistämiseen tarjoavat toimintaterapeuttien osaaminen apuvälineisiin ja ympäristön muokkaukseen liittyen, terapiasuhteosaaminen, ryhmän suunnittelu- ja ohjaustaidot, asumisen kiinnittymistä sekä arkea ja arjenhallintaa tukevat toimintaterapeutit sekä somatiikkaan ja tavoitetyöskentelyyn liittyvä toimintaterapeutin osaaminen.

6.1 Asumiseen kiinnittymistä tukevat keinot

Kodittomuuden taakseen jättäneet ihmiset raportoivat kirjallisuuden mukaan tuntevansa usein yksinäisyyttä ja eristäytyneisyyttä, merkityksellisen toiminnan puutetta ja tylsistymistä, jatkuvia haasteita päihteiden väärinkäytön kanssa sekä heikkoa integroitumista yhteisöön (Marshall ym. 2020a: 2). Yksi haastateltava toi esiin, että varsinkin pitkän asunnottomuuden jälkeen yksikköön kiinnittyminen ja omaan kotiin asettuminen saattavat viedä aikaa. Asukkaalla saattaa myös esiintyä haasteita sanoittaa toiveitaan omaan kotiinsa ja tarpeisiinsa liittyen. Asukkaan kiinnittymistä ja sitoutumista asumiseen voidaan tukea erilaisin keinoin, joissa tulisi huomioida ympäristön eri osa-alueet, kuten oma koti, yksikkö, yhteisö sekä palvelut ja verkostot talon ulkopuolelta.

Yksi haastateltavista näki toimintaterapeutin arvion toimintakyvystä ja toiminnallisuudesta hyödyllisenä asumisen alkuvaiheessa, kun luodaan palvelusuunnitelmaa ja tavoitteita asumiselle. Asukkaaseen tutustumalla voidaan hahmottaa, mistä arki koostuu, millaiset ovat asumisen taidot sekä tuen tarpeet. Toimintaterapeutti voi olla myös mukana suunnittelemassa ja rakentamassa asukkaan kodista asukkaan toiveiden mukaista. Kirjallisuudesta saadun tiedon mukaan toimintaterapeutti voi tukea asiakkaan sopeutumista ja integroitumista yhteisöön myös merkityksellisten suhteiden uudelleen rakentamisen ja löytämisen avulla (Marshall ym. 2020b: 14).

Turvan tunteen ja turvallisten rakenteiden luominen ympäristöön nähtiin haastateltavien mukaan nimenomaan henkilökunnalle kuuluvana tehtävänä. Yhden haastateltavan mukaan turvallisen ympäristön ja struktuurin kautta voidaan tukea ja hoitaa ihmistä, kun elämässä tuntuu muuten vallitsevan kaaos. Kiinnittymisen kannalta mielekkään toiminnan ja verkostojen löytäminen talon ulkopuolelta koettiin asiana, johon

toimintaterapia soveltuu hyvin. Varsinkin nivelvaiheiden nähtiin olevan jaksoja, joissa toimintaterapiasta olisi hyötyä. Nivelvaiheita ovat tilanteet, joissa asukas muuttaa asumisyksikköön, menettää asuntonsa tai muuttaa uuteen asuntoon. Nivelvaihe on myös silloin, kun asukas siirtyy esimerkiksi sairaalasta tai kuntoutusjaksolta takaisin asumisyksikköön. Kirjallisuus vahvisti siirtymävaiheiden olevan herkkiä kausia, joiden aikana tarvitaan erityistä huolenpitoa ja tarkkaavaisuutta (Marshall ym. 2020b: 6–7). Kun asukas muuttaa eteenpäin, tulisi yhden haastateltavan mukaan rutiinit, verkostot ja muu yhteisö löytää talon ulkopuolelta. Haastateltavan mukaan toimintaterapeutti voi esimerkiksi käydä asukkaan kanssa yhdessä tutustumassa kolmannen sektorin päiväkeskuksiin, jotta elämään tulisi pysyvyyttä asuinpaikan vaihtuessa ja muun ympäristön muuttuessa.

Toimintaterapeutti voi tukea yhteiskuntaan kiinnittymistä toiminnan ja altruismin kautta. Osallisuutta on mahdollista lisätä esimerkiksi auttamalla asukkaita löytämään uusia harrastuksia sekä edistämällä mahdollisuuksia osallistua tuottaviin ja merkityksellisiin vapaaehtoistehtäviin. (Raphael-Greenfield & Gutman 2015: 48, 39.) Kirjallisuudessa tuotiin esille, että kaikilla ei ole mahdollisuuksia osallistua mielekkääseen toimintaan. Tämä voi johtaa syvään kyllästymiseen, joka on yhdistetty vakaviin ja kielteisiin vaikutuksiin henkisen hyvinvoinnin kannalta. Merkitykselliseen toimintaan ohjaaminen sekä mielekkääseen toimintaan osallistuminen ja siihen sitoutuminen voivat tukea asunnon pysyvyyttä asunnottomuuden jälkeen. Identiteettiä tukevan merkityksellisen toiminnan löytymiseksi voidaan hyödyntää esimerkiksi narratiivista haastattelua, mielenkiinnonkohteiden ja roolien kartoittamista sekä yksilö- ja ryhmätason toimintaan perustuvia interventioita, jotka liittyvät kiinnostuksen kohteisiin. Toimintaterapeutti voi myös auttaa tutkimaan koulutus- ja työllistymismahdollisuuksia sekä tukea näihin palaamisessa, jos asukas on valmis sitoutumaan niihin uudelleen. Merkitykselliseen toimintaan osallistumista voidaan edistää yhdessä muun yhteisön kanssa ja kehittää yhteisön jäsenten kanssa mahdollisuuksia, jotka vähentävät esteitä osallistumiselle. (Marshall ym. 2020b: 13–15, 17–18.)

6.2 Arkea tukevat ja arjen taitoja vahvistavat keinot

Kaksi haastateltavaa kertoivat toimintaterapeuttien mahdollisuuksista tukea asukasta arjenhallinnassa viikkosuunnittelun, vuorokausirytmien ja rutiinien muodostamisen avulla. Tässä voi hyödyntää esimerkiksi kellotaulua, kalenteria sekä viikko- ja kuukausiohjelmaa, jotka helpottavat arjen ennakoitavuutta ja tuovat turvan tunnetta. Haastateltavien mukaan arjenhallinnan suunnittelussa tulisi ottaa huomioon asukkaan

voimavarat sekä auttaa häntä löytämään arkea ja mielenterveyttä tukevia rentoutumiskeinoja sekä sellaisia toimintoja, jotka tuovat merkityksellisyyden tunnetta.

Yhden haastateltavan mukaan toimintaterapian osaamista olisi syytä hyödyntää arjen taitojen vahvistamisessa. Tässä tulisi huomioida asukkaan tähän asti opitut taidot, somatiikka, sekä vaihe elämässä, johon liittyy esimerkiksi ikä ja päihdetausta. On myös tärkeää ymmärtää, liittyykö taitojen ilmenemiseen jokin muu asia, kuten neuropsykiatriset haasteet tai motivaation puute. Toinen haastateltava nosti esiin, että arjessa suoriutumista tulisi huomioida päihteiden vaikutuksen kanssa, sillä suoriutuminen voi näyttäytyä hyvin erilaisena riippuen sen hetkisestä päihteiden käytöstä tai päihteettömyydestä.

Myös kirjallisuus korostaa toimintaterapeutin mahdollisuuksia edistää asukkaiden asumisen taitoja. Toimintaterapeuteilla nähtiin olevan rooli etenkin asumisen ylläpitämisen tukemisessa ja asumisessa menestymisessä kodittomuuden jälkeen. Toimintaterapeutit voivat tukea yksilöitä toimimaan arkielämän toiminnoissa erilaisista terveydellisistä ja sosiaalisista haasteista huolimatta. Tämä on asunto ensin -yksiköissä tärkeää, sillä entiset asunnottomat ovat usein raportoineet menettäneensä kyvyn suoriutua asumiseen liittyvistä toiminnoista sekä ilmaisseet huolensa palata niiden äärelle vuokrasuhteen varmistuttua. (Marshall ym. 2020a: 13–15.)

