

# Etsivän työn malli Lahden Klubitalolle

LAHDEN  
AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaali- ja terveysala  
Sosionomi  
Sosiaalipedagoginen aikuistyö  
Opinnäytetyö  
Syksy 2016  
Veera Kataja  
Inkeri Lehtimäki

Lahden ammattikorkeakoulu  
Sosiaalipedagoginen aikuistyö

KATAJA, VEERA  
LEHTIMÄKI, INKERI:

Etsivän työn malli Lahden Klubitalolle

Sosiaalipedagogisen aikuistyön opinnäytetyö, 84 sivua, 23 liitesivua

Syksy 2016

TIIVISTELMÄ

---

Toiminnallisessa opinnäytetyössämme suunnittelimme ja toteutimme Lahden Klubitalon mielenterveyskuntoutujayhteisön tiloissa oppimiskahvila–ideariihen sekä kolme etsivän työn tapaamista kahden kuntoutujan kanssa heidän valitsemissaan paikoissa. Toisen kuntoutujan tapasimme Lahden Klubitalolla ja toisen hänen kotonaan.

Opinnäytetyömme tavoite oli luoda Lahden Klubitalolle etsivän työn toimintamalli, jolla voidaan löytää ja tehokkaasti tukea klubitaloyhteisön toiminnasta etäänntyneitä, mutta sinne kaipaavia jäseniä palaamaan toimintaan. Työmme tarkoituksena on ehkäistä näiden jäsenten syrjäytymistä ja lisätä heidän osallisuuttaan kuntouttavassa klubitaloyhteisössä sekä yhteiskunnassa.

Opinnäytetyömme teoria koostuu mielenterveyskuntoutuksesta, yhteisöhoidosta ja terapeutisesta yhteisöstä, psykososiaalisesta kuntoutuksesta, syrjäytymisestä ja osallisuudesta, etsivästä työstä ja vuorovaikutuksellisesta tukemisesta. Kaikesta tiedonkeruusta etsivän työn tärkeimmiksi elementeiksi osoittautuivat luottamuksellisuus ja vapaaehtoisuus, toiminnallisuus, Klubi-lähtöisyys, sekä vuorovaikutuksen merkitys, ja siinä erityisesti aktiivinen kuuntelu, hienovaraisuus, välittämisen osoittaminen ja kannustaminen.

Opinnäytetyön tekemisen myötä tavoitteemme oli myös syventää ammatillista osaamistamme ja lisätä työelämävalmiuksiamme, joiden koimme toteutuneen prosessin aikana.

Asiasanat: mielenterveyskuntoutus, yhteisöhoito, terapeutin yhteisö, vertaistuki, psykososiaalinen toimintakyky, psykososiaalinen kuntoutus, syrjäytyminen, osallisuus, etsivä työ, vuorovaikutuksellinen tukeminen

Lahti University of Applied Sciences  
Degree Programme in Social Service

KATAJA, VEERA  
LEHTIMÄKI, INKERI:

Outreach work model for the  
Clubhouse of Lahti

Bachelor's Thesis in social pedagogy for work with adults

84 pages, 23 pages of appendices

Autumn 2016

ABSTRACT

---

The functional part of our thesis comprised of a learning café - brainstorming held at the mental health rehabilitees community, the Clubhouse of Lahti, and three outreach work meetings with two members of the community. Learning café participants were both mental health rehabilitees and employees of the Clubhouse of Lahti. Two of the outreach work meetings were held at the Clubhouse and one at a member's home.

The aim of our thesis was to create a model on how to find and efficiently support those members of the Clubhouse of Lahti that have alienated from their community but still wish to return to it. The purpose of our thesis was to prevent social exclusion and to increase social inclusion of those members of the Clubhouse of Lahti.

For designing the outreach work, we familiarized ourselves with theory about mental health rehabilitation, community-based and therapeutic community, psychosocial rehabilitation, social exclusion and inclusion, outreach work and interactive support. As a conclusion of all our data collection, the most important elements of the outreach work are confidentiality and voluntariness, functionality, Clubhouse-oriented approach, and the significance of interaction which include active listening, consideration, display of caring and encouragement.

Our personal goals for the thesis were also to enhance our occupational competence and to increase our working life readiness. We feel that we reached these goals during the process.

Key words: mental health rehabilitation, community-based rehabilitation, therapeutic community, peer support, psychosocial competence, psychosocial rehabilitation, exclusion, inclusion, outreach work, interactive support.

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	MIELENTERVEYSKUNTOUTUS TÄNÄ PÄIVÄNÄ	4
3	YHTEISÖHOITO, TERAPEUTTINEN YHTEISÖ JA VERTAISTUKI	7
4	PSYKOSOSIAALINEN TOIMINTAKYKY JA KUNTOUTUS	12
4.1	Syrjäytymisen ja osallisuuden vaikutus hyvinvointiin	13
4.2	Etsivä työ osallisuuden lisääjänä	16
4.3	Vuorovaikutuksen merkitys kuntoutumiselle	18
5	LAHDEN KLUBITALO	22
5.1	Klubitalojen historiaa ja klubitalomalli	23
5.2	Yhteydenpito Lahden Klubitalolla	24
6	OPINNÄYTETYÖN TARVE, TAVOITE JA TARKOITUS	25
7	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	27
7.1	Aineiston hankinta	29
7.2	Oppimiskahvila	32
7.3	Yhteydenotot ennen etsivän työn pilotointia	36
7.4	Pilotointi-tapaamiset	38
8	TULOSTEN TARKASTELU JA MALLIN MUODOSTUS	41
8.1	Miksi etsivää työtä tehdään Lahden Klubitalolla?	41
8.2	Yhteydenottojen peruseriaatteet	44
8.3	Tapaamisten peruseriaatteet	47
8.3.1	Yhdessä tekeminen	47
8.3.2	Vapaaehtoisuus	48
8.3.3	Vaitiolovelvollisuus	49
8.3.4	Toiminnallisuus ja Klubi-lähtöisyys	50
8.4	Vuorovaikutus etsivässä työssä	52
8.4.1	Yhteydenotot	53
8.4.2	Sovitut tapaamiset	55
8.4.3	Tehostettu huolenpito yhteisöön palaamisen jälkeen	59
8.5	Etsivän työn perehdytys	61
8.6	Etsivien työnohjaus	63
8.7	Yhteenveto tutkimustuloksista	64

9	POHDINTA	66
9.1	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	66
9.2	Työskentelyprosessin arviointi	72
9.3	Jatkotutkimus- ja kehittämisideat	73
9.4	Mallin käyttöönotto	75
	LÄHTEET	78
	LIITTEET	85

## 1 JOHDANTO

Mielenterveysongelmat ovat suurin työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymisen yksittäinen syy. Vuonna 2015 työkyvyttömyyseläkettä sai 161 000 henkilöä, joista suurin osa, 40 prosenttia eli 67 000 henkilöä on eläkkeellä mielenterveyssyistä. Masennus on ylivoimaisesti suurin työkyvyttömyyteen johtanut mielenterveysongelma. (Eläketurvakeskus 2016.)

Mielenterveystyö on tämän opinnäytetyön kummallekin tekijälle sydäntä lähellä oleva sosiaalityön alue. Suuri motivaatiomme olla osallisena kehittämässä mielenterveyskuntoutusta sai meidät käynnistämään yhteisen projektin mielenterveyskuntoutumisen tukemiseksi.

Käynnistimme opinnäytetyömme tilanteessa, jossa osallisuuden tukemiseen ja etsivän työn tarpeeseen terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi oli herätty vaikuttavilla tahoilla Suomessa ja maailmalla: Maailman terveysjärjestö WHO:n mielenterveyden globaalissa toimintasuunnitelmassa vuosille 2013 - 2020 kehoitetaan erityisesti painottamaan kustannustehokkaiden yhteisöpohjaisten mielenterveyspalvelujen taloudellista tukemista ja ehdotetaan etsivän työn (*engl. outreach services*) periaatteita toteuttavien palveluiden luomista niiden puitteissa. (WHO 2013a, 8, 12 - 14, 16 - 17, 21, 25, 33, 35.) Myös Euroopan suunnitelma korostaa yhteisökuntoutusta ja suosittelee etsivän työn toteuttamista mielenterveydellisten riskiryhmien, kuten vähätuloisten parissa heidän osallisuutensa lisäämiseksi (WHO 2013b, 6, 8-10, 18).

Vuosille 2009 - 2015 laaditun Mielenterveys- ja päihdesuunnitelman loppuarvioinnissa todettiin tarve erityispanostukselle mielenterveys- ja päihdetyöhön. Mahdollisena keinona nostettiin etsivä sosiaalityö. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2016, 26.) Lisäksi työssämme vahvasti näkyvät osallisuus ja yhteisöllisyys ovat esimerkiksi Sosiaalisesti kestävä Suomi 2020 - strategian teemoja. Kolmannella sektorilla, johon työmme toimeksiantaja kuuluu, on strategiassa tärkeä rooli yhteiskunnan terveyden ja sosiaalisen hyvinvoinnin edistämistyössä sekä uusien toimintamallien luomisessa, johon tämä opinnäytetyö osallistuu. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2010, 4, 13.)

Etsivä työ osana toimeksiantajamme Lahden Klubitalon tulevaisuutta nousi esiin toisen opinnäytetyömme tekijän Klubitalolla suorittaman työharjoittelun aikana syksyllä 2015. Klubitalon johtajalta noussut ajatus uuden toimintamuodon kehittämisestä oli innostava ja johti lopulta kehittämisprojektimme käynnistymiseen huhtikuussa 2016. Olemme toteuttaneet projektia hyvässä yhteistyössä toimeksiantajamme kanssa, ja pystyneet pitämään aluksi määritellyn aikataulun, eli työn valmistumisen kesän 2016 lopussa.

Tämä on toiminnallinen opinnäytetyö, jonka kehittämistyön tuloksena syntyy konkreettinen etsivän työn malli työelämäkumppanimme käyttöön. Kehittämistoiminnalle yleensäkin on ominaista työssämme toteutuvat tiimityöskentely, uuden asian syntyminen sekä toiminnan ainutkertaisuus ja ainutlaatuisuus, määritelty tavoite sekä rajattu aika ja aihe. (Salonen 2013, 7, 13.) Työmme tarkoitus on ehkäistä toimeksiantajamme toiminnasta tahdostaan huolimatta etääntyneiden yhteisön jäsenten syrjäytymistä ja tukea heidän osallisuuttaan yhteisönsä ja yhteiskunnan aktiivisina toimijoina.

Opinnäytetyömme koostuu toiminnallisesta osuudesta eli produktista sekä raportointiosuudesta, jossa dokumentoimme ja arvioimme opinnäytetyöprosessia tutkimusviestinnän keinoin (Virtuaaliammattikorkeakoulu 2016). Lisäksi raportissa perustelemme työssä tekemiämme ratkaisuja ja arvioimme niitä mahdollisimman kriittisesti (Vilkkä & Airaksinen 2003, 80 - 81; Virtuaaliammattikorkeakoulu 2016).