Kirjallisuudesta saadun tiedon mukaan toimintaterapeutit voivat tukea ihmisiä haittoja vähentävässä asumisyksikössä myös päihteiden käytön hallinnassa. Tässä voidaan käyttää motivoivaa haastattelua, haittojen vähentämiseen tarkoitettuja strategioita, sekä korvata päihteiden käyttöä merkityksellisellä toiminnalla (Marshall ym. 2020b: 14). Toimintaterapeutti voi myös auttaa säätämään vieroitusoireita stressinhallintatekniikoiden ja mielialaan vaikuttavien toimintojen avulla. Raittiuden ylläpitämiseksi toimintaterapeutti voi olla mukana luomassa uusia rooleja ja rutiineja, jotka korvaavat päihteiden käyttöä laukaisevia tekijöitä. Toimintaterapeutti voi tukea positiiviseen välttämiskäyttäytymiseen, jonka tarkoituksena on välttää sellaisia toimintoja, jotka voivat laukaista päihteiden käytön. Esimerkiksi traumatisoituneita asukkaita voi auttaa tunnistamaan traumaperäisen stressihäiriön oireita laukaisevia tekijöitä. (Raphael-Greenfield & Gutman 2015: 46, 48.)

Kirjallisuudessa tuotiin esiin, että vuokrasuhteen vaarantuminen on kriisitilanne, jossa asukas saattaa kokea suurta hätää. Toimintaterapeutti voi tukea tämän ajanjakson aikana asukkaan henkistä hyvinvointia antamalla neuvoa, tarjoamalla mahdollisuuden reflektivoivaan kuunteluun sekä antaa ongelmanratkaisua asumiseen liittyen. Tukea voidaan lisätä esimerkiksi soittamalla ja viestittelemällä sekä hyödyntää keskusteluissa kriisi-intervention periaatteita. (Marshall ym. 2020b: 19.)

6.3 Apuvälineisiin ja ympäristön muokkaamiseen liittyvä osaaminen

Kirjallisuudessa tuotiin esille, että toimintaterapeuteilla on osaamista arvioida ja kuntouttaa asukkaan päivittäisiin toimiin vaikuttavia fyysisiä ja kognitiivisia rajoitteita, sekä toteuttaa asukkaan toimintakykyä maksimoivia ympäristön muutoksia (Raphael-Greenfield & Gutman 2015: 47–48). Kaikki haastateltavat nostivat esille erilaisia toiminnallisuutta edistäviä keinoja, joita olivat muun muassa apuvälineiden parissa työskentely sekä ympäristömuokkaus niin yksikössä, kuin asukkaiden asunnoissa.

Haastateltavien näkemyksien mukaan toimintaterapeutit voisivat asunto ensin - yksiköissä kartoittaa asukkaiden apuvälineiden tarvetta, opastaa niiden käytössä sekä auttaa asukkaita niiden hankintaprosesseissa. Yhden haastateltavan mukaan apuvälinetyöskentelyn lukeutuminen toimintaterapeutin työnkuvaan olisi asunto ensin - yksiköissä tärkeää, sillä asiakasryhmällä on usein erilaisia fyysisiä rajoitteita, kuten amputaatioita.

Kaikkien haastateltavien mukaan myös esteettömyyteen ja saavutettavuuteen liittyvä osaaminen olisi eduksi asunto ensin -yksiköissä. Toimintaterapeutit voivat haastateltavien mukaan tukea ympäristön muokkauksen avulla turvallista liikkumista niin yksikössä kuin asunnoissa esimerkiksi sijoittelemalla huonekaluja toiminnallisuutta tukeviksi, sekä edistää saavutettavaa tiedonkulkua ja yksikön tapahtumien saavutettavuutta.

6.4 Somatiikkaan liittyvä osaaminen

Yksi haastateltavista toi esille, että toimintaterapeuteilla on osaamista tilanteissa, joissa asukkaalla esiintyy haasteita somatiikassa. Toimintaterapeutti voi tällöin tukea kodissa pärjäämistä mahdollisimman itsenäisesti ja selvittää, millaista tuen tarvetta arjessa tarvitaan.

Yksi haastateltava nosti esille asukkaiden moniongelmaisuuuden. Silloin heillä on runsaasti erilaisia taustasyitä vaikuttamassa toimintakykyyn ja arjessa selviytymiseen. Toimintakyvyn monimuotoisissa haasteissa asukkaita palvelee toiminnan analysointi ja yksilöllinen toimintakyvyn arvio.

Kaksi haastateltavaa nostivat esille myös toimintaterapeuttien osaamisen liittyen kädenkuntoutukseen. Yksi haastateltava toi esille, että toimintaterapeutti voi tukea asukkaiden käden arkikuntoutusta esimerkiksi toiminnallisissa ryhmissä tai

yksilötyöskentelyn kautta, sekä opastaa muuta työryhmää toteuttamaan yksinkertaista käden kuntoutusta.

6.5 Terapiasuhteosaaminen

Haastatteluissa herättivät keskustelua terapeutin vuorovaikutustaidot, positiivisen palautteen antaminen ja tunnetaitojen vahvistaminen. Toimintaterapeutin itsen käytöllä, oman persoonan mukauttamisella sekä turvallisen ja luottamuksellisen ilmapiirin luomisella koettiin olevan suuri merkitys terapiasuhteen rakentamisessa. Tähän liittyen tuotiin esille asiakasryhmän kokemat hylkäämisen, pettymysten ja asioiden kesken jäämisen kokemukset, jolloin on tärkeää osoittaa ammattilaisen pysyvyys asukkaan rinnalla.

Yksi haastateltavista kertoi, että toimintaterapeutti voi käydä asukkaiden kanssa keskustelua vaikeiden tunteiden säätelystä, hallinnasta ja sietämisestä. Varsinkin haastavissa asiakastilanteissa olisi tärkeää saada ihminen pysähtymään, kuuntelemaan ja rauhoittumaan sekä pyrkiä ymmärtämään hänen tilannettaan. Toimintaterapeutti voi asukkaan kanssa yhdessä pohtia, miten vaikeaan tilanteeseen on ajautettu ja mitä on päällimmäisten tunteiden ja ahdistuksen takana. Yksi haastateltavista toi esiin, että terapeutin tulisi sallia tunteiden näyttäminen ja vastaanottaa asukkaan tuoma paha olo, mutta myös rajata käytöstä tarvittaessa.

Turvan tunteen luominen, läsnäolo, sekä aito kiinnostus ja uteliaisuus nähtiin merkittävänä tekijänä vuorovaikutussuhteen luomisessa. Muutoksen ja kehityksen huomaaminen, positiivisen minäkuvan tukeminen ja onnistumisten sanoittaminen koettiin tärkeiksi. Lähestymistä voidaan kokeilla eri tavoin, sillä asunto ensin -mallin mukaisissa asumisyksiköissä asuu hyvin erilainen skaala ihmisiä. Asukkaiden aktiivisella tavoittelulla ja kanssakäymisellä voidaan haastateltavien mukaan löytää yksilölliset tavat toimia asukkaan kanssa.

Myös kirjallisuus vahvisti terapiasuhteen luomisen tärkeyttä kodittomuutta kokevien kanssa, sillä suhde tuen antajan ja tuen saajan välillä on ensimmäinen askel terapeuttisen perustan luomisessa, mikä myös mahdollistaa osaltaan työskentelyn tehokkuuden (Marshall ym. 2020b: 6).

6.6 Ryhmän suunnittelu- ja ohjaustaidot

Kaikki haastateltavat nostivat esille toimintaterapeuttien osaamisen liittyen ryhmien ohjaamiseen ja suunnitteluun. Haastateltavien mukaan asiakasryhmälle sopivia ryhmiä voivat olla erilaiset toiminnalliset ryhmät, kuten ruuanlaittoryhmä, viherpajat, erilaiset rentoutumisryhmät sekä retkiryhmät. Myös erilaiset arjenhallintataitoja käsittelevät ryhmät nähtiin potentiaalisina asiakasryhmälle. Erään haastateltavan mukaan esimerkiksi ruuanlaittoryhmän avulla voidaan kehittää monia erilaisia hyödyllisiä arkielämän taitoja, kuten kotielämän taitoja, asiointitaitoja kauppa-asiointin aikana, sosiaalisia taitoja sekä kognitiivisia taitoja. Haastateltavien mukaan asiakasryhmälle vetoavia ryhmiä voivat olla ryhmät, joissa ei ole pakko tuottaa puhetta, sekä avoimet ryhmät, joihin ei tarvitse ilmoittua tai sitoutua kaikille ryhmäkerroille. Haastateltavat nostivat esille myös yksittäiset ryhmäkerrat liittyen esimerkiksi oman kodin suunnitteluun tai harrasmahdollisuuksiin tutustumiseen. Kirjallisuudessa tuotiin esille kävelyryhmä, jonka avulla asumisyksikön asukkaat saivat mahdollisuuden sosiaaliseen kanssakäymiseen kaupungilla kiertelyn lomassa (Raphael-Greenfield & Gutman 2015: 42).