Luvuissa kaksi (2), kolme (3) ja neljä (4) avaamme teoriaperustaa, johon käytännön toimintamme pohjautui. Avaamme ensinnäkin teoriaa tämän päivän mielenterveyskuntoutuksesta, yhteisöhoidon ja terapeutin yhteisön toimintaperiaatteista sekä psykososiaalisesta toimintakyvystä ja kuntoutuksesta. Psykososiaaliseen toimintakykyyn liittyen käsittelemme lisäksi syrjäytymistä ja osallisuutta, etsivää työtä sekä vuorovaikutuksellista tukemista. Luvussa viisi (5) esittelemme tarkemmin toimeksiantajamme, minkä jälkeen perustelemme opinnäytetyön tarpeen

ja esittelemme tarkemmin sen tavoitteen ja tarkoituksen luvussa kuusi (6). Tämän jälkeen pääsemme työmme toiminnalliseen osuuteen: Luvussa seitsemän (7) kuvaamme tutkimuksen toteutusta ja luvussa kahdeksan (8) tarkastelemme saamiamme tutkimustuloksia ja teemme niistä yhteenvedon. Tutkimustuloksista muodostuu yhdessä teorian kanssa opinnäytetyön varsinainen tuotos; malli, joka on tämän työn liitteenä (LIITE 1). Luvussa yhdeksän (9) reflektioimme ensin tutkimuksemme eettisyyttä ja luotettavuutta ja arvioimme työskentelyprosessiamme. Sen jälkeen reflektion kohteena on työmme tuotoksen käyttöönotto. Lopuksi esitämme jatkokehittämis- ja -tutkimusideoita, joista toimeksiantajallemme olisi hyötyä.



## 2 MIELENTERVEYSKUNTOUTUS TÄNÄ PÄIVÄNÄ

Mielenterveys on muuttuva olotila ja kehittyvä ilmiö, jonka tyhjentävä määrittely on haastavaa (Rissanen 2007, 23). Mielen katsotaan olevan terve, kun ihminen kykenee selviytymään itsenäisesti ihmissuhteista, työstä ja vapaa-ajasta siten, ettei aiheuta kärsimystä itselleen tai muille. (Hietaharju & Nuutila 2016, 9). Mielen hyvinvointi koostuu useista osa-alueista, joita ovat yksilön sosioekonominen asema, materiaaliset ja psykososiaaliset olosuhteet sekä poliittisen vaikuttamisen taso. Mielenterveyteen vaikuttavat lisäksi terveydenhuoltojärjestelmä sekä erilaiset henkilökohtaiset terveydelliset riskitekijät, joihin lukeutuu sosiaalisen ja yhteiskunnallisen osallisuuden puute. (WHO 2013b, 21.) Kyseiset olosuhteet ja elämäntilanteet ovat muuttuvia, joten mielenterveyden tilakin vaihtelee niiden mukaan (Hietaharju & Nuutila 2016, 10). Siksi on tärkeää, että mielenterveyskuntoutujia osataan tukea kokonaisvaltaisesti. Suomen lainsäädännön mukaan:

*Mielenterveyskuntoutuksella tarkoitetaan yksilön psyykkisen hyvinvoinnin, toimintakyvyn ja persoonallisuuden kasvun edistämistä sekä mielisairauksien ja muiden mielenterveyden häiriöiden ehkäisemistä, parantamista ja lievittämistä (Mielenterveyslaki 1116/1990/1§).*

Mielenterveyskuntoutuksessa lähdetäänkin tänä päivänä siitä, että ihmistä katsotaan kokonaisuutena ja tuetaan elämän joka osa-alueella yksilöllisen tarpeen mukaan. Kuntoutuja osallistuu aktiivisesti tavoitekeskeiseen työskentelyyn: Oman elämänsä asiantuntijana hän suunnittelee elämäänsä, tekee sitä koskevia päätöksiä ja on päätöksistään vastuussa. (Kuhanen, Oittinen, Kanerva, Seuri & Schubert 2013, 103.) Kuntoutuksessa on siirrytty kuntoutujan passiivista roolia vahvistavasta kliinisestä mallista kuntoutujakeskeiseen malliin, joka korostaa kuntoutujan omaa aktiivisuutta ja vaikutusmahdollisuuksia läpi kuntoutumisprosessinsa (Kettunen, Kähäri-Wiik, Vuori-Kemilä & Ihalainen 2009, 27 - 28).

Ward (1988) toteaa asiakassuhteen tavoitteellisuuden tarkoittavan, että suhteen on tähdättävä johonkin. Tavoite voi olla esimerkiksi yhdessä työskenteleminen niin, että kuntoutuja pystyisi hoitamaan ihmissuhteitaan

tai suuntautumaan kohti arjessa pärjäämistä. Yhteistyösuhteessa tärkeintä on molemminpuolinen avoimuus ja kunnioittava vuorovaikutus. (Rissanen 2007, 128.) Mielenterveyskuntoutuksen tasavertaiseen asetelmaan pyrkivässä vuorovaikutuksessa voivat olla haasteena valtasuhteista muistuttavat roolit, joissa työntekijä toimii ammatillisessa roolissa ja kuntoutuja asiakkaan roolissa. Asiakkaalla on yleensä vähemmän valtaa ja vapauksia, kuin työntekijällä. Kiinnittäytyminen olemassa olevaan kuntoutumista tukevaan turvaverkostoon voi myös olla psykiatrisen sairaanhoidon ja avohoidon asiakkaalle mahdotonta häntä siirrettäessä useita kertoja taholta toiselle. (Rissanen 2007, 43, 49.) Onkin tärkeitä, että kuntoutujalla on ainakin yksi taho, jonka tuoman tuen ja kontaktin pysyvyyteen voi luottaa.

Tämän päivän mielenterveyskuntoutuksessa korostuva arkilähtöinen ja voimavarakeskeinen ote saa esiin kuntoutujan positiivisia kykyjä ja vahvistaa näin hänen elämönhallinnan tunnettaan. Arkilähtöiseen toimintaan voi kuulua kuntoutujan yksilöllisten tarpeiden ja toiveiden mukaan esimerkiksi ruuanlaitto, kaupassa käynti ja siivous. Myös tuki sosiaalisissa vuorovaikutustaidoissa on monelle mielenterveyskuntoutujalle hyödyllinen. (Kuhanen ym. 2013, 103 - 105.) Kotona tehtävä arkilähtöinen tukeminen edellyttää yhteistyöltä erityisen korostetusti sitä, että edetään tuettavan ehdoilla kunnioittaen hänen yksityisyyttään ja elämäntapaansa. Kotikäynneissä tavoitteet, ajoitus ja kesto, sekä selkeät puitteet ja säännöt sovitaan yhdessä tuen saajan kanssa. (Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä & Virolainen 2012, 165.)

Arjen sujumisen lisäksi tuetaan mielenterveyskuntoutujan toimijuutta yhteiskunnan aktiivisena jäsenenä. Käytännössä tämä tarkoittaa tukea esimerkiksi raha-asioiden hoidossa, pankissa ja virastoissa käymisessä sekä opiskelu- ja työelämään pääsemisessä. Kuntoutujalle on hyödyllistä myös päästä osallistumaan omaa toimijuuttaan lisäävään mielekkääseen toimintaan. Tällaista tarjoavat erilaiset päivä-, työ- ja toimintakeskukset sekä sosiaaliset klubit, joissa toiminta on monipuolista ja vapaaehtoisuuteen perustuvaa. Niiden mukanaan tuoma yhteisöllisyys tukee osaltaan mielenterveyskuntoutujaa tiellä positiiviseen muutokseen.

Mielenterveyssairaudesta kuntoutuminen voi kuitenkin viedä vuosia ja kuntoutumisprosessiin sisältyy usein ylä- ja alamäkiä. Tuen oikea-aikaisuudella on suuri merkitys. (Kuhanen ym. 2013, 105.)

### 3 YHTEISÖHOITO, TERAPEUTTINEN YHTEISÖ JA VERTAISTUKI

Kuten luvussa kaksi (2) todettiin, yhteisöllisyydellä on osuutensa mielenterveyskuntoutumisessa. Yhteisöhoito on koko yhteisön tietoista käyttämistä hoidollisten, kuntoutuksellisten ja kasvatuksellisten tavoitteiden toteuttamiseen. Se kattaa näin ollen fyysisen ja sosiaalisen ympäristön sekä terapiaan, kuntoutukseen ja kasvatukseen liittyvät periaatteet, joiden painotus vaihtelee yhteisötyypistä riippuen. Niin tilat, sisustus, tapa, jolla ruoka tarjoillaan puhumattakaan ihmisten käyttäytymisestä ja keskinäisistä suhteista palvelevat kuntoutuksellisia tavoitteita yhteisöhoidossa. Yhteisöhoidon tavoitteena on psyykkisesti eheä, itseensä luottava, aktiivinen ja vastuuntuntoinen ihminen. Aktiivisuuden edellytys on hyvä itsetunto, joka muotoutuu vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa ja perustuu turvallisuuden tunnetta lisäävään luottamukseen. (Murto 1997, 13, 212, 239.)

Luottamuksen syntymistä tukee olennaisesti vapaaehtoisuus. Jo toisen maailmansodan jälkeen Englannissa ja Yhdysvalloissa yhteisöhoitoa kehittänyt englantilainen psykiatri Maxwell Jones näki psyykkisesti sairastuneiden ihmisten psykodynamiikalle olennaisena syvälle iskostuneet huonommuuden- ja syyllisyydentunnot, minkä vuoksi hänen kehittämässään yhteisöhoidossa oli keskeisintä kuntoutujan itsetunnon vahvistaminen ja kasvattaminen vastuuseen. Jonesin sairaanhoitouudistus edellytti pakosta, peloista ja epävarmuudesta vapaata ilmastoa kuntoutujien ja työntekijöiden välillä. (Airas 1979, 172.)

Yhteisöhoidossa korostuu myös kuntoutujan toimiminen vuorovaikutuksessa toisten kanssa: Kuntoutuja on osa sosiaalista yhteisöä, jossa hän osallistuu yhteisön toiminnan suunnitteluun, toteutukseen ja päätöksentekoon tasavertaisena toimijana työntekijöiden kanssa saaden ja antaen itse jatkuvasti palautetta. Kuuluminen ryhmään, vertaistuen saaminen ja merkityksellinen toiminta tuovat sisältöä elämään ja voimaannuttavat. (Heikkinen-Peltonen, Innamaa & Virta 2014, 249 - 250.) Vertaistuki tarkoittaa samankaltaisia kokemuksia omaavien ihmisten yhteisöllistä tukea (Mielenterveyden keskusliitto 2016b).

Yhteisöhoidon perustan luovat näin ollen hoidon inhimillisuus, tasa-arvoisuus kuntoutujien ja henkilökunnan välillä, sekä mielekkään työn merkitys hoito- ja kasvatustieteiden menetelmänä. Ne ovat myöhempien suuntausten, kuten terapeuttisen yhteisönkin ydintä. Laajasti voidaan sanoa, että terapeuttiseksi yhteisöksi luetaan mikä tahansa kuntoutujien tai kasvatettavien vointia parantamaan pyrkivä yhteisö, joka tarjoaa mahdollisuuden tuottavaan työhön, kykyjen kehittymiseen ja yhteisön päivittäiseen johtamiseen. (Murto 1997, 15,17.)

Myös Heikkinen-Peltosen ym. (2014, 249 - 251) mukaan yhteisöhoidon sisällä puhutaan terapeuttisesta yhteisöstä, kun jo edellä mainitut sosiaalisen yhteisön toimintaperiaatteet toteutuvat; He kuvaavat terapeuttisuuden muodostuvan sosiaalisen yhteisön tasa-arvoisuudesta, demokraattisuudesta, yhteisöllisyydestä, sekä sallivasta ja avoimesta ilmapiiristä. Lisäksi terapeuttisen yhteisön toiminta sisältää jatkuvaa avointa vuorovaikutusta ja ratkaisujen etsimistä ristiriitoihin. Yhteisissä tilaisuuksissa tehdään tärkeää yhteisön yhteistä kehittämistyötä. Terapeuttisessa yhteisössä sallitaan myös heikkous ja erilaisuus, ja hyväksytään epäonnistumisten kautta oppiminen. Tämän tuloksena yhteisön jäsenen osallisuuden kokemus voimistuu ja hän vahvistuu vastuullisena ja itsenäisenä toimijana. (Heikkinen-Peltonen, ym. 2014, 249 - 251.)