6.7 Tavoitetyöskentelyyn liittyvä osaaminen

Haastateltavat toivat esiin, että toimintaterapeuteilla on osaamista tavoitteiden nimeämisessä, asettamisessa ja niiden pilkkomisessa saavutettaviksi. Yksi haastateltavista kertoi asunto ensin -yksiköiden asiakaskunnan vaikeudesta sitoutua pitkäjänteiseen työskentelyyn, jolloin perinteinen toimintaterapiaprosessi ei yleensä käytännössä toimi. Tällöin sitoutuminen esimerkiksi alkukartoitukseen sekä tavoitteiden asettamiseen ja niiden kanssa työskentelyyn voi olla haastavaa. Yhden haastateltavan mukaan tavoitteiden asettaminen voi olla haastavaa varsinkin sellaisille asukkaille, jotka eivät luota omiin kykyihin ja voimavaroihin. Toimintaterapeutti voi auttaa luomaan tavoitteista realistisia ja sopivia, pohtia asukkaan kanssa välitavoitteita, sekä auttaa pilkkomaan tavoitteita pienempiin osiin.

Toimintaterapeuteilla on yhden haastateltavan mukaan kyky huomioida päihteiden vaikutuksia toimintakykyyn ja päihteiden käytön kausiluontoisuutta. On tyypillistä, että ajoittain päihteiden käyttö näyttäytyy voimakkaana ja tästä johtuen tapaamiset peruuntuvat. Päihteiden käytön ollessa runsaampaa, toimintaterapeutti voi pysähtyä keskustelemaan asukkaan kanssa lyhyeksikin aikaa ja tuoda omien tavoitteiden

äärelle. Haastateltava suositteli työskentelemään intensiivisemmin silloin, kun tapaamiset onnistuvat.

7 Holistinen ymmärrys asiakkaan tilanteesta

Haastateltavien mukaan toimintaterapeuttien holistisesta eli kokonaisvaltaisesta ihmiskäsityksestä on hyötyä asunto ensin -yksiköiden asiakkaiden parissa työskennellessä. Yhden haastateltavan mukaan toimintaterapeuttien ymmärrys traumojen vaikutuksesta toimintakykyyn mahdollistaa traumatietoisien kohtaamisen ja antaa työkaluja traumojen käsittelyyn asukkaan kanssa. Toisen esille tuodun näkemyksen mukaan toimintaterapeuteilla on usein osaamista neuropsykiatriin häiriöihin ja oireisiin liittyen. Tämä on haastateltavan mukaan hyödyllistä asunto ensin -työssä, sillä asiakasryhmällä on tyypillisesti sekä diagnosoimattomia että diagnosoituja neuropsykiatrisia häiriöitä eikä niihin ole yleensä käytössä lääkitystä.

Haastateltavien mukaan toimintaterapeuteilla on asunto ensin -yksiköissä kyky ymmärtää päihteiden ja riippuvuuksien vaikutukset toimintakykyyn, ja siten antaa myös tietoa asukkaille itselleen. Kolmas haastateltava toi esille myös riippuvuuksien juurisyihin pureutumisen, jossa toimintaterapeutti voi olla asukkaan tukena ja ohjata oikeiden palveluiden piiriin.

8 Arviointiin liittyvä osaaminen

Haastatteluissa ja kirjallisuuskartoituksessa korostuivat toimintaterapeuttien kyky arvioida toimintaa ja asukkaiden toiminnallisuutta. Haastatteluissa nostettiin esille myös asunto ensin -yksiköihin soveltuvia toimintaterapian malleja ja menetelmiä, sekä tuotiin esille toiminnan analyysin hyötyjä.

8.1 Kyky arvioida toimintaa ja toiminnallisuutta

Kaikki haastateltavat olivat sitä mieltä, että toimintaterapeuteilla on osaamista arvioida asunto ensin -yksiköiden asukkaiden toimintakykyä peilaten sitä esimerkiksi asumismuodon riittävyteen. Heidän mukaansa toimintaterapeuteilla on kykyä arvioida esimerkiksi asukkaan asumisen ja arjen taitoja sekä itsestä huolehtimista.

Toimintaterapia-arvion avulla voidaan perustella haastateltavien mukaan esimerkiksi asukkaan tuen tarvetta, minkä johdosta asukas voidaan esimerkiksi siirtää joko tuetumpaan tai itsenäisempään asumiseen. Toimintaterapeutti voi hyödyntää arvioissaan myös muun työryhmän tietoa asukkaasta.

Asunto ensin -yksiköissä ollaan mukana asukkaan arjessa, jolloin monipuolinen arjen toimintojen arviointi, kuten siivoamisen, ruuanlaiton, sosiaalisten taitojen sekä asioinnin arvioinnit mahdollistuvat esimerkiksi kotikäynneillä tai ryhmätoiminnoissa. Yksi haastateltava nosti esille myös toimintaterapeutin mahdollisuuden tehdä alkuarviointia uusille asukkaille, jolloin voidaan mahdollistaa tarpeelliset tukitoimet arkeen.

8.2 Toimintaterapian mallit ja menetelmät sekä toiminnan analyysi

Kirjallisuuden mukaan asunto ensin -yksiköiden toimintaterapia-arvioissa voidaan hyödyntää useita erilaisia toimintaterapian arviointimenetelmiä, joita ovat esimerkiksi Inhimillisen toiminnan malliin (The Model Of Human Occupation) pohjautuva OPHI-II (The Occupational Performance History Interview II) sekä Kanadalaiseen toiminnallisuuden ja sitoutumisen malliin pohjaava COPM (Canadian Occupational Performance Measure) (Marshall ym. 2020b: 22–23).

Myös kaikki haastateltavat toivat esiin osaamisen liittyen toimintaterapiassa käytettäviin malleihin ja menetelmiin, joita toimintaterapeutit voivat hyödyntää asunto ensin -periaatteella toimivissa asumisyksiköissä. Näistä mainittiin useimmiten inhimillisen toiminnan malli sekä siihen pohjaava MOHOST-arviointimenetelmä (The Model Of Human Occupation Screening Tool). Näiden lisäksi esille nousivat myös itsearviointimenetelmät, mielenkiinnonkohdekartoitukset, haastattelut, sekä Kanadalainen toiminnallisuuden ja sitoutumisen malli. Inhimillisen toiminnan mallin kuvailtiin istuvan hyvin haittoja vähentävään työhön, sillä sen avulla on mahdollista pohtia ympäristöön ja rooleihin liittyviä tekijöitä sekä vaikuttaa näiden kautta ihmisen motivaatioon. MOHOSTiin perustuvan haastattelun todettiin olevan hyödyllinen tiedonkeruumenetelmä esimerkiksi toiminnan ohella, jolloin keskittyminen on usein helpompaa. Yksi haastateltavista mainitsi Kanadalaisen toiminnallisuuden ja sitoutumisen mallin olevan hyödyllinen ympäristön eri osa-alueiden hahmottamisen tukena.

Itsearviointimenetelmien käyttö todettiin melko haastavaksi, sillä käsitys omista kyvyistä saattaa erota merkittävästi ammattilaisen näkemyksistä tai asukas saattaa suhtautua siihen strategisesti. Mielenkiinnonkohdekyselyt todettiin käyttökelpoisiksi,

mutta näiden käytössä suositeltiin huomioimaan kysymysten muotoilu mahdollisimman konkreettiseksi ja selkeäksi. Avoimet kysymykset saattavat tuottaa monille asukkaille haasteita esimerkiksi neuropsykiatristen oireiden vuoksi.

Haastateltavat nostivat esille myös toimintaterapeuttien tärkeän työkalun, toiminnan analyysin, hyötyjä asunto ensin -yksiköiden asiakasryhmän kanssa. Toimintaterapeutti voi esimerkiksi porrastaa, pilkkoa ja mukauttaa asukkaalle toimintaa niin, että se on hänelle mahdollista toteuttaa. Kirjallisuuden mukaan toimintojen ja roolien perusteellinen analyysi tarjoaa ainutlaatuisen ja usein puuttuvan näkökulman asunto ensin -asiakasryhmän kokemuksiin tietyissä ympäristöissä (Raphael-Greenfield & Gutman 2015: 35–36).

9 Toimintakyvyn asiantuntijuus moniammatillisessa työyhteisössä

Jokaisen haastateltavan mukaan toimintaterapeutti voi asunto ensin -yksiköissä ohjata muuta työryhmää sekä toimia konsulttina asukkaiden toimintakykyyn liittyvissä asioissa. Erään haastateltavan mukaan toimintaterapeutti voi esimerkiksi näyttää muille kuntouttavaa työtettä ja puhua osallisuuden merkityksestä. Kaikkien haastateltavien mukaan toimintaterapeutit voivat sekä oma-aloitteisesti, että pyynnöstä antaa muulle työryhmälle edukaatiota asukkaan taustalla vaikuttavien tekijöiden vaikutuksesta toimintakykyyn sekä ohjata heitä asukkaan toiminnallisuuden tukemisessa.

Myös kirjallisuudessa tuotiin esille toimintaterapeuttien rooli moniammatillisessa yhteistyössä. Raphael-Greenfieldin ja Gutmanin (2015: 48) mukaan toimintaterapeutit voivat osallistua neuvonantajan roolissa asunto ensin -asiakasryhmän toiminnallisiin ja emotionaalisiin tarpeisiin suunnattujen ympäristöjen ja palveluiden suunnitteluun. Kirjallisuudessa kerrottiin tutkimuksesta, jossa toimintaterapeutti toimi asunto ensin -asiakkaille suunnattujen ryhmien ohjaajien konsulttina toimittaen ohjaajille pohjia erilaisista toimintapohjaisista ryhmistä, kuten elämäntaitoryhmästä, terapeutisesta ratsastuksesta sekä rentoutusryhmästä. Tutkimuksen mukaan GAS-pisteet olivat toimintaterapeutin konsulttoimissa ryhmissä parempia verrattuna kontrolliryhmiin. (Marshall ym. 2020a: 9–11.) Kirjallisuudessa korostettiin myös toimintaterapeutin roolia asukkaan puolestapuhujana. Toimintaterapeutti voi esimerkiksi puhua ympäristön muokkauksen merkityksestä, jotta asukkaiden toimintakykyä ja mahdollisuuksia osallistua voidaan edistää. Toimintaterapeutti voi myös antaa työntekijöille tietoa siitä,

miten päihteidenkäyttö sekä mielenterveydelliset ja kognitiiviset haasteet voivat vaikuttaa muun muassa käyttäytymisen haasteisiin. (Marshall ym. 2020b: 15.)

10 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksen tekoon liittyy jatkuva oman toiminnan reflektointi ja sen kriittinen arviointi (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Tutkijoiden tulee aina arvioida tehdyn tutkimuksen luotettavuutta, sillä kaikessa tutkimustoiminnassa on pyrittävä välttämään virheitä (Tuomi & Sarajärvi 2018: 158). Laadullisessa tutkimuksessa myös eettiset kysymykset ovat läsnä koko tutkimusprosessin ajan ja tutkijan tulee reflektoida tekemiään valintoja eettisyyden näkökulmasta (Kallinen & Kinnunen 2021b).

10.1 Luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuutta arvioidaan sen uskottavuuden ja vakuuttavuuden kautta. Tähän liittyy muun muassa arviointi siitä, miten tutkimus on toteutettu ja onko aihetta tutkittu oikein, ovatko tutkimukseen liittyvät aineistonkeruumenetelmät olleet sopivia, ja mitä seurauksia valinnoilla on ollut. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa on arvioitu aineistonkeruumenetelmien soveltuvuutta vastata tutkimuskysymykseen, ja soveltuvuutta on arvioitu uudelleen myös aineistonkeruun jälkeen. Tutkimuskysymyksen kannalta haastattelut nähtiin sopivana aineistonkeruumenetelmänä asiantuntijanäkemyksien keräämistä varten. Haastattelumenetelmäksi valittiin avoin haastattelu, minkä avulla pyrittiin vähentämään johdattelua haastateltavien kertomiin näkemyksiin ja vastauksiin. Tämä osoittautui toimivaksi keinoksi saada monipuolisia näkemyksiä aiheeseen liittyen. Tutkimukseen osallistui vain kolme haastateltavaa, joten tutkimuksen luotettavuutta olisi lisännyt haastateltavien suurempi lukumäärä. Tutkimusjoukko edusti kuitenkin täysin tutkimuksen kohdetta, sillä kaikilla haastateltavilla oli useamman vuoden kokemus asunto ensin -yksiköiden toimintaterapeutteina. Haastateltavien esiin tuomiin näkemyksiin saatiin vahvistusta myös kirjallisuudesta. Lisäksi kirjallisuus toi uusia näkökulmia aiheeseen liittyen.

Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuutta voidaan parantaa perusteltujen ja aukikirjoitettujen kategorisointien sekä koodausten avulla. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009: 26). Opinnäytetyössä tehtyjen haastatteluiden analysointi tehtiin

huolellisesti kategorisomalla aukikirjoitettuja alkuperäisilmaisuja sekä ryhmittelemällä niitä koodauksen avulla.

Tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa päällimmäisenä esiin nousi aineistoista saatujen tulosten samankaltaisuus ja päällekkäisyys. Etenkin haastatteluaineistoista saaduissa tuloksissa oli paljon päällekkäisyyttä. Saman aihepiirin aineistoja tutkimalla voidaan nähdä, saadaanko aiheesta samansuuntaisia tuloksia. Tämä lisää tutkimuksen informaatioarvoa sekä luotettavuutta. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009: 28.) Koska avoimissa haastatteluissa ei ollut ennalta suunniteltua runkoa, olisi keskustelu voinut lähteä moniin eri suuntiin. Siitä huolimatta haastatteluissa esiin nousivat päällekkäiset ja samankaltaiset teemat, minkä voidaan tulkita lisäävän tulosten luotettavuutta. Myös kansainvälisestä kirjallisuudesta löytyi jonkin verran päällekkäisyyttä sekä suhteessa toisiinsa, että myös suhteessa haastatteluihin. Triangulaatiota voidaan pitää yhtenä keinona kasvattaa laadullisen tutkimuksen luotettavuutta (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009: 28). Opinnäytetyössä luotettavuutta on kasvatettu hyödyntämällä metodista triangulaatiota, jolla tarkoitetaan eri metodien hyödyntämistä tutkimuksessa (Tuomi & Sarajärvi 2018: 168). Opinnäytetyössä hyödynnettiin haastatteluja ja kirjallisuuskatsausta, minkä johdosta saatiin näkökulmia sekä klinisen kokemuksen, että tutkitun tiedon kautta.

Induktiivisuus eli aineistolähtöisyys vaatii tutkijalta kykyä pysytellä aineistossa ja sulkea pois omat ennakkokäsitykset (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009: 15). Toinen opinnäytetyön tekijä oli suorittanut harjoittelujakson asunto ensin -yksikössä juuri ennen haastattelujen toteutusta, mikä on voinut vaikuttaa haastattelijan ennakkoletuksiin suhteessa tuloksiin sekä avoimissa haastatteluissa esitettyihin lisäkysymyksiin. Sekä haastattelutilanteissa, että aineistonanalyseissä on kuitenkin pyritty mahdollisimman objektiiviseen suhtautumiseen ja tulosten tarkasteluun.

Induktiivisessa analyysissä voidaan arvioida luotettavuutta ja pätevyyttä siten, että lukija saa tietoa tutkimuksen taustoista ja tutkimusprosessin aikana tehdyistä valinnoista. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009: 15). Opinnäytetyössä on kerrottu, miten ja miksi tutkimus on toteutettu ja perusteltu tutkimusprosessiin liittyvät valinnat.

Kirjallisuuskatsauksella hankittu aineisto on kansainvälistä tutkimustietoa, joka on peräisin Yhdysvalloista ja Isosta-Britanniasta. Koska suomalaisessa asunto ensin -periaatteessa on merkittäviä eroja verrattuna esimerkiksi alkuperäiseen Yhdysvalloissa kehitettyyn Pathways Housing First -malliin (Kettunen 2013: 556), voi kansainvälisistä tutkimusaineistoista nousseet tulokset olla jossain määrin hankalasti hyödynnettävissä

Suomen olosuhteissa. On kuitenkin arvioitu, että ainakin Yhdysvalloissa tehdyt huumeriippuvaisten hoitoon liittyvät tutkimukset ovat monissa tapauksissa sovellettavissa Suomen oloihin (Duodecim 1999).

10.2 Eettisyys

Opinnäytetyössä on perehdytty päihteet salliviin asumisyksiköihin, joiden asiakasryhmään kuuluvat erityisen haavoittuvaisessa asemassa olevat ihmiset. Päihteitä ongelmallisesti käyttävät ihmiset kokevat arjessaan usein syrjintää, vähättelyä ja suoranaista vihapuhetta (Ehkäisevän Päihdetyön Järjestöverkosto 2022). Mielenterveys- ja päihdeongelmiin liittyvä stigma ja syrjintä voivat aiheuttaa tuen ja hoidon saamisen viivästymistä (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2024). Opinnäytetyöllä pyritään edistämään asunto ensin -yksiköiden asukkaiden tilannetta lisäämällä tietoisuutta toimintaterapiasta kyseisellä ammatillisella alueella ja parantamalla sitä kautta heidän palvelujaan. Opinnäytetyö ei ole vaatinut eettistä ennakoarviointia, koska tutkimuksessa haastateltiin asunto ensin -yksiköissä työskenteleviä toimintaterapeutteja, eikä yksiköiden asukkaita. Täten opinnäytetyössä ei myöskään käsitellä asukkaisiin liittyviä henkilötietoja.