Terapeuttisen yhteisön painopisteen voi katsoa olevan siinä, että yhteisö tarjoaa tilaisuuden keskustella ihmisten kesken syntyneistä ongelmista ja tukea ryhmänä toisiaan taitojensa mukaan. Terapeuttinen yhteisö sanoutuu irti perinteisestä diagnoosiin keskittyvästä lähestymistavasta kuntoutujan kohtaamisessa. Se eroaa perinteisestä näkemyksestä myös kokonaisvaltaisessa katsantokannassaan ihmisen persoonallisuuteen keskittyen sairauden oireiden lisäksi myös terveen minän esiin päästämiseen. Terapeuttisen yhteisön pyrkimyksenä on luoda tavallista elämää muistuttava ympäristö, joka tukee arkeen palaamista ja arjessa pärjäämistä. (Airas 1979, 176 - 178.)

Kuten todettua, terapeutin yhteisön toiminnassa kuntoutujan yksilöllisiin ominaisuuksiin ja kuntoutustavoitteisiin sopivilla työtehtävillä on keskeinen osa. Se, millä tavalla ja kuinka paljon yksittäinen kuntoutuja osallistuu terapeutin yhteisön toimintaan ja päätöksentekoon riippuu kuntoutujan kyvyistä, psyykkisestä ja fyysisestä kunnosta, sekä kuntoutusajan pituudesta. Mitä pidempään kuntoutuja osallistuu yhteisön toimintaan, sitä enemmän terapeutin yhteisön vertaistuki vaikuttaa kuntoutujaan ja sitä suuremman roolin kuntoutuja terapeutin yhteisössä ottaa. Kuntoutujia tulisi tämän vuoksi tukea kaikin keinoin kiinnittymään terapeutin yhteisöön, jossa keskusteluilla vertaisten kanssa on merkittävä eheyttävä vaikutus niiden auttaessa kuntoutujaa työstämään omia kokemuksiaan. (Murto 2013, 24 - 27, 41.)

Yhteisöhoidon ja terapeutin yhteisöjen tarjoamaa vertaistukea voi Vilenin ym. (2008, 67) mukaan olla mikä tahansa kohtaaminen, jossa ihminen kokee tullessaan ymmärretyksi tilanteessaan. Samankaltaisten kokemusten ja selviytymistarinoiden jakaminen ja kuuleminen, sekä vertaisten tuoma ymmärrys helpottavat erityisesti psyykkisen sairauden aiheuttamiin yksinäisyyden ja leimautumisen kokemuksiin ja vähentävät syrjäytymisen vaaraa. Toisen ihmisen samankaltaisten kokemusten kuuleminen antaa kuntoutujalle toivoa myös vaikeina aikoina. (Mielenterveyden keskusliitto 2016b; Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 242.)  
Auttajan omakohtainen selviytymistarina lisää autettavan uskoa selviytymiseensä, vahvistaa ymmärretyksi ja kuulluksi tulemisen sekä kohtaamisen ja empatian tunnetta, ja parhaimmillaan avaa uusia näkökulmia autettavan tilanteeseen (Mykkänen-Hänninen 2007, 27).

Airaksen mukaan kuntoutuja voi vertaisryhmässä kokea itsensä tasavertaiseksi muiden kanssa, minkä seurauksena hän laskee usein autoritäärisessä asetelmassa heräävät puolustusmekanisminsa, jotka ilmenevät kapinointina. Uhkana vertaisryhmässä voi hänen mukaansa olla se, etteivät keskustelijat arvioi tai ajattele toistensa kestävyyskykyä ja ymmärrä puolustusmekanismeja. (Airas 1979, 31.) Vertaistuki on kuitenkin ennen muuta mahdollisuus, mitä kuvastaa hyvin Mielenterveyden keskusliiton

Internet-sivuilta löytyvä katkelma tekstistä, jossa vertainen kuvaa kokemuksellisuuden voimaa:

*Olen vertainen, syviä vesiä elämässäni kokenut. Ymmärrän hyvin sinua, joka tällä hetkellä huudat kuilun pohjalta, pimeydestä: onko täällä ketään? Olenhan minä siellä käynyt monta kertaa itsekin. (Mielenterveyden keskusliitto 2016b.)*

Rissanen (2007, 174 - 175) kokemuksen mukaan kuntoutumisen kannalta olennainen asia on huomata olevansa loppujen lopuksi aivan tavallinen ihminen, mikä mahdollistuu kuulemalla toisten toivoa herättäviä tarinoita. Muiden suhtautumistavat omaan sairauteensa voivat muovata omaa suhtautumista. (Rissanen 2007, 174 - 175.) Samaistuminen, empatia ja kiinnittyminen ovat Murtonkin (2013, 56) mukaan kuntoutumisen keskeisiä prosesseja. Läätin (2013) tutkimuksessa sosiaalisten verkostojen ja etenkin mielenterveyskuntoutujien yhteisöjen tärkeys nousee esiin: Ne koettiin tärkeiksi silloinkin, kun niiltä ei enää tarvittu kuntoutuksellista tukea. Yhteisön koettiin antavan sosiaalista tukea, samanhenkisyyttä, iloa ja sisältöä elämään tarpeiden mukaan, sekä vahvistavan yhteenkuuluvuuden tunnetta. (Lääti 2013, 64 - 65.)

Vertaistuen vaille jääminen koetaankin suurena puutteena kuntoutumisessa (Romakkaniemi 2010, 148). Yhteisöltä hyväksyntää saadessaan kuntoutuja kokee yhteenkuuluvuuden tunnetta ryhmän kanssa ja havaitsee, ettei ole ongelmiseen yksin. Terapeuttisessa yhteisössä vertaiset myös antavat toisilleen mallin, joka tukee yhteisön jäsenten kuntoutumista; Virheistä huomauttaminen, positiivisen palautteen antaminen, sekä uusien jäsenten auttaminen pääsemään sisään yhteisöön kuuluvat siihen. Terapeuttisissa yhteisöissä on lisäksi useimmiten turvallisuutta tuovat demokraattisesti laaditut säännöt, joihin sitoutumiseen vaikuttaa tapa, jolla säännöt laaditaan ja niitä valvotaan. Tämä tarkoittaa paljolti vuorovaikutuksen laatua ja viestintäkulttuuria yhteisössä. (Murto 2013, 25 - 27, 52, 56 - 57.)

Vertaisen tukeminen kuntoutumisessaan voi voimaannuttaa haasteissaan pidemmälle selvinnyttä kuntoutujaa (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 242). Läätin tutkimuksessa koskien sosiaalisen hyvinvoinnin merkitystä

mielenterveyskuntoutujan elämässä valtaosa tutkimuksen nuorista haastatelluista oli tuen saamisen lisäksi kokenut antaneensa tukea vertaisilleen ja piti toisen tukemista tärkeänä asiana. Läheiset ihmissuhteet koettiin pääosin vastavuoroisina ja toisen tukeminen tapahtui automaattisesti, jos toinen nähtiin itseä heikompana. Vastavuoroiset ihmissuhteet mahdollistivat kokemuksen omasta hyödyllisyydestä ja arvokkuudesta. Joillekin toisten tukeminen tuntui vaikealta. Myös yksisuuntainen tuki koettiin kuitenkin arvokkaana niin itselle kuin tuen kohteelle. (Lääti 2013, 61 - 62.)

Vertaistukea arvostetaan myös ammattilaisten keskuudessa. Sitä on yhdistetty menestyksekkäästi ammatillisuuteen kolmannen sektorin toiminnassa esimerkiksi Mielenterveyden keskusliitossa, jossa se on toiminnan perusta (Mielenterveyden keskusliitto 2016c). Ammatillaisen ja vertaistukijan yhteistyö tuo Rissasen tutkimuksen mukaan työlle monenlaista syvyyttä: Siinä saa toisesta tukea ja turvaa, sekä työhön laajempaa näkökulmaa. Lisäksi vertaisen työpanos voi antaa ammattilaiselle voimia ja tuoda mielekkyyttä työhön ja kasvattaa vertaisen itseluottamusta. Työntekijän ammatillisuus kasvaa, koska hän voi tarkistaa vertaistukijalta asioita käyttäen vertaisen käytännön asiantuntijuutta. Vertaisen arvokasta käytännön asiantuntemusta voi tasavertaista toimijuutta korostavassa yhteisössä hyödyntää myös toiminnan kehittämisessä edelleen. (Rissanen 2007, 170 - 174.) Vertaistuen ja ammatillisuuden yhdistäminen parantaa usein tuen tehoa ja vaikuttavuutta (ETENE 2016, 9).



#### 4 PSYKOSOSIAALINEN TOIMINTAKYKY JA KUNTOUTUS

Kun puhutaan ihmisen psykososiaalisista tarpeista, tarkoitetaan ytimekkäästi ilmaistuna mahdollisuutta olla ihminen ihmiselle. Ihmisyys vaatii toista ihmistä ja vuorovaikutus on suuri osa elämää ja sen merkityksen luomista. Ajatusten, tarpeiden ja tunteiden tulkitseminen tapahtuu toisesta ihmisestä peilaamalla. Vuorovaikutus auttaa hahmottamaan itseä ja mahdollistaa uudenlaisen kuvan luomisen itsestä. Varsinkin hauras tai psyykkisesti sairastunut asiakas tarvitsee tällaista vuorovaikutusta ongelmatilanteiden yli pääsemisessä. Tukea antavalta taholta saattaa riittää aito läsnäolo ja aktiivinen kuunteleminen, josta kerromme enemmän luvussa 4.3. Empatiakyky ja välittämisen osoittaminen hoitavat. Kuulluksi ja ymmärretyksi tulemisen kokemuksella voi olla pahimmissakin tilanteissa niin fyysistä kuin psyykkistäkin kipua helpottava vaikutus. (Vilen, Leppämäki & Ekström 2008, 58 - 62.)

Psykososiaalinen toimintakyky rakentaa osaltaan mielen hyvinvointia (WHO 2013b, 21). Sillä tarkoitetaan ihmisen kykyä toimia arjessa ja olla sosiaalisessa kanssakäymisessä elämäänsä kuuluvien ihmisten kanssa niin henkilökohtaisessa elämässään kuin esimerkiksi työympäristössäänkin. Hyvään psykososiaaliseen toimintakykyyn sisältyy lisäksi aktiivinen osallisuus yhteiskuntaan ja yhteisöön, sekä kokemus elämänsä hallinnasta. Se on syrjäytymisen vastakohta. Jokaisen kokemus toimintakyvystään on henkilökohtainen ja tuettavan oman kokemuksen tarkka kuuleminen on siksi arvokasta tuen tarvetta arvioitaessa. (Kettunen ym. 2009, 47 - 48, 55 - 56.)