Hyvä tieteellinen käytäntö edellyttää muun muassa tarvittavien tutkimuslupien hankkimista asianmukaisesti sekä eettisesti kestävien tiedonhankinta- ja tutkimusmenetelmien käyttöä (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023). Hyvän tieteellisen käytännön mukaan tutkittavalla on oikeus saada riittävästi tietoa tutkimuksesta ja mitä siihen osallistuminen tarkoittaa (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2018). Opinnäytetyötä varten haettiin tutkimuslupa Sininauha Oy:n kehittämispäälliköltä. Tutkimukseen osallistuvat henkilöt saivat informointilomakkeen koskien tutkimuksen luonnetta, tavoitetta ja tarkoitusta, haastattelun ajankohtaa sekä tutkittavien oikeuksia. Informointilomake löytyy opinnäytetyön liitteistä (Liite 2). Tutkittaville lähetettiin myös tietosuojaseloste, jossa kerrottiin henkilötietojen käsittelystä tutkimuksessa. Myös tietosuojaseloste löytyy opinnäytetyön liitteistä (Liite 3). Tutkittavan ollessa tutkimusvuorovaikutuksessa tutkijan kanssa, kuten esimerkiksi haastattelututkimuksissa, tulee tutkijalla olla tutkittavalta tietoon perustuva eettinen suostumus tutkimukseen osallistumisesta (Kallinen & Kinnunen 2021c). Kun haastateltavat olivat tutustuneet informointilomakkeeseen ja tietosuojaselosteeseen, pyydettiin heiltä suostumus tutkimukseen osallistumiseen. Suostumuslomake löytyy opinnäytetyön liitteistä (Liite 1).

Henkilötietojen käsittelyyn liittyvät päätökset on perusteltava ja dokumentoitava selkeästi (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019). Henkilötietojen tarpeellisuutta tulee arvioida ja niiden käsittely tulee minimoida (Tietosuojavaltuutetun toimisto).

Opinnäytetyöprosessissa haastateltavien henkilötietoja kerääntyi säilytettäväksi suostumuslomakkeissa näkyvien nimien ja allekirjoitusten muodossa, sekä haastattelun nauhoituksissa äänen muodossa. Allekirjoitettuja suostumuslomakkeita säilytettiin lukkojen takana ja haastattelunauhoituksia tietoturvallisesti Metropolian Z-aseamalla. Allekirjoitetut suostumuslomakkeet hävitetään tietoturvallisesti välittömästi, kun opinnäytetyö on arvioitu.

Toimintaterapeuttien sähköpostiosoitteet ovat tulleet opinnäytetyön tekijöiden tietoon tutkimusta koskevassa yhteydenpidossa, mutta niitä ei ole käsitelty missään tiedostoissa. Opinnäytetyössä haastatellut toimintaterapeutit on esitelty nimettöminä. Opinnäytetyön tuloksissa haastateltavia toimintaterapeutteja ei ole eritelty toisistaan, vaan on käytetty esimerkiksi termejä ”yksi haastateltavista toi esiin...”, ”kaksi haastateltavaa kertoivat, että...” tai ”kaikki haastateltavat toivat esiin...”.

Toteutusvaiheessa heidät nimettiin tiedostoissa ”Haastateltava 1.”, ”Haastateltava 2.” ja ”Haastateltava 3.”. Opinnäytetyössä ei ole kerätty haastateltavista paikkakohtaista tietoa, vaan heidän yleisluontoisia ammatillisia näkemyksiään aiheeseen liittyen, mikä tukee tutkittavien anonymiteettiä. Opinnäytetyössä ei ole kerrottu, missä haastateltavat tarkalleen työskentelevät ja kaikki tunnistetiedot on anonymisoitu.

11 Pohdinta

Tämän tutkimuksellisen opinnäytetyön tavoitteena oli kuvata millaista ammatillista osaamista toimintaterapeutit voivat hyödyntää asunto ensin -periaatteella toimivissa asumisyksiköissä. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Sininauha Oy:n asumisyksikköjen Pessi ja Ruusulankatu kanssa. Idea opinnäytetyöhön nousi työelämän tarpeista, joissa yhteistyökumppanimme näki tärkeäksi selkeyttää toimintaterapeutin työnkuvaa.

Opinnäytetyössä saadut tulokset vastasivat hyvin tavoitteeseen ja tarkoitukseen. Tulokset osoittivat, että toimintaterapeutit voivat hyödyntää monella tavalla ammatillista osaamistaan asunto ensin -periaatteella toimivissa asumisyksiköissä. Toimintaterapeuteilla on keinoja edistää ja arvioida asukkaiden toiminnallisuutta. Työskentelyä tukee toimintaterapeuttien holistinen näkemys asukkaiden tilanteesta

sekä toimintakyvyn asiantuntijuus, jota he voivat tuoda esiin moniammatillisessa yhteistyössä. Toimintaterapeutit voivat mahdollistaa asukkaille sujuvampaa ja merkityksellisempää arkea yksilö- sekä ryhmämuotoisen työskentelyn kautta. Toimintaterapeuteilla on myös keinoja tukea asukasta nivelvaiheissa, kuten uuteen asumismuotoon kiinnittymisessä. Kaikkea asiakastyötä tukee toimintaterapeuttien terapiasuhdeosaaminen, johon kuuluu asiakaslähtöinen tapa kohdata asukas sekä kyky luoda terapeutin vuorovaikutussuhde. Toimintaterapeuteilla on myös osaamista auttaa asukkaita tavoitetyöskentelyssä, mikä tukee muutosprosessissa.

Haastattelut tuottivat odotetusti runsaasti kuvailevia ja yleispäteviä näkemyksiä toimintaterapeuttien mahdollisuuksista asunto ensin -yksiköissä. Kirjallinen aineisto sisälsi sen sijaan yllättävän paljon tutkimuskysymykseen vastaamatonta sisältöä. Esimerkiksi yksi aineisto keskittyi osittain toimintaterapeutin mahdollisuuksiin edistää asunto ensin -asukkaiden tilannetta yhteiskunnallisella tasolla, kuten työskentelemällä neuvonantajana köyhyyteen ja asumiseen keskittyvissä komiteoissa. Lisäksi, vaikka valitut tutkimukset olivat toimintaterapiaan keskittyviä, niissä tuotiin esille paljon lisäkoulutautumista vaativaa terapeutista osaamista. Sellaisia olivat esimerkiksi dialektiivinen käyttäytymisterapia ja kognitiivinen käyttäytymisterapia. Myös haastatteluaineistojen perusteella voidaan päätellä, että asunto ensin -yksiköissä työskentelevät toimintaterapeutit voisivat hyötyä erilaisista lisäkoulutuksista liittyen esimerkiksi traumainformoituun työotteeseen, päihteisiin ja päihderiippuvuuksien syntymisen ymmärtämiseen, käden kuntoutukseen sekä neuropsykiatriisiin häiriöihin.

Opinnäytetyöprosessissa yllätti tiedonhaun haastavuus. Suurien hakutulosten takia hakulausekkeita jouduttiin rajaamaan paljon, mistä johtuen tuloksista saattoi karsiutua pois tutkimukseen sopivia aineistoja. Rajaamisesta huolimatta suurin osa hakutuloksista ei kuitenkaan käsitellyt tutkimuskysymyksen mukaista aihepiiriä, vaan keskittyi muihin ammattialoihin, kuten sairaanhoitotyöhön ja sosiaalityöhön. Kirjallisuuskatsauksen valitseminen toiseksi varsinaiseksi menetelmäksi koettiin hyödylliseksi, sillä tutkittu tieto vahvisti haastateltavien raportoimaa kliinisestä työstä kertynyttä kokemusperustaista tietoa tuoden myös uusia näkökulmia aiheeseen liittyen. Kirjallinen aineisto koettiin merkitykselliseksi myös siksi, että siinä oli kuultu asiakasryhmän omaa ääntä.

Tulosten hyödynnettävyyttä voi haastaa asunto ensin -yksiköiden eroavaisuudet. Yksiköiden välillä voi olla vaihtelua asiakasryhmän haasteissa, yksiköiden koossa, ikäjakaumassa ja resursseissa. Vaikka haastatteluissa ei kerätty paikkakohtaista tietoa, on toimintaterapeuttien omista yksiköistä kertynyt kokemusperusta todennäköisesti

vaikuttanut tutkimustuloksiin. Yhteistyökumppanilta saadun tiedon mukaan valitut haastateltavat työskentelevät hieman toisistaan poikkeavissa yksiköissä, mistä huolimatta tulokset olivat kaikissa haastatteluissa samansuuntaisia. Tästä voidaan päätellä, että opinnäytetyön tulokset voivat olla hyödynnettävissä erilaisissa yksiköissä.

Opinnäytetyö kuvaa nykyisille ja tuleville asunto ensin -yksiköissä työskenteleville toimintaterapeuteille monipuolisesti erilaisia mahdollisuuksia hyödyntää ammatillista osaamistaan. Työssään aloittavat toimintaterapeutit voivat soveltaa opinnäytetyössä esiteltyjä erilaisia lähestymistapoja omaan työympäristöönsä sopiviksi. Työnkuvan kartoitus voi selventää toimintaterapeutin osaamista myös muille asunto ensin -yksiköiden mielenterveys- ja päihdealan ammattilaisille, jotta he osaisivat tunnistaa, milloin toimintaterapeutin osaamisesta voi olla hyötyä. Selkeämpi työnkuvan määrittely voi lisätä tietoisuutta toimintaterapeutin osaamisesta myös palveluista päättävillä ylemmille tahoille.

Jatkossa olisi hyödyllistä tutkia erilaisten toimintaterapeuttien yksilö- ja ryhmäinterventioiden hyötyjä asunto ensin -yksiköiden asiakasryhmälle. Tässä opinnäytetyössä tunnistettuja aiheita interventioille olisivat esimerkiksi arjen taitojen ja tunnetaitojen vahvistaminen. Toimintaterapeuttien interventioiden ja tavoitteellisen työskentelyn kautta voidaan osoittaa ylemmille tahoille niistä saadut hyödyt ja kohdentaa tulevaisuudessa enemmän resursseja toimintaterapialle. Interventioiden vaikutusten arvioinnissa tulisi tuoda esiin myös asukkaiden omat kokemukset ja toiveet.

Lähteet

Aalto, Mauri 2017. Samanaikainen päihde- ja mielenterveyden häiriö. Päihdelinkki. <<https://paihdelinkki.fi/tietopankki/tietoiskut/mielenterveys/samanaikainen-paihde-ja-mielenterveyden-hairio/>> Viitattu 6.9.2024.

Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus (Ara) 2024. Asunnottomat 2023. Selvitys 2/2024. <<https://www.ara.fi/fi/document/asunnottomat-2023>>. Viitattu 4.9.2024.

Duodecim 1999. Huumeriippuvuuden hoito Suomessa. Lääketieteellinen aikakausikirja Duodecim 115 (22). 2510–2522. <<https://www.duodecimlehti.fi/duo91166>>. Viitattu 6.9.2024.

Hartikainen, Leena 2020. Toimintaterapiapalvelut Helsingin kaupungin päihdepoliiklinikoilla. Helsingin kaupunki, Uramalli 2019–2020. Yhtenevät toimintaterapiapalvelut päihdepoliiklinikoilla. 2.

Helsingin kaupunki. Päihdekuntoutusyksikkö Luoto. <<https://www.hel.fi/fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/terveydenhoito/paihdepalvelut/paihdekuntoutus/ymparivuorokautinen-paihdekuntoutus/paihdekuntoutusyksikko-luoto>>. Viitattu 9.9.2024.

Hyytiä, Petri 2018. Addiktion neurobiologia. Lääketieteellinen Aikakausikirja Duodecim. <<https://www.duodecimlehti.fi/duo14556>>. Viitattu 6.9.2024.

Häkkinen, Margareeta 2023. Huumeiden aiheuttama päihtymys, käytön ongelma ja huumeriippuvuus. Lääkärikirja Duodecim. <<https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00414>>. Viitattu 6.9.2024.

Joutsa, Juho & Kiiänmaa, Kalervo 2018. Huumeriippuvuuden kehittymisen mekanismit. Huume- ja lääkeriippuvuudet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim. <<https://www.oppiportti.fi/oppikirjat/hlr00101>>. Viitattu 3.11.2024.

Jyväskylän yliopisto. Laadullinen tutkimus. Menetelmäpolku: tutkimusstrategiat. <<https://sites.app.jyu.fi/mehu/fi/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/laadullinen-tutkimus>>. Viitattu 15.10.2024.

Kallinen, Timo & Kinnunen, Taina 2021a. Laadullinen sisällönanalyysi. Teoksessa Jaana Vuori (toim.). Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. <<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/>>. Viitattu 15.11.2023.

Kallinen, Timo & Kinnunen, Taina 2021b. Tutkimusetiikka ihmistieteissä. Teoksessa Jaana Vuori (toim.). Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. <<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/>>. Viitattu 12.10.2023.

Kallinen, Timo & Kinnunen, Taina 2021c. Tutkimuslupa, suostumus, informointi ja tietosuoja. Teoksessa Jaana Vuori (toim.). Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. <<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/>>. Viitattu 3.11.2024.

Kettunen, Marko 2013. Asunto ensin -malli Yhdysvalloista ja soveltaminen Suomessa. Yhteiskuntapolitiikka-lehti, 78:5. Julkari. 562–563, 566–567.

Käypä Hoito –suositus 2022. Huumeongelmat. Suomalaisen lääkäriseura Duodecimin ja päihdelääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen lääkäriseura Duodecim. <<https://www.kaypahoito.fi/hoi50041> >. Viitattu 29.5.2024.

Levola, Jonna & Lönnqvist, Jouko & Niemelä, Solja 2023. Päihteet ja mielenterveys. Psykiatria. Duodecim Oppiportti. <<https://www.oppoportti.fi/oppikirjat/pkr00260>>. Viitattu 12.10.2024.

Marshall, Carrie Anne & Boland, Leonie & Westover, Lee Ann & Isard, Roxanne & Gutman, Sharon A. 2020a. A systematic review of occupational therapy interventions in the transition from homelessness. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 28(3). Taylor & Francis Online. 171–187.

Marshall, Carrie Anne & Gewurtz, Rebecca & Barbic, Skye & Roy, Laurence & Lysaght, Rosemary & Ross, Caitlin & Becker, Alyssa & Cooke, Abrial & Kirsh, Bonnie 2020b. Bridging the Transition from Homeless to Housed: A Social Justice Framework to Guide the Practice of Occupational Therapists. The University of Western Ontario. ResearchGate. 6–7, 13–15, 17–19, 22–23.

Metropolia 2022. Bitlocker-suojauksen lisääminen ulkoiseen muistilaitteeseen. Tietohallinto. <<https://wiki.metropolia.fi/pages/viewpage.action?pageId=211294797> >. Viitattu 2.11.2023.

Metropolia 2023. Tiedostojen tallentaminen. Tietohallinto. <<https://wiki.metropolia.fi/display/tietohallinto/Tiedostojen+tallentaminen>>. Viitattu 15.11.2023.

Mettovaara, Jukka 2016. Eri litterointityyppien käyttötarkoitukset. Spoken Oy. <<https://spoken.fi/eri-litterointityyppien-kayttotarkoitukset/>>. Viitattu 30.5.2024.

MIELI Suomen mielenterveys ry 2024. Päihderiippuvuus vaikuttaa koko elämään. <<https://mieli.fi/mielenterveys-koetuksella/paihderiippuvuus-vaikuttaa-koko-elamaan/#> >. Viitattu 30.5.2024.

Niemelä, Solja 2018. Muutosvaihemallin mukainen hoitosuunnitelma. Suomalainen lääkäriseura Duodecim. Käypä hoito –suositus. <<https://www.kaypahoito.fi/nix02543> >. Viitattu 9.9.2024.

Ovaska, Anne & Koskela, Virpi. Haittoja vähentävän työn opas. Völjy kehittämishanke 2014–2017. A-klinikkasäätiö. <<https://a-klinikksaatio.fi/wp-content/uploads/haittoja-vahentavan-tyon-opas.pdf>>. Viitattu 12.10.2024.

Pitkänen, Sari & Koramo, Marika & Valtakari, Mikko & Mäki, Jenni 2023. Asunnottomuuden yhteistyöohjelman arviointi. Ympäristöministeriön julkaisu. Helsinki: Ympäristöministeriö. 9.

Pitkäranta, Ari 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Työkirja ammattikorkeakouluun. Jokioinen: e-oppi Oy. 27, 98.

Pleace Nicholas 2016. Asunto ensin –opas Eurooppa. Suom. Tiina Kurvi. <https://housingfirsteurope.eu/wp-content/uploads/2021/12/1.Asunto-Ensin-opas_WEB-27.10..pdf>. Viitattu 25.10.2023.

Raphael-Greenfield, Emily I. & Gutman, Sharon A. 2015. Understanding the Lived Experience of Formerly Homeless Adults as They Transition to Supportive Housing. *Occupational Therapy in Mental Health*, 31:1. Taylor & Francis Online. 35-49.

Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2006. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. <<https://www.fsd.tuni.fi/fi/tietoaarkisto/julkaisut/kvalimotv.pdf>>. Viitattu 9.9.2024.

Salo-Chydenius, Sisko 2017. Toiminnalliset ja luovat menetelmät. Päihdelinkki. A-klinikkasäätiö. <<https://paihdelinkki.fi/tietopankki/tietoiskut/paihdeyton-menetelmat-ja-koulutus/toiminnalliset-ja-luovat-menetelmat/>>. Viitattu 9.9.2024.

Sininauha Oy: a. Asunto ensin –mallissa turvataan perusoikeus – oikeus omaan kotiin. <<https://sininauhakoti.fi/sininauha-oy/asunto-ensin/>>. Viitattu 27.10.2023.

Sininauha Oy: b. Sininauhasäätiö-konserni. <<https://sininauhakoti.fi/sininauha-oy/sininauhasaatio-konserni/>>. Viitattu 3.9.2024.

Sininauha Oy: c. Koteja tuetun asumisen yksiköissä. <<https://sininauhakoti.fi/tuetun-asumisen-yksikot/>>. Viitattu 3.9.2024.

Sininauha Oy: d. Tuetun asumisen yksiköt. Pessi – monipuolisia tuetun asumisen ratkaisuja. <<https://sininauhakoti.fi/tuetun-asumisen-yksikot/pepsi-helsinki/>>. Viitattu 22.8.2024.

Sininauha Oy: e. Tuetun asumisen yksiköt. Ruusulankatu – tukea asumiseen ja kuntoutumiseen. <<https://sininauhakoti.fi/tuetun-asumisen-yksikot/ruusulankatu-helsinki/>>. Viitattu 22.8.2024.

Sininauhasäätiö 2023. Asumispalveluyksikkö naapurustossa - Elämää ja arkea Pessissä. <<https://sininauhasaatio.fi/asumispalveluyksikko-naapurustossa-elamaa-ja-arkea-pessissa/>>. Viitattu 9.9.2024.

Sininauhasäätiö. Sininauhasäätiö - Jotta jokaiselle olisi paikka. <<https://sininauhasaatio.fi/meista/>>. Viitattu 3.9.2024.

Sosiaali- ja terveysministeriö. Päihde- ja riippuvuushoito. <<https://stm.fi/paihde-ja-riippuvuushoito>>. Viitattu 3.9.2024.

Suomen perustuslaki 731/1999. Annettu Helsingissä 11.6.1999. <<https://finlex.fi/fi/laki/alkup/1999/19990731>>. Viitattu 3.9.2024.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) 2024. Stigma ja syrjintä. <<https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen/stigma-ja-syrjinta>>. Viitattu 13.10.2024.

Tietosuojavaltuutetun toimisto. Henkilötietojen minimointi tieteellisessä tutkimuksessa. <<https://tietosuoja.fi/henkilotietojen-minimointi-tieteellisessa-tutkimuksessa>>. Viitattu 2.11.2024.

Tsemberis, Sam & Gulcur, Layla & Nakae, Maria 2004. Housing First, Consumer Choice, and Harm Reduction for Homeless Individuals With a Dual Diagnosis. *American journal of Public*

Health. <<https://ajph.aphapublications.org/doi/epub/10.2105/AJPH.94.4.651>>. Viitattu 25.10.2023.

Tsemberis, Sam 2010. Housing First: The pathways Model to End Homelessness for People with Mental Illness and Addiction Manual. Columbia University. European Journal of Homelessness Volume 5 No. 2, December 2011. ResearchGate. 238

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK) 2018. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet. Ihmistieteiden tutkimusmenetelmiä käyttävän tutkimuksen eettisen ennakkoarvioinnin ohjeistus. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan työryhmän muistio. <https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/TENK_IEEA_tyoryhman_muistio_250518.pdf>. Viitattu 26.11.2023.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK) 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakkoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019. <https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakkoarvioinnin_ohje_2020.pdf >. Viitattu 3.11.2024.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK) 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö (HTK). <<https://tenk.fi/fi/tiedevilppi/hyva-tieteellinen-kaytanto-htk>>. Viitattu 26.11.2023.

Tutkittavan suostumuslomake

Tutkittavan suostumus

Tutkimuksen nimi: Toimintaterapeutin työnkuvan kartoitus asunto ensin –periaatteen mukaan toimivissa asumisyksiköissä

**Tutkimuksen toteuttaja: Metropolia ammattikorkeakoulu, Riina Lepola (puhelinnumero ja sähköpostiosoite) ja Olka Laitinen (puhelinnumero ja sähköpostiosoite).
Opinnäytetyön ohjaaja Sanna Sajkko (puhelinnumero ja sähköpostiosoite)**

Minua **tutkittavan nimi** on pyydetty osallistumaan yllä mainittuun tutkimukseen, jonka tarkoituksena on kartoittaa millaista osaamista toimintaterapeutit voivat hyödyntää asunto ensin –periaatteella toimivissa asumisyksiköissä.

Olen saanut tiedotteen tutkimuksesta ja ymmärtänyt sen. Tiedotteesta olen saanut riittävän selvityksen tutkimuksesta, sen tarkoituksesta ja toteutuksesta, oikeuksistani sekä tutkimuksen mahdollisesti liittyvistä hyödyistä ja riskeistä. Minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä ja olen saanut riittävän vastauksen kaikkiin tutkimusta koskeviin kysymyksiini.

Olen saanut tiedot tutkimukseen mahdollisesti liittyvästä henkilötietojen keräämisestä, käsittelystä ja luovuttamisesta ja minun on ollut mahdollista tutustua tutkimuksen tietosuojaselosteeseen.

Osallistun tutkimukseen vapaaehtoisesti. Minua ei ole painostettu eikä houkuteltu osallistumaan tutkimukseen.

Minulla on ollut riittävästi aikaa harkita osallistumistani tutkimukseen.

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

Allekirjoituksellani vahvistan osallistumiseni tähän tutkimukseen.

Henkilötietojen käsittelyperusteena on suostumus. Vahvistan allekirjoituksellani suostumukseni myös henkilötietojeni käsittelyyn. Minulla on oikeus peruuttaa suostumukseni tietosuojaselosteessa kuvatulla tavalla.

Allekirjoitus: _____

Nimenselvennys: _____

Alkuperäinen allekirjoitettu tutkittavan suostumus sekä kopio tutkimustiedotteesta liitteineen jäävät tutkijan arkistoon vuoden ajaksi, jonka jälkeen nämä tuhotaan. Tutkimustiedote liitteineen ja kopio allekirjoitetusta suostumuksesta annetaan tutkittavalle.

Tutkittavan informointilomake

Tutkittavan informointilomake

TIEDOTE TUTKIMUKSESTA

Toimintaterapeutin työnkuvan kartoitus asunto ensin –periaatteella toimivissa asumisyksiköissä

Pyyntö osallistua tutkimukseen

Teitä pyydetään mukaan tutkimukseen, jossa kartoitetaan toimintaterapeuttien työnkuvaa asunto ensin periaatteella toimivissa asumisyksiköissä. Olemme arvioineet, että sovellutte tutkimukseen, koska työskentelette toimintaterapeutin nimikkeellä asunto ensin –periaatteella toimivissa asumisyksiköissä. Tämä tiedote kuvaa tutkimusta ja teidän osuuttanne siinä. Perehdyttyänne tähän tiedotteeseen teille järjestetään mahdollisuus esittää kysymyksiä tutkimuksesta, jonka jälkeen teiltä pyydetään suostumus tutkimukseen osallistumisesta.

Vapaaehtoisuus

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Voitte kieltäytyä tutkimuksesta tai keskeyttää sen koska tahansa syytä ilmoittamatta. Mikäli keskeytätte tutkimuksen tai peruutatte suostumuksen, teistä keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

Tutkimuksen tarkoitus

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on aiempaa tutkimustietoa kartoittamalla sekä avointen haastattelujen avulla kartoittaa millaista osaamista toimintaterapeutit voivat hyödyntää asunto ensin -periaatteella toimivissa yksiköissä.

Tutkimuksen toteuttajat

Tutkimus toteutetaan yhteistyössä Sininauha Oy:n kanssa. Päävastuussa tutkimuksen toteutuksesta ovat opinnäytetyön tekijät. Metropolia ammattikorkeakoulun rooli opinnäytetyössä keskittyy opinnäytetyöprosessin ohjaamiseen.

Tutkimusmenetelmät ja toimenpiteet

Tutkittavalta vaaditaan haastatteluun osallistuminen joko paikan päällä tutkittavan työympäristössä tai Zoom-tapaamisessa etäyhteyden välityksellä. Haastatteluun tulee varata aikaa noin tunti.