Psykososiaalisella kuntoutuksella edistetään kuntoutujan mahdollisuuksia toimintakykynsä nostamiseen parhaalle mahdolliselle tasolle. Häntä tuetaan suorituskykynsä ja taitojensa edelleen vahvistamisessa, sekä elämänlaatua parantavissa elinympäristönsä muutoksissa, jotta hän lopulta pärjäisi arjessaan riippumattomana tuesta. (Hänninen 2015, 3 WHO:n 1996 hyväksymän määritelmän mukaan.) Avaamme vielä psykososiaaliseen toimintakykyyn liittyviä syrjäytymistä ja osallisuutta,

etsivää työtä osallisuuden lisääjänä sekä vuorovaikuksen laadun merkitystä kuntoutumiselle.

#### 4.1 Syrjäytymisen ja osallisuuden vaikutus hyvinvointiin

Forssin ja Vatula-Pimiän (2014, 137 - 139) mukaan syrjäytyminen on monitasoinen haaste: Aluksi jokin yksittäinen ongelma, kuten työttömyys johtaa pikkuhiljaa yksilön jättäytymiseen pois yhteiskunnassa yleisesti toteutetuista toiminnoista. Ilman ulkopuolista tukea tilanne helposti jatkaa negatiivista kehityssuuntaansa ja johtaa syrjäytymiskierteeseen.

Syrjäytyminen näkyy esimerkiksi yksilön haluttomuutena hakea apua tai huolehtia itsestään, perheestään, opiskelu- tai työasioistaan.

Syrjäytymisen pitkittyessä tilanne pahenee ja avun antaminen vaikeutuu. Ehkäisevässä työssä korostuukin syrjäytymisvaaran ennakointi ja oikea-aikaisen, omanarvontuntoa vahvistavan tuen merkitys. (Forss ja Vatula-Pimiä 2014, 137 - 139.)

Kettunen ym. (2009, 53 - 54) toteavat syrjäytymisen alkuperää olevan vaikea paikantaa, koska syrjäytymiselle on tyypillistä ongelmien päällekkäisyys ja kasaantuminen. Syy syrjäytymiselle saattaa olla aineellisten, psyykkisten tai sosiaalisten voimavarojen ja mahdollisuuksien puute. Siihen liittyy vahvasti tunne elämän hallinnan menettämisestä; jatkuvista epäonnistumisista seuraa uskon menettäminen omaan toimintaan ja lopulta passivoituminen. Syrjäytyessään ihminen menettää sosiaalisen verkostonsa. Passivoituminen, riittämättömyyden tunteen kasvaminen ja itsearvostuksen laskeminen voivat toisaalta olla seurausta myös muiden lisääntyneestä huolehtimisesta. (Kettunen ym. 2009, 53 - 54.)

Itsetunto voidaan Learyn ja Baumeisterin (2000) mukaan nähdä sosiometrinä, jonka perusteella on mahdollista arvioida yksilön tulevaa sosiaalista osallisuutta, koska huono itsetunto on usein seurausta torjutuksi tai hylätyksi tulemisesta ja muiden viestimän oman huonommuuden sisäistämisestä. Hyvä itsetunto taas johtaa helposti hyväksytyksi tulemiseen yhteisössä. Mielenterveysongelmat ja

syrjäytyminen kulkevat valitettavan usein käsi kädessä. (Abrams, Hogg & Marques 2013, 28.) Osallisuutta tukevassa arkilähtöisessä kuntoutustyössä on tämän vuoksi tärkeää omaksua voimavarakeskeinen lähestymistapa ja pyrkimys aktivoida syrjäytymisvaarassa olevaa niin, että hän saisi omien onnistumisiensa kautta uskoa elämänhallintaansa.

Abrams ym. (2013) tuovat teoksessaan esille ulkopuolelle jätetyksi tulemisen vaikutukset ihmiseen. Heidän tutkimuksensa tulos vahvistaa syrjäytymistä ehkäisevän ja osallisuutta tukevan työn merkitystä. Toisin kuin Leary ja Baumeister (2000) ovat esittäneet, Abramsin ym. tutkimukset osoittavat selvästi, että kokemus sosiaalisen yhteisön ulkopuolelle jätetyksi tulemisesta vähentää yksilön motivaatiota sosiaaliseen käytökseen, joka lisäisi hänen osallisuuttaan. Tutkimuksen tulos on yllättävä siksi, että kestävien, positiivisten ja merkittävien ihmissuhteiden luominen ja ylläpitäminen ovat perustarpeitamme. Eristäytyminen ja passivoituminen taas ovat vastoin yksilön omaa etua; Ihminen tarvitsee yhteenkuuluvuutta toimiakseen normaalisti. Hyväksytyksi tulemisen tunteella on suuri merkitys hyvinvoinnille. Se näyttää lisäävän ihmisen motivaatiota toimia yhteisönsä jäsenten toiveet huomioon ottaen. (Abrams ym 2013, 28 – 33 - 35, 41, 63, 90.)

Myös Toivion ja Nordlingin (2013, 302 - 303) mukaan yksinäisyys vaikuttaa merkittävästi hyvinvointiin. Siksi sosiaalinen tuki on psykososiaalisen kuntoutuksen kannalta tärkeää ja syrjäytymistä ehkäisevässä työssä on oleellista vahvistaa kuntoutujan sosiaalista verkostoa. Alkanutta sosiaalista eristäytymistä voi yksilötasolla parantaa luomalla myönteisiä kokemuksia sosiaalisessa kanssakäymisessä ja muuttamalla negatiiviset tunteet positiivisiksi. (Toivio & Nordling 2013, 302 - 202, 360 - 362.)

Sosiaalista eristäytymistä aiheuttaa myös mielenterveysongelmiin liittyvä stigma eli leimaantuminen. Pelko leimaantumista ja siihen liittyvistä negatiivisista tunteista, kuten häpeästä voi saada ihmisen välttämään sosiaalista kontaktia. (Toivio & Nordling 2013, 360 - 362; Romakkaniemi 2010, 149.) Psykkisesti sairastuneiden syrjimyksen syynä voi olla

esimerkiksi syrjivän ihmisryhmän halu helpottaa omaa epämukavaa oloaan, mikä tulee osittain siitä uskosta, että mielenterveydellisesti sairastuneet ovat ennalta arvaamattomia ja vaarallisia (Farina 1998; Farina & Ring 1965, Abramsin ym. 2013, 67 mukaan). Syrjitty ihmisryhmä saattaa myös muistuttaa syrjijäänsä omasta haavoittuvuudestaan elämässä (Solomon, Greenberg & Pyszczynski 1991, Abramsin ym. 2013, 67 mukaan).

Mielenterveyskuntoutujia ei tutkimuksen mukaan vielä pidetä Suomessa yhteiskunnan täysivaltaisina jäseninä, vaikka muutosta parempaan onkin tapahtunut viimeisen kymmenen vuoden kuluessa (Mielenterveyden keskusliitto 2016a). Mielenterveyskuntoutujien yhteisö Lahden Klubitalo on tämän valossa perustellusti käynnistänyt keväällä 2016 Diagnosis Free Zone, eli Diagnoosivapaa alue – nimisen leimautumisen vastaisen kampanjan tavoitteenaan vähentää ennakkoluuloja, syrjintää ja leimautumista (Lahden Klubitalo 2016d). Leimaantuminen on osaltaan uhka ihmisen fyysiselle ja henkiselle hyvinvoinnille sulkiessaan häneltä mahdollisuuksia muun muassa opiskeluun, työllistymiseen ja laadukkaaseen terveydenhuoltoon (Allison 1998; Anderson, Clark & Williams 1999, Abramsin ym. 2013, 71 mukaan).

Mielenterveyskuntoutujan eristäytymisen ja yksin jäämisen voivat aiheuttaa myös erilaiset pelot, jotka saattavat liittyä liikkumiseen esimerkiksi julkisissa kulkuneuvoissa, silloilla tai jalankulkutunneleissa. Pelot voivat olla myös sosiaalisten tilanteiden aiheuttamaa ahdistusta. (Kähäri-Wiik, Niemi & Rantanen 2007, 206.) Lisäksi mielenterveyskuntoutujan riskiä syrjäytyä lisää se, jos hän jää työkyvyttömyyseläkkeelle hyvin nuorena eikä varallisuutta ole ehtinyt karttua (Forss & Vatula-Pimiä 2014, 137 - 138).

Mielenterveysseuran (2016) verkkosivuilla tuodaan esiin se, että toisaalta myös lepo kuuluu esimerkiksi masennuksesta kärsivän elämään, eikä masennusta voi käskää pois kehottamalla masentunutta reipastumaan. Samalla todetaan, ettei sosiaalisista suhteista syrjäytyminen kuitenkaan edesauta toipumista. (Mielenterveysseura 2016.) Yksinkertaisin tapa

osallistaa on Rönkön ja Rytkösen (2010, 51) mukaan yhdessä tekeminen. Sosiaalisista yhteisöistään etäännyntynyt ihminen tarvitsee usein kuitenkin jonkun, joka tulee hänen luokseen tarjoamaan hänelle tukea.

#### 4.2 Etsivä työ osallisuuden lisääjänä

Etsivän aikuistyön kehittäminen on Sosiaali- ja terveysministeriön (2016, 12) suosituksesta Suomessa vasta käynnistynyt. Etsivää aikuissosiaalityötä kehitelläänkin tällä hetkellä Päijät-Hämeessä tämän Lahden Klubitalolle tehtävän opinnäytetyön lisäksi ainakin Vamos-palvelussa, joka tukee 25 – 29 -vuotiaita syrjäytymisvaarassa olevia nuoria aikuisia (Häyrinen 2016). Etsivää nuorisotyötä on toteutettu lakiin pohjaten vuodesta 2011 asti (OKM 2016). Sen tehtäväksi on määritelty etsiä, löytää ja auttaa tuen tarpeessa olevia nuoria. Tarkoituksena on tarjota nuorelle tukea ja mahdollisuus palveluihin, jolla edistää hänen kasvuaan ja itsenäistymistään sekä pääsyä koulutukseen ja työhön. Tuki perustuu vapaaehtoisuuteen, nuoren itsensä antamiin tietoihin ja arvioon tukensa tarpeesta. (Nuorisolaki 693/2010/7b §.) Etsivässä nuorisotyössä on keskeistä vahvistaa nuoren osallisuutta lähiyhteisöissä, kulttuureissa ja yhteiskunnassa. Osallisuutta tuetaan saamalla tuettava osaksi jotakin ryhmää ja rakentamaan hänelle kokemusta yhteisöön kuulumisesta. (Puuronen 2014, 30 - 31).

Kontaktin vapaaehtoisuus ja vaitiolovelvollisuus ovat etsivän nuorisotyön peruseriaatteita. Asiakas itse valitsee, mitä asioita jakaa, ja kuinka luottamukselliseksi kontakti etenee. Uskallusta tukeutua työntekijään ja käyttää häntä apuna edistää tieto siitä, että käydyt keskustelut ovat luottamuksellisia. Etsivä työ perustuu uskoon muutoksen mahdollisuudesta, myönteiseen uteliaisuuteen ja vuorovaikutukselliseen suhteeseen. Avoimen kontaktin kautta asiakkaalle viestittyy aito välittäminen ja kokemus ymmärretyksi tulemisesta. Luottamus luo edellytyksiä etsivässä työssä tehtävälle psykososiaaliselle muutostyölle. Sen tavoitteena on saada aikaan muutoksia sekä sisäiseen psyykkiseen elämään että ulkoiseen elämäntilanteeseen ja sen hallintaan. Etsivässä

työssä luotetaan asiakkaan omaan asiantuntijuuteen elämästään, jota pyritään ymmärtämään asettuen asiakkaan asemaan. Ennen psykososiaalista muutostyötä tulee asiakkaalta löytyä muutoshalua. Muutokseen motivointi vaatii työntekijän uskoa muutoksen mahdollisuuteen sekä kykyä löytää nuoren vahvuuksia, mitkä auttavat muutosprosessissa. (Huhtajärvi 2007, 446, 448.)

Läätin tutkimuksen mielenterveyskuntoutujien eri yhteisöjen nuorten poissaolo oli huomattu 'reachaamalla' eli etsivällä työllä (*engl. outreach*). He olivat yllättyneet yhteisöjen avun laajuuteen, ja kokivat että heidät oli otettu hyvin vastaan ja että yhteisöissä oli turvallista, koska heidän kuntoutumisensa uhkatekijöihin reagoitiin ajoissa. Yhteisön jäseneksi kuulumisen voimisti yhteenkuuluvuuden tunnetta ja muiden läsnäolo auttoi, kun jokin painoi mieltä. (Lääti 2013, 64 - 65.) Etsivää työtä toteutetaan työpareittain. Yhdessä tehden saa toisesta tukea ja turvaa, sekä työhön laajempaa näkökulmaa. Työpari joutuu kantamaan vastuuta kentällä tehtävistä päätöksistä ja voi kohdata kentällä erilaisia tunteita, mitkä ovat tärkeää päästä käsittelemään työnohjauksessa. (Huhtajärvi 2007, 450.)

Romakkaniemen tutkimuksesta tuli ilmi, että kuntoutujilla oli elämässään tilanteita, jolloin olisivat tarvinneet ulkopuolista konkreettista apua, mutta eivät kehdanneet sitä pyytää. Kuntoutujien arki helpottuisi merkittävästi, jos heillä olisi riittävästi tukea; Tuen vastaanottaminen ei kuitenkaan ole yksiselitteistä. (Romakkaniemi 2011, 211.) Läätin tutkimuksen nuoret, eli 21 - 29 -vuotiaat mielenterveyskuntoutujat kokivat avun pyytämisen 'noloksi' ja välttivät sen pyytämistä. Osa heistä koki jääneensä ilman riittävästi tukea myös auttajien vähyyden vuoksi. Myös tuen väärä ajoitus nousi esiin osassa vastauksista. Varttuneemmat, eli 29 - 68 -vuotiaat kokivat tuen vastaanottamisen vaatineen totuttelua, mutta sen tuottaneen lopulta hyvää mieltä ja kiitollisuutta tuen antajaa kohtaan. Lähes kolmasosa koki jääneensä tuen saamisesta huolimatta vaille riittävästi ymmärrystä. Varttuneet eivät halunneet pyytää apua kaikilta ja pyrkivät selviämään mahdollisimman itsenäisesti. Tuen määrään saattoi myös vaikuttaa kyky pyytää apua ja puhua omista asioista. (Lääti 2013, 61 - 65.)

Muita tukikeinoja pidemmälle kurrottavassa etsivässä työssä korostuu kohtaamisen laatu, josta lisää seuraavaksi.

#### 4.3 Vuorovaikutuksen merkitys kuntoutumiselle

Vuorovaikutuksen laatu ja kuntoutujan tarpeisiin vastaaminen ovat merkittäviä tekijöitä kuntoutumisen kannalta. Erityisen tärkeänä pidetään tukijan aktiivista ja kantaaottavaa, mutta itsereflektiolle tilaa antavaa keskustelua. (Romakkaniemi 2010, 144.) Ohjaajat ja avunhakijat saavat eniten aikaan, kun heidän suhteensa on vuorovaikutuksellinen, yhteistyötä korostava, avomielinen ja neuvotteluun perustuva. Kunnioitus ja niin tuettavan kuin tukijankin kannalta mielekäs keskustelu ovat edellytyksiä ongelman ratkaisemiselle. Avun tarjoamisen pitäisi aivan poikkeuksellisia hätätilanteita ja ihmiseen kohdistuvaa välitöntä vaaraa lukuun ottamatta tapahtua pakottamatta ja tungettelematta, välttäen tarpeetonta ihmisten asioihin puuttumista. (Peavy 2006, 37, 53, 55.)

Vuorovaikutuksellisessa tukemisessä merkityksellistä on tukijan ja tuettavan luottamuksellisen suhteen syntyminen, mikä voi viedä useitakin tapaamiskertoja. Keskittyminen tapaamisessa asiakkaan tarpeisiin ja suunnitteleamalla ajankäyttö sen mukaan voidaan ehkäistä vuorovaikutustyössä haitallista kiireen tuntua. Kokemusten jakaminen voi auttaa hyvän suhteen kehittämisessä, mutta tukijan kokemusten ei missään nimessä tulisi viedä tilaa tuen saajan mahdollisesti hyvin erilaisiltakin kokemuksilta. (Järvinen ym. 2012, 166.)

Onnistuneen vuorovaikutuksellisen tukemisen ydin on dialogisuuden periaatteissa. Dialogisuudessa ihmiset sitoutuvat työskentelemään yhteistä päämäärää kohti. Dialogisessa vuorovaikutuksessa on läsnä toisten kunnioitus tasavertaisina ja avoin asenne uudenlaisten tai eriävien mielipiteiden kuulemiselle. Polyfoniolla tarkoitetaan rikasta viestien sisältöjen moninaisuutta dialogisessa keskustelussa. Dialogisuudelle olennaista on taito kuunnella aktiivisesti ja osata odottaa silloin, kun tilanne vaatii lyhyttä sisäistä dialogia; tällöin osallistuja punnitsee omia ajatuksiaan. Dialogisuudessa rohkeus puhua ajatuksensa suoraan kertoo

sitoutumisesta ja luottamuksesta. Arvokkainta on aito puhe. (Väisänen, Niemelä & Suua 2009, 12, 15 – 23.)

Kuhanen ja Kanerva (2013, 157 - 158) korostavat mielenterveyshoitotyössä kuntoutujan ja hoitajan välisen vuorovaikutuksen dialogisuutta ja sen vastavuoroisuutta ja tasa-arvoa. He lisäävät, että ammattilaisella on teoreettista asiantuntijuutta, kun taas kuntoutujalla on kokemuksellista asiantuntijuutta. Ammattilaisen ei tarvitse tietää kaikkea, vaan hän voi aidossa ja avoimessa kohtaamisessa ymmärtää kuntoutujaa. Tällainen kohtaaminen mahdollistaa kuntoutujan kasvun, muutoksen ja kehityksen. Ymmärretyksi ja kuulluksi tuleminen antaa kokemuksen omasta merkityksellisyydestä. (Kuhanen & Kanerva 2013, 157 - 158.)

Romakkaniemen (2010, 144) mukaan tuettavat tunnistavat herkästi tukijan aitouden ja sitoutuneisuuden. Aito kohtaaminen on siis edellytys tukityön onnistumiselle. Se vahvistaa asiakkaan toimijuuden tunnetta, kun taas katkenneisiin hoitoprosesseihin liittyy usein tuntemus toimimattomista henkilökemioista työntekijän kanssa. (Romakkaniemi 2010, 144.)

Auttamisprosessi kaikessa ohjaustyössä perustuu Peavyn (2006) mukaan kunnolliseen kuuntelemiseen; Syvällinen keskittynyt kuuntelu on väkevin yksittäinen väline, joka auttajalla on käytettävissään. Tavallisimmin puhutaan aktiivisesta tai empaattisesta kuuntelemisesta. Kuunteleminen on dialogista, kun osallistujilla on mielenrauha häiritseviltä tekijöiltä, keskustelijoiden välillä vallitsevat harmoniset suhteet ja heillä on valmius uudistavaan oppimiseen, eli näkökulmiensa muutokseen. (Peavy 2006, 65, 81 - 83.)

Rissanen (2009, 57) nostaa tutkimuksessaan esiin oman positiivisen kokemuksensa vuorovaikutuksen merkityksestä kuntoutumiselleen: Omahoitajatyössä aidosti arvostavaa kohtaamista oli hänen mukaansa ollut välittävä, keskusteleva ja kuntoutujaa kuntoutusprosessiinsa osallistava työtapa, joka sai, kuten Romakkaniemikin (2010, 144) totesi, kuntoutujan tuntemaan tullessa kuulluksi ja ymmärretyksi sekä kohdatuksi ihmisenä ja yksilönä. Tämän seurauksena oli syntynyt positiivinen hoitoilmapiiri ja kokemus eheytymisestä, pystyvyydestä,



voimavaraistumisesta ja omanarvontunnon parantumisesta. (Rissanen 2007, 57, 94 - 95.)

Pyrkimällä ymmärtämään puheen merkityksiä pyritään ymmärtämään toisen todellisuutta. (Hietaharju & Nuutila 2016, 125). Kuunnelleamme toista pyrimme antamaan tilaa ja puitteet toisen reflektiiviselle, eli syvälliselle pohdinnalle. Hyvä kuuntelija on empaattinen ja aktiivinen ollessaan enemmän kuuntelijan kuin puhujan roolissa. Kuuntelemalla, ääneen ihmettelemällä ja tarkennuksia pyytämällä hän pyrkii aktiivisesti ymmärtämään viestin ytimen ja reagoi puhujan tunteisiin ja ajatuksiin. Puhujan käsitysten ja näkökulmien taustalla olevien asioiden pohtiminen ja huomion kiinnittäminen myös hänen kehonkielensä välittämiin tunneviesteihin on tärkeää. Hyvä kuuntelija lähestyy kuuntelutilannetta aina kunnioittavasti ja avoimesti mitään lopputulosta ennalta odottamatta. Näin asiaansa kertova voi kokea tulevansa aidosti kohdatuksi ja ymmärretyksi juuri sellaisena kuin hän on. (Hakala 2006 Porkan 2009, 145 - 147 mukaan; Heikkilä & Heikkilä 2001, 68, 105 – 113.)

Kuulluksi tulemisen kokemus on monien osatekijöiden tulos ja käytäntö onkin osoittanut kuuntelijan roolin yllättävän haastavaksi. On tärkeää muistaa, että sanaton viestintä on vuorovaikutuksessa aina sanallista viestintää vahvempi; suhtautumisemme näkyy meistä kehon asentoina, ilmeinä, eleinä, katsekontaktina ja kiireettömyytenä. Kuuntelijan tulee luottaa puhujan kertovan asiansa ollessaan siihen valmis. Keskittyminen kaikin tavoin vain puhujaan, ja siihen mitä hän viestii, on osa kunnioittavaa kohtaamista ja kertoo, että kuuntelemme aidosti. Aktiivinen kuuntelija ilmaisee myös sanallisesti kuuntelevansa: Sanavalinnoilla, äänensävyllä, välisanoilla ja äännähdyksillä hän viestii ymmärtävänsä ja olevansa kiinnostunut kuulemastaan. Vaikka olisi paljon ratkaisuideoita toisen tilanteeseen, tulisi kuitenkin keskittyä aktiiviseen kuuntelemiseen neuvojen antamisen sijaan. Epäselvissä kohdissa hyvä kuuntelija kertoo kuulemansa ja pyytää vahvistamaan ymmärryksensä. Onnistuneesta kuuntelusta kertoo se, että kuuntelija osaa lopuksi tiivistää puhujan puheenvuoron. (Perttula 2016, 36 - 37; ENO-hanke 2012, 62; Peavy 2006, 69, 72 - 73.)

Vuorovaikutus ja siinä dialogisuus sekä aktiivinen kuuntelu ovat Lahden Klubitalon etsivän työn peruseriäitä. Perttula on koontanut kattavan, tiiviin ja selkeän Kuuntelemisen ABC:n, jota päätimme lainata myös Lahden Klubitalon etsivän työn malliin:

### KUUNTELEMISEN ABC

1. Kun kuuntelet, ota katsekontakti kuunneltavaan. Osoita, ettei ole kiirettä.
2. Kun toinen puhuu, näytä, että kuuntelet. Nyökkäile, myöntele, tai ääntele.
3. Kysy välillä tarkentavia kysymyksiä.
4. Vältä ohjeiden antamista.
5. Jos osaat tiivistää toisen puheenvuoron, olet kuunnellut hyvin.

(Perttula 2016, 37.)

Rissanen (2007, 112) kuvaa, että dialogisuuden toteutuminen keskustelussa voi tehdä vuorovaikutustilanteesta terapeutin. Terapeutisuus eroaa psykoterapiasta siinä, että sen tavoitteena ei ole pyrkiä systemaattisesti muuttamaan kuntoutujan maailmankuvaa. Terapeutiseen auttamiseen sisältyy sen sijaan tiedon antaminen, pelkojen ja väärinkäsitysten torjuminen, sekä neuvominen ja kuntoutujan rohkaiseminen tiedostamaan omat tavoitteensa. (Rauhala 1983 Rissanen 2007, 112 mukaan.)

Rissanen toteaa tällaisen terapeutin auttamisen, jossa keskustelun kautta mahdollistuu itseensä tutustuminen ja tunteidensa sanoittaminen edistyneen hänen kuntoutumistaan ja lisää: ”Samalla tilannettani on realisoitu ja minua on rohkaistu elämään.” (Rissanen 2007, 112, 114.) Vuorovaikutuksellisessa tukemistyössä on siis merkityksellistä tarjota mahdollisuus aivan tavalliseen ihmiseltä ihmiselle vuorovaikutukseen, jossa korostuu objektiivisen näkemyksen, kuuntelemisen ja tuettavaa aktivoivan kannustamisen voima.

## 5 LAHDEN KLUBITALO

Toimeksiantajamme Lahden Klubitalo on osa kansainvälistä Klubitalojen verkostoa, joka toteuttaa yhteisölähtöistä psykososiaalista kuntoutusta. (Päijät-Hämeen Klubitalot ry 2015, 3.) Kyseessä on mielenterveyskuntoutujille suunnattu kolmannen sektorin jäsenyhteisö, joka tarjoaa kuntoutumista tukevaa työpainotteista toimintaa ja yhteisöllistä vertaistukea kuntoutujan yksilöllisten tarpeiden ja kiinnostusten mukaan. Käytämmekin tässä työssä Klubitalon toiminnassa mukana olevasta kuntoutujasta termiä jäsen. Klubitalon toimintaan mukaan pääsevät kaikki henkilöt, joilla on tai on ollut mielenterveysongelmia. Osallistuminen on maksutonta ja vapaaehtoista, eikä siinä ole aikarajoitetta. (Lahden Klubitalo 2016a.) Klubitalon jäsenet ovat tervetulleita takaisin klubitaloyhteisöön poissaolon kestosta riippumatta, kunhan he eivät ole uhka yhteisölle (Hänninen 2016, 51).

Lahden Klubitalon toimintaa rahoittavat RAY ja Lahden kaupunki sekä ostopalvelusopimuksin useat Lahden ympäristökunnat (Neuvokas 2016). Se juhlii 15-vuotispäiviään opinnäytetyömme toteuttamisvuonna. Lahden Klubitalon perusti Omaiset mielenterveystyön tukena Päijät-Hämeen yhdistys ry vuonna 2001 (Lahden Klubitalo 2016b). Henkilökuntaan kuuluu johtajan lisäksi viisi työvalmentajaa. Lahden Klubitalolla on noin 240 jäsentä, joista aktiivisesti eli vähintään kerran kuukaudessa Klubitalolla käy noin 50 jäsentä (Kokkonen, Niemioja & Vaahtiala, työvalmentajien haastattelu, 15.4.2016). Käytämme vähintään kerran kuukaudessa Klubitalolla käyvää jäsenestä termiä aktiivijäsen ja koko yhteisöstä eli jäsenistä ja työvalmentajista termiä klubitalolaiset.

Lahden Klubitalo toteuttaa Klubitalojen yhteistä tasavertaisuuteen ja yhteisöllisyyteen perustuvaa klubitalomallia omanlaisillaan sisällöillä. Klubitalotoiminnan työpainotteinen päiväohjelma, vertaistuki ja eri toiminnan mahdollisuudet tukevat ja lisäävät jäsenten osallisuutta yhteiskuntaan ja arkielämään (Hänninen 2016, 85 - 86). Työpainotteista toimintaa tehdään kolmessa työyksikössä, joissa tehdään päivittäin erilaisia toimisto- ja keittiötöitä ja saadaan tukea opintoihin ja työhön

siirtymiseen liittyvissä asioissa. Lisäksi säännölliseen toimintaan kuuluvat viikoittaiset @pajat: kulttuuri- ja media@paja sekä kuukausittaiset lauantai-kahvilat. Tarjolla on myös muun muassa vapaa-ajan toimintaa, kuten teemailtoja ja – tapahtumia, mölkyn pelaamista, retkiä ja matkoja. (Päijät-Hämeen Klubitalot ry 2015, 3, 8 - 10, 14 - 15.)

## 5.1 Klubitalojen historiaa ja klubitalomalli

Klubitalojen verkosto sai alkunsa Yhdysvalloissa, New Yorkissa vuonna 1944, kun joukko mielisairaalasta kotiutuneita kuntoutujia alkoi säännöllisesti tapaamaan toisiaan kutsuen ryhmäänsä nimellä WANA, We are not alone. Jo tuolloin toiminnan ydintavoite oli nimensä mukaan ehkäistä mielenterveysongelmiin usein liittyviä eristäytymistä ja yksinäisyyttä. Klubitalon johtajaksi vuonna 1955 valittu John Beard kehitti niin sanotun klubitalomallin, joka on edelleen käytössä Klubitaloissa ympäri maailmaa: Mallin mukaan kuntoutuja on jäsen, eikä potilas tai asiakas ja Klubitalon toiminta vaatii ensisijaisesti jäseniä, ei palkattua henkilöstöä pyöriäkseen. Klubitalon toiminta perustuu jo mainittuun palkatun henkilökunnan ja jäsenten tasavertaiseen suunnittelutyöhön, päätöksentekoon ja toimintaan. Henkilökunta mahdollistaa jäsenten oman aktiivisuuden valmentamalla, tukemalla ja ohjaamalla heitä. (Suomen Klubitalot ry 2016a; Päijät-Hämeen Klubitalot ry 2015, 3.) Klubitalon arjessa on itsestään selvää, että jäsenet ovat mukana Klubitalon operatiivisessa toiminnassa, ja osallistuvat kokouksiin ja työryhmiin halunsa mukaan (Hänninen 2016, 257).

Eri puolilla maailmaa toimivien Klubitalojen toiminnan yhtenäisyyden ja laadun takaavat 36 kansainvälistä standardia, jotka tarkastetaan ja tarpeen mukaan uudistetaan joka toinen vuosi Kansainvälisessä Klubitaloseminaarissa (Suomen Klubitalot ry 2016a). Klubitalojen toimintaa määrittävien standardien tarkoitus on tukea toiminnan tavoitetta, eli mielenterveyskuntoutujien kykyä tulla toimeen ilman sairaalahoitoa ja saada sosiaalista, koulutuksellista, ammatillista ja taloudellista hyötyä Klubitalotoiminnasta (Suomen Klubitalot ry 2016b).

Fountain House – mallia noudattavia Klubitaloja on tänä päivänä maailmanlaajuisesti yli 400. Euroopan ensimmäinen Klubitalo perustettiin Tukholmaan vuonna 1980 ja Suomen ensimmäinen Klubitalo saatiin Tampereelle vuonna 1995. Suomen tällä hetkellä 25 Klubitaloa kuuluvat vuonna 1998 perustettuun Suomen Klubitalot ry:hyn. (Clubhouse Europe 2015).

## 5.2 Yhteydenpito Lahden Klubitalolla

Opinnäytetyömme on olennaisesti sidoksissa Lahden Klubitalon yhteydenpitojärjestelmään. Klubitalojen standardin numero seitsemän mukaan ” Klubitalolla on tehokas järjestelmä yhteyden pitämiseksi niihin jäseniin, jotka eivät käy Klubitalolla, alkavat eristäytyä yhteiskunnasta tai ovat sairaalahoidossa” (Lahden Klubitalo 2016c).

Lahden Klubitalolla on koordinoitu ja systemaattinen yhteydenpitojärjestelmä, jota toteuttavat työvalmentajat ja aktiivijäsenet. Yhteydenpidon tavoitteena on pitää jäsenet aktiivisesti yhteisössä mukana heidän kuntoutumisensa tukemiseksi. Yhteydenpitoa toteutetaan työyksiköittäin ja jokainen aktiivijäsen kuuluu jonkin työyksikön yhteydenpitolistaan. Yhteydenpito tapahtuu pääasiassa tekstiviestillä, mutta myös soittamalla, sähköpostin välityksellä, perinteisen postin, tai sosiaalisen median, kuten WhatsApp- tai Facebook-sovelluksen kautta. Jäsenten pyynnöstä heille lähetetään myös muistutusviestejä tapahtumiin osallistumisesta. (Kokkonen, Niemioja & Vaahtiala, työvalmentajien haastattelu, 15.4.2016.)

Lisäksi yhteyttä pidetään jäseniin, jotka eivät käy Klubitalolla aktiivisesti, mutta ovat esittäneet toiveen yhteydenpidosta. Tähän yhteydenpitoon kuuluvat merkkipäiväkortit, toimintakalenterin lähettäminen postitse kaksi kertaa vuodessa sekä joukkosähköpostitiedotteet Klubitalon toimintaan liittyen. Yhteydenpitoa seurataan viikoittaisessa yhteydenpitopalaverissa. Kutsumme työssämme jäseniä, jotka ovat olleet yli kuukauden poissa Klubitalolta kadonneiksi jäseniksi. (Kokkonen ym., työvalmentajien haastattelu, 15.4.2016.)

## 6 OPINNÄYTETYÖN TARVE, TAVOITE JA TARKOITUS

Suokkaan ja Lievosen (2014) opinnäytetyö tuo esiin Lahden Klubitalon jäsenten toiminnasta poisjäämisen moninaiset syyt. Osa jäsenistä jää selvityksen mukaan pois toiminnasta sen vuoksi, että psyykkisessä sairaudessa tapahtuu käänne huonompaan. (Suokas & Lievonen 2014, 23.) Etsivän työn tarve Lahden Klubitalolla tuli alun perin puheeksi Lahden Klubitalon johtajan kanssa. Myös haastattelemiemme työvalmentajien mukaan kadonneet jäsenet, joihin on otettu yhteyttä kertovat joskus avoimesti, että tahtoisivat käydä Klubitalolla, mutta eivät pääse liikkeelle psyykkisen sairauden vuoksi ilman tukea. Lisäksi toisinaan työvalmentajalla on tunne, että toiminnasta etäänntyneen jäsenen tilanne on edellä kuvattu, vaikka hän ei olisi sitä vastausviestissään suoraan kertonut. (Kokkonen ym., työvalmentajien haastattelu, 15.4.2016.)

Murto (2013, 71) toteaa, että kuntoutujalla ja häntä lähellä olevalla henkilökunnalla on se tieto, jonka tulisi ohjata yhteisön toimintaa ja kehittämistä. Lahden Klubitalon työvalmentajilla sekä aktiivijäsenillä on ajantasaista tietoa jäsenten muuttuvista elämäntilanteista ja siitä, että nämä tarvitsisivat tehostetumpaa osallisuutta tukevaa yhteydenpitoa. Olemassa oleva Klubitalon yhteydenpitojärjestelmä luo osaltaan mahdollisuuden myös tehostetumman tuen oikea-aikaisuuteen. Mallia tällaisen toiminnan toteuttamiseen ei kuitenkaan ole ollut.

Kun tapasimme Lahden Klubitalolla 1.3.2016, totesi kokouksessa paikalla ollut henkilöstö heillä olleen silläkin hetkellä tarvetta toiminnalle, joka tavoittaisi tehokkaasti ne toiminnasta etäänntyneet jäsenet, jotka tahtoisivat oman aloitteellisuutensa alhaisuudesta huolimatta takaisin klubitaloyhteisön toimintaan. Meille annettiin samassa tapaamisessa kolmen jäsenen nimet, joiden arveltiin hyötyvän etsivän työn toteuttamisesta. Koska tarve etsivälle työlle oli ilmeinen, päätimme käynnistää opinnäytetyöprosessin aiheesta. Tavatessamme uudestaan 21.3.2016 nimilista oli kasvanut 11 nimeen.

Opinnäytetyömme tavoitteena on luoda Lahden Klubitalolle etsivän työn toimintamalli. Siitä muodostui opas, jossa kuvaamme, mitä etsivä työ Lahden Klubitalolla sisältää ja miten etsivän työn yhteydenpitotoimintaa on hyvä toteuttaa niihin jäseniin, jotka ovat etäänntyneet Klubitalon toiminnasta, mutta tahtoisivat kuitenkin palata toimintaan. Mallin (LIITE 1) sisältö perustuu tutkimaamme teoriaan sekä oppimiskahvilan ja pilotoinnin tutkimustuloksiin.

Opinnäytetyömme tarkoitus on oppaan mahdollistaman etsivän työn avulla ehkäistä tai poistaa näiden Klubitalon toiminnasta etäänntyneiden jäsenten syrjäytymistä ja lisätä heidän osallisuuttaan sekä yhteenkuuluvuuden tunnettaan niin klubitaloyhteisössä kuin yhteiskunnassakin. Klubitaloyhteisön tarjoama psykososiaalisen kuntoutumisen tuki voi ajan myötä kasvattaa kuntoutujan sosiaalista osallisuutta myös hänen elämänsä muissa tärkeissä yhteisöissä ja koko yhteiskunnassa.

Tulevina sosionomeina tavoitteemme on toiminnallisen opinnäytetyön kautta syventää ammatillista osaamistamme ja lisätä työelämävalmiuksiamme toteuttamalla haastava kehittämisprojekti työelämän hyödyksi tieteellisen raportoinnin kriteerit täyttäen. Malli luovutetaan kesällä 2016 Lahden Klubitalon käyttöön tulosteena sekä sähköisenä muodossa.

## 7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Toisen opinnäytetyömme tekijän suorittaessa työharjoitteluaan Lahden Klubitalolla syksyllä 2015 Klubitalon johtaja nosti esiin, että etsivä työ olisi tarpeen ja voisi olla osa myös Klubitalon tulevaisuutta. Toiminnan käynnistäminen vaatisi kuitenkin perusteellista suunnittelua. Otimme Lahden Klubitalon johtajaan yhteyttä helmikuussa 2016 opinnäytetyön tekemisestä, kun totesimme kummankin meistä olevan kiinnostunut kyseisestä kehittämisprojektista. Tapaamisessamme Klubitalolla 1.3.2016 kerroimme paikallaolleille jäsenille ja henkilökunnalle suunnitelmastamme luoda opas-tyyppinen konkreettinen etsivän työn malli Lahden Klubitalolle pilotoimalla etsivän työn tapaamisia ja hyödyntämällä aiheeseen liittyvää teorian tietoa. Sovimme kehittämistyön käynnistämisestä heti, kun saisimme koululta vihreää valoa.

Riikosen (2008, 160) mukaan hyvinvointia tai kuntoutumista ei voida tehdä asiakkaan puolesta, vaan tulee kannustaa heitä aktiiviseen toimijuuteen. Jotta tämä onnistuu, tulee ottaa huomioon asiakkaan toiveet, tarpeet ja mahdollisuudet toimintaa koskien. Asiakas on oman elämänsä asiantuntija, jonka näkemystä toiminnasta on tärkeä kuulla. (Riikonen 2008, 160.) Tätä periaatetta tahdoimme toteuttaa tutkimuksessamme etsivän työn mallia varten; Pyrimme kuulemaan sekä aktiivijäseniä että kadonneita jäseniä dialogin avulla siitä, millä tavoin mielenterveyskuntoutuja voisi hyötyä etsivästä työstä ja miten sitä voisi Lahden Klubitalolla toteuttaa.

Ensimmäisessä tapaamisessa saimme jo nimilistan kadonneista jäsenistä, joiden arveltiin hyötyvän etsivästä työstä. Tapaamisen jälkeen ilmoittauduimme viralliseen opinnäytetyöprosessiin ja jäimme odottamaan ohjaavan opettajan nimeämistä suunnitellen ja ideoiden toteutusta voidaksemme käynnistää projektin tehokkaasti. Tapasimme ohjaavan opettajamme vihdoinkin 5.4.2016 ja saimme projektin käynnistämislle hyväksynnän.



Kävimme heti tämän jälkeen uudestaan Klubitalolla ja tarkensimme suunnitelmaamme paikalla olleille jäsenille ja työvalmentajille: Saadaksemme etsivän työn toimintamallista mahdollisimman hyvän ja toimivan, oli olennaista saada kadonneiden jäsenten tapaamisten lisäksi mahdollisimman monen aktiivijäsenen ja työvalmentajan näkemyksiä tutkimukseemme. Aktiivijäsenten ja työvalmentajien haastatteluun päätimme käyttää laadullisille tutkimuksille tyypillistä ryhmähaastattelua, jossa klubitalolaisten näkökulmat ja 'ääni' pääsevät esille (Hirsjärvi 2009, 164). Valitsimme haastattelumenetelmäksi opinnoistamme tutun ja tiedonkeruumenetelmänä miellyttävän ja tehokkaan Learning café - eli oppimiskahvila- pienryhmätyöskentelyn, josta lisää luvussa 7.2.

Oppimiskahvila-ajatuksemme hyväksyttiin tapaamisessa. Saimme myös uuden täydennetyn nimilistan kadonneista jäsenistä, joihin voisimme ottaa yhteyttä. Sovimme myös suunnitelmaseminaarin pitämisestä Klubitalolla 27.4.2016 ja aloimme koota toiminnallisen opinnäytetyömme teoriapohjaa. Esittelimme suunnitelmamme Klubitalolla, ja saimme sille hyvän vastaanoton. Suunnitelmaseminaarin jälkeen pääsimmekin heti käynnistämään työn toiminnallisen osuuden.



**Lahden Klubitalo, Fountain House Lahti** added 3 new photos.

27 April · 🌐

LAMK:n sosionomiopiskelijoiden Veeran ja Inkerin opinnäytetyön suunnitelmaseminaari Lahden Klubitalolla. Opinnäytetyö pyrkii luomaan Klubitalolle etsivän työn mallin, joka tehostaisi ja monipuolistaisi Klubitalon yhteydenpitoa poissaoleviin ja/tai "kadonneisiin" jäseniin. Opinnäytetyön toteutus on toiminnallinen, eli etsivän työn mallia pilotoidaan Klubitalolla käytännössä.

Veeran ja Inkerin opinnäytetyön suunnitelma sai opiskelijaopponoijalta, opettajalta ja Klubitalon porukalta hyvän vastaanoton.

KUVA 1. Lahden Klubitalon Facebook-päivitys 27.4.2016.

## 7.1 Aineiston hankinta

Käytimme tiedonkeruussa laadullisia tutkimusmenetelmiä, koska tavoitteenamme oli saada tietoa ja ymmärrystä siitä, kuinka etsivää työtä voidaan klubitalolaisten mukaan heidän yhteisössään toteuttaa. Aineistonkeruussamme käytimme sekä teemahaastattelun että dialogin piirteitä; keskustelimme tiedonantajien itse määrittelemistä aiheista sulauttaen keskusteluun tarpeen mukaan omia teemojamme saadaksemme vastauksia tutkimuksen tavoitteen ja tarkoituksen mukaisesti. Määrittelimme ennalta tapaamisen keston, joka kuitenkin riitti keskustelujen päättymiseen luonnollisesti. Tutkimusaineiston kerättyämme jäsentelimme sen ja purimme teemoittelemalla tehden tuloksista aineistolähtöisen sisällönanalyysin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75, 78 - 80, 91 - 93, 109.)

Käytimme tutkimuksessamme useita tiedonantajia: työvalmentajia, aktiivijäseniä sekä kadonneita jäseniä. Aloitimme tiedonkeruun haastatteleamalla jo suunnitteluvaiheessa Lahden Klubitalon työvalmentajia hahmottaaksemme hyvin Klubitalolla toteutetun yhteydenpidon jäsenistöön. Työmme toiminnallisessa osuudessa selvitimme työntekijöiden ja aktiivijäsenten näkemyksiä ja ideoita etsivästä työstä Learning café, eli oppimiskahvila-menetelmällä, jonka jälkeen toteutimme etsivän työn pilotointia kadonneiden jäsenten kanssa.

Oppimiskahvila on pienryhmätyöskentelyn muoto, jonka avulla jaetaan ja luodaan uutta tietoa keskustelun kautta. Pienryhmissä keskustellaan eri teemoista ja kannustetaan kaikkia tuomaan näkemyksensä esiin. Käytössä ryhmällä on paperiarkki, tusseja ja annettu kysymys, mistä keskustellaan pöydän ääressä. Kuhunkin pöytään valitaan kirjuri, joka pysyy koko ajan samassa pöydässä. Kirjuri kirjaa ylös käydyt ideat ja ajatukset, ja noin 20 - 30 minuutin kuluttua keskustelijat vaihtavat pöytää. Kirjuri kertoo aiemmin käydystä keskustelusta, jotta ideoita ja ajatuksia voidaan kehittää aiempaa pidemmälle. Pöydän vaihtoja tehdään sen verran, kun on tarpeellista aikataulun, ryhmien koon ja käsiteltävien

teemojen määrän mukaan. Lopuksi kirjurit esittelevät lopputulokset kaikille yhteisesti. (Innokylä 2016.)

Sovelsimme oppimiskahvila-menetelmää rajaamalla keskusteluteemat kahteen, jolloin pystyimme olemaan läsnä kaikissa keskusteluissa. Pöytien sijaan keskustelimme kahdessa työpisteessä tuolit fläppitaulun ja toisessa pisteessä seinälle kiinnitetyn paperin ympärillä. Tämä tuntui toimivalta idealta, koska seitsemän jäsenen ryhmissä kaikki ryhmän jäsenet näkivät koko ajan, mitä kirjattiin ylös. Se tuki keskustelun jatkuvuutta ja mahdollisti väärinkäsitysten korjaamisen välittömästi. Annoimme myös ryhmien jäsenille mahdollisuuden olla keskustelujen kirjureina, koska tasavertaisuus on klubitalomallin ydinasioita. Kirjurin työhön eivät muut kuitenkaan halunneet, joten hoidimme sen itse.

Oppimiskahvilassa toteutimme myös osallistavaa havainnointia, jossa arvostetaan kokemuksen kautta syntynyttä tietoa ja uskotaan kaikkien näkökulmien tärkeyteen. Yhdessä keskustelemalla saadaan nämä näkökulmat esille ja opitaan osallistujien tietämyksestä. Mahdollistamalla oppiminen pyritään toimintaan ja toiminnan ylläpitämiseen. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 82 - 83.) Osallistamalla jäsenet ja työvalmentajat etsivän työn suunnitteluun oppimiskahvilassa toivoimme kaikkia hyödyttävän tiedonkeruun lisäksi heidän saavan etsivästä työstä paremman käsityksen ja lisää innostusta alkaa, jos mahdollista toteuttamaan tai ainakin markkinoimaan sitä positiiviseen sävyyn Lahden Klubitalolla.

Oppimiskahvilatyöskentelyn jälkeen toteuttamassamme etsivän työn pilotoinnissa tavoitteemme oli tavata kahdesta neljään jäsentä. Saamastamme kadonneiden jäsenten listasta tapasimme lopulta kaksi jäsentä yksilöllisesti heidän toivomassaan paikassa. Käytämme tässä työssä heistä jatkossa koodinimiä H1 ja H2. Valmistauduimme etsivän työn tapaamisiin tekemällä keskusteluille rungon. Emme kuitenkaan halunneet suunnitella liikaa, vaan aikomuksemme oli hyödyntää teemahaastattelun elementtejä tapaamisissa päättämällä vain teemat, joiden lisäksi antaisimme keskustelun edetä luonnollisesti kadonneen jäsenen toivomiin aiheisiin dialogisuutta keskustelussa toteuttaen. Tuomen

ja Sarajärven (2013, 78 - 79) mukaan haastattelumenetelmänä dialogi mahdollistaa haastateltavan kohtaamisen. Dialogia tai sen lopputulosta ei voi etukäteen suunnitella, vaan se on aina avoin. Tutkija on aktiivinen keskustelija dialogissa, jota ohjaa kuuntelu ja puhe, ei ainoastaan kysymykset ja vastaukset. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 75, 78 - 80.)

Kadonneiden jäsenten tapaamisissa toteutimme myös avoimen haastattelun piirteitä. Tapaamisissa annoimme kadonneen jäsenen puhua vapaasti ja avoimesti, ohjaillen keskustelua erilaisten kommenttien ja kysymysten avulla keskeyttämättä kuitenkaan tärkeää keskustelua. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 76.) Annoimme keskusteluissa aikaa kuulumisille hakien mahdollisimman rauhallista ja rentoa tunnelmaa. Käytimme omaa intuitiotamme ohjatesamme keskustelua voimavaraistaviin näkökulmiin, Klubitalon toimintaan ja etsivän työn mallin sisältöön, josta keräsimme kaiken aikaa jäsenen näkemyksiä. Koimme, että avoimuus ja aiheiden rajoittamattomuus tekivät keskusteluista luonteivia ja ilmapiiristä miellyttävän.

Pilotointitapaamisten jälkeen kuuntelimme keskustelut nauhurilta ja kirjoitimme puhtaaksi, eli litteroimme etsivän työn kehittämiseen liittyvän materiaalin Word-tiedostoihin (Hirsjärvi ym. 2009, 222). Dialogiin perustuvien tutkimustulosten lukutavalle on tyypillistä, että asioiden ja käsitteiden ymmärrys lähtee tutkijan omasta elämämaailmasta ja on juuri hänelle ominainen. Tästä huolimatta tulosten löytämistapaa tulee kuvata mahdollisimman yksityiskohtaisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 80.) Nauhoitettujen keskusteluiden litteroinnin lisäksi kirjasimme tiedostoon havaintojamme ja tuntemuksiamme liittyen litteroituihin tilanteisiin. Näin teimme myös fläppitaulumateriaalien kohdalla heti oppimiskahvilan jälkeen, jotta asiat olisivat tuoreessa muistissamme. Tulosten analysoinnissa etsimme haastattelujen ja oppimiskahvilan tulosten välisiä samankaltaisuuksia kokoamalla niitä teemoittelemalla yhteen.

Etsivän työn mallin valmistuttua pidimme sille esittelytilaisuuden Lahden Klubitalolla. Olimme sopineet Lahden Klubitalon väen kanssa, että esittelytilaisuudessa klubitalolaisilla olisi vielä mahdollisuus kommentoida

mallin sisältöä ja saada parannusehdotukset mukaan lopulliseen malliin. Siten esittelytilaisuus oli vielä osa tiedonkeruutamme. Esittelytilaisuuden jälkeen teimmekin malliin joitakin korjauksia palautteen mukaan. Etsivän työn toimintamallia koskevia korjauksia tilaisuudessa ei kuitenkaan tullut.

## 7.2 Oppimiskahvila

Oppimiskahvila pidettiin viikoittaisen klubikokouksen tilalla Lahden Klubitalolla. Paikalle saapui 11 jäsentä ja 5 työvalmentajaa sekä Klubitalon johtaja. Olimme suunnitteluseminaarissa mainostaneet, ettei oppimiskahvilaan tarvitse valmistautua, vaan kyse on ajatusten vaihdosta. Saimme siitä seminaarissa kiitosta, joten arvelimme sen madaltaneen kynnystä osallistua ja vaikuttaneen positiivisesti osallistujien määrään.

Tilaisuuden aluksi kerroimme lyhyesti etsivästä työstä. Sen jälkeen pyysimme osallistujia keskustelemaan kymmenen minuutin ajan haluamissaan ryhmissä siitä, millaista on hyvä kohtaaminen.

Tarkoituksena oli virittäytyä päivän aiheeseen, eli siihen, miten etsivää työtä olisi hyvä toteuttaa Lahden Klubitalolla. Virittäytymisen jälkeen ohjeistimme osallistujia jakautumaan kahteen ryhmään eri työpisteille. Me oppimiskahvilan vetäjät olimme kumpikin eri työpisteillä vetämässä keskustelua ja kirjaamassa ranskalaisin viivoin fläppitauluille ajatuksia seuraavista aiheista: 1) Mitä toivoisit etsivältä työltä kadonneen jäsenen asemassa? 2) Mitä haasteita tai etuja työn toteuttamisessa voisi olla? Puolessa välissä osallistujat vaihtoivat työpistettä, eli ryhmät keskustelivat molemmista aiheista.

Suunnitelmana oli keskustella noin kymmenen minuutin ajan ja vaihtaa sitten työpisteitä. Keskustelua kuitenkin riitti, joten katsoimme parhaaksi sallia aikataulun ylittymisen. Aika ylittyi kummallakin kerralla noin viidellä minuutilla. Tavoitteenamme oli seurata aikataulua tarkasti, jotta osallistujilla riittäisi energiaa ja kärsivällisyyttä vielä katsoa tuotoksia yhteisesti ja mahdollisesti jakaa lisää ajatuksia. Ajattelimme yhteisen ajatusten jakamisen myös lisäävän klubitaloyhteisön sitoutumista ja innostumista etsivän työn toteuttamiseen. Pohdimme etukäteen, että

tilaisuuden venyessä yli tunnin mittaiseksi kaikki osallistujat eivät ehkä jaksaisi enää osallistua yhteiseen lopetukseen. Toisaalta tahdoimme olla joustavia ja toimia tilanteen mukaan. Ratkaisumme olla katkaisematta pienryhmäkeskustelua sen käydessä kiivaana osoittautui hyväksi, sillä noin 15 minuutin kohdalla keskustelu hiljeni luonnollisesti kummallakin kerralla.

Mahdollisesti hautumaan jääneet ajatukset oli mahdollista tuoda esiin viimeistään yhteisessä lopetuksessamme. Tällöin kokoontuimme samaan tilaan ja kiinnitimme fläppitaulupaperit seinälle niin, että kaikki näkivät ne. Toinen meistä seisoi edessä käyden läpi tuotosten sisältöä. Annoimme tilaa kommentoida vapaasti ja esittää lisää ajatuksia. Sen jälkeen huomioimme hiljaisemmat osallistujat antamalla jokaiselle vuoron kommentoida. Suunnitelmamme mukaan toinen meistä kirjoitti vielä kolmannelle fläppitaulupaperille yhteisessä keskustelussa esiin nousseita ajatuksia. Kuten olimme toivoneet, osallistujilta nousi tässä yhteydessä vielä ideoita. Niiden kuulemisen ja kirjaamisen jälkeen kerroimme, että teemme vielä viimeisen kierroksen, jossa jokaisella on vuorollaan mahdollisuus sanoa mitä tahansa liittyen oppimiskahvilaan, mutta ei ollut pakko sanoa mitään. Tämän kierroksen aikana keskustelu heräsi vielä uudestaan eloon ja saimme kirjattua ylös lisää erittäin tärkeitä näkökulmia etsivästä työstä.



KUVA 2. Pienryhmätyöskentelyssä syntyneitä ajatuksia esiteltiin tilaisuuden jälkeen vielä myöhässä saapuneelle jäsenelle.

Fläppipaperin sisältö, kysymys 1 (LIITE 2): Mitä toivoisit etsivältä työltä kadonneen jäsenen asemassa?

- varovaisuus ja hienovaraisuus yhteyttä ottaessa, ei painosteta [...] tsemppaavasti
- vuorovaikutus, vuoropuhelu, ei luovuteta heti, mutta arvostetaan vetäytymistä
- kunnioitetaan päätöstä
- haastaa, kyselee voinnista neutraalisti
- kuuntelee aktiivisesti, nappaa keskustelusta puhuttavia asioita
- ei sivuuta tai vähättele toista (kuulumisia)
- vilpittömyys, aito kiinnostus ja välittäminen
- useampi yhteydenottokanava
- ehdottaa syitä tulla takaisin (kiinnostavat pajat)
- ilmaistaan, että on tervetullut, jäsenyys ikuinen
- jäsenlähtöinen yhteydenpito madaltaisi kynnystä
- toteutuksessa jotain porkkanaa, mukana houkutteita toiminnasta
- lehti postiin kadonneille jäsenille
- toiminta muualla kuin Klubilla (kahvi, puisto)

Fläppipaperin sisältö, kysymys 2 (LIITE 2): Mitä haasteita tai etuja työn toteuttamisessa voisi olla?

Etuja/hyötyjä

- auttaminen
- molemminpuolinen vuorovaikutus → tunne, että aito välittäminen
- Klubin aktiviteetit
  - "Tuutko mun kanssa?"
  - "porkkana"
- keskustelua → simppeleitä toimintaa ihmiseltä ihmiselle
- ammatillinen oppiminen → ymmärryksen kasvaminen
- kadonneelle hieno palvelu/mahdollisuus → laskee kynnystä, tarjoaa mahdollisuuksia

## Haasteita

- jäsenten löytyminen
- ihmisen/tilanteen lukeminen
- yhteydenottojen määrä → vaarana liika painostus → yhdessä sopiminen jatkosta!
- molemminpuolinen sitoutuminen
- motivointi
- ”Etsivä työ” [hyvä nimi toiminnalle]?? → Ystävätyö...Lyhty?
- jäsenen kunnioittaminen → vapaaehtoisuus
- pitkä prosessi
- tarve työnohjaukselle → purkaminen
- ”kartalla pysyminen”

Kolmannen fläppipaperin (LIITE 2) sisältö:

Aluksi:

- ennakkokirje: [jossa