Tutkimuksen haastatteluosuus toteutetaan avoimella haastattelulla. Haastattelu toteutuu yksilöhaastatteluna ja se nauhoitetaan ja tallennetaan Metropolian z-asemalle henkilökohtaiselle kotihakemistolle. Tämä on tarkoitettu salassa pidettävien ja henkilötietoja sisältävien tiedostojen tallentamiseen ja/ tai säilyttämiseen. Nauhoituksia ja niiden litteroituja Word-tiedostoja säilytetään vuoden verran, kunnes ne tuhoetaan. Opinnäytetyön raportoinnissa ja tietojen säilymisessä haastateltava tullaan anonymisoimaan.

Tutkimuksen mahdolliset hyödyt

Tutkimuksellinen opinnäytetyö edistää asunto ensin -yksiköiden päihteenkäyttäjien tilannetta, sillä heidän palvelujaan pyritään parantamaan lisäämällä tietoisuutta toimintaterapiasta tällä ammatillisella alueella. Tämä mahdollistaa myös toimintaterapian hyötyjen ja muutoskohtien huomaamisen ylemmillä tahoilla.

Työnkuvan määrittelystä hyötyvät myös kyseisellä ammatillisella alueella aloittavat toimintaterapeutit, jotka saavat sen avulla struktuuria uuden työn aloittamiseen.

Tutkittavan informointilomake

Tutkimustuloksista tiedottaminen

Opinnäytetyö julkaistaan Theseus-tietokannassa, jossa se on kaikkien saatavilla.

Tutkimuksen päättäminen

Myös tutkimuksen suorittaja voi keskeyttää tutkimuksen. Tähän voi olla syynä esimerkiksi opintojen keskeytyminen. Tutkittavia informoidaan opinnäytetyön valmistuttua, jolloin he pääsevät tarkastelemaan tutkimuksen tuloksia Theseus-tietokannasta.

Lisätiedot

Pyydämme teitä tarvittaessa esittämään tutkimukseen liittyviä kysymyksiä opinnäytetyötekijöille tai opinnäytetyön ohjaajalle.

Tutkijoiden yhteystiedot

Tutkija / opinnäytetyötekijä

Nimi: Olka Laitinen

Puh.:

Sähköposti:

Tutkija / opinnäytetyötekijä

Nimi: Riina Lepola

Puh.:

Sähköposti:

Tutkimuksesta vastaa / opinnäytetyön ohjaaja

Titteli: Toimintaterapeutti YAMK

Nimi: Sanna Sajkko

Korkeakoulu / yksikkö Metropolia AMK, Myllypuron kampus

Puh.

Sähköposti:

Tietosuojaseloste

Tutkimuksen tietosuojaseloste: Henkilötietojen käsittely tutkimuksessa

Tässä tutkimuksessa käsitellään teitä koskevia henkilötietoja voimassa olevan tietosuojalainsäädännön (EU:n yleinen tietosuoja-astus, 679/2016, ja voimassa oleva kansallinen lainsäädäntö) mukaisesti. Seuraavassa kuvataan henkilötietojen käsittelyyn liittyvät asiat.

Tutkimuksen rekisterinpitäjä

Rekisterinpitäjällä tarkoitetaan tahoa, joka yksin tai yhdessä toisten kanssa määrittelee henkilötietojen käsittelyn tarkoitukset ja keinot. Rekisterinpitäjä voi olla korkeakoulu, toimeksiantaja, muu yhteistyötaho, opinnäytetyöntekijä tai jotkut edellä mainituista yhdessä (esim. korkeakoulu ja opinnäytetyöntekijä yhdessä).

Tässä tutkimuksessa henkilötietojen rekisterinpitäjät ovat opinnäytetyöntekijät.

Voitte kysyä lisätietoja henkilötietojenne käsittelystä rekisterinpitäjän yhteyshenkilöltä

Rekisterinpitäjän yhteyshenkilön nimi: Riina Lepola ja Olka Laitinen
Organisaatio: Metropolia Ammattikorkeakoulu
Puh.
Sähköposti:

Tutkimuksessa teistä kerätään seuraavia henkilötietoja

Tutkimusta varten ei kerätä henkilötietoja, mutta tutkittavan nimi ja viestintää varten mahdollisesti sähköpostiosoite tai työpuhelinnumero tulevat olemaan opinnäytetyöntekijöiden tiedossa.

Teillä ei ole sopimukseen tai lakisääteiseen tehtävään perustuvaa velvollisuutta toimittaa henkilötietojanne vaan osallistuminen on täysin vapaaehtoista.

Henkilötietojenne suojausperiaatteet

Tutkittavat tullaan esittelemään opinnäytetyössä nimettöminä, esimerkiksi Haastateltava 1", "Haastateltava 2." ja niin edelleen. Näin toimitaan myös tiedostojen säilyttämisessä.

Henkilötietojenne käsittelyn tarkoitus

Opinnäytetyön tarkoitus on kartoittaa millaista osaamista toimintaterapeutit voivat hyödyntää asunto ensin -periaatteella toimivissa asumisyksiköissä. Viestintä haastatteluihin osallistumisesta toteutuu sähköpostin kautta. Näitä tietoja ei kuitenkaan käsitellä opinnäytetyössä ja kaikki tunnistetiedot ~~anonymisoidaan~~. Jos haastateltava itse tuo esiin keskustelussa jotakin, mistä hänet voidaan tunnistaa, tämä tieto poistetaan tai muokataan litterointivaiheessa mahdollisimman tunnistamattomaksi.

Henkilötietojenne käsittelyperuste

Opinnäytetyössä käsittelyperuste on suostumus.

Tutkimuksen kesto-aika (henkilötietojenne käsittelyaika)

Tutkimuksen kesto-aika on noin vuosi.

Mitä henkilötiedoillenne tapahtuu tutkimuksen päätyttyä?

Henkilötietoja sisältävät tiedostot (suostumuslomake) hävitetään noin vuosi sen jälkeen, kun opinnäytetyö on palautettu.

Tietojen luovuttaminen tutkimusrekisteristä

Henkilötietoja ei luovuteta tutkimuksen ulkopuolelle.

Rekisteröitynä teillä on oikeus

Koska henkilötietojanne käsitellään tässä tutkimuksessa, niin olette rekisteröity tutkimuksen aikana muodostuvassa henkilörekisterissä. Rekisteröitynä teillä on oikeus:

- saada informaatiota henkilötietojen käsittelystä
- tarkastaa itseänne koskevat tiedot
- oikaista tietojanne
- poistaa tietonne (esim. jos peruutatte antamanne suostumuksen)
- peruuttaa antamanne henkilötietojen käsittelyä koskeva suostumus
- rajoittaa tietojenne käsittelyä
- rekisterinpitäjän ilmoitusvelvollisuus henkilötietojen oikaisusta, poistosta tai käsittelyn rajoittamisesta
- siirtää tietonne järjestelmästä toiseen
- sallia automaattinen päätöksenteko nimenomaisella suostumuksellanne
- tehdä valitus tietosuojavaltuutetun toimistoon, jos katsotte, että henkilötietojanne on käsitelty tietosuojalainsäädännön vastaisesti

Voitte käyttää oikeuksianne ottamalla yhteyttä rekisterinpitäjään. Tutkimuksessa kerättyjä henkilötietoja ei käytetä profilointiin tai automaattiseen päätöksentekoon.

Henkilötietojen käsittely aineistoa analysoitaessa ja tutkimuksen tuloksia raportoitaessa

Teistä kerättyä tietoa ja tutkimusaineistoa käsitellään luottamuksellisesti lainsäädännön edellyttämällä tavalla. Yksittäisille tutkittavalle annetaan nimetön tunnus esimerkiksi Haastateltava 1., Haastateltava 2. jne., ja häntä koskevat tiedot säilytetään nimettöminä tutkimusaineistossa. Aineisto analysoidaan anonyymina ja tulokset pyritään raportoimaan mahdollisimman ryhmätasolla. Aineiston pienen koon takia ei voida kuitenkaan luvata täydellistä anonyymiteettiä. Aineiston pienellä koolla tarkoitetaan asunto ensin –mallissa työskenteleviä toimintaterapeutteja, joita on määrällisesti vielä vähän tällä toimialueella. Haastatteluisia esitetyillä kysymyksillä ei kuitenkaan kerätä työpaikkakohtaista tietoa, vaan yleisluontoista näkemystä toimintaterapeutin ammatilliseen osaamiseen liittyen. Tämä lisää tutkittavien anonyymiteettiä.

Tutkimusaineistoa ja tutkimuksen yhteydessä kerättyjä näytteitä säilytetään vuoden verran Metropolian henkilökohtaisella kotihakemistolla Z-aseamalla, minkä jälkeen ne poistetaan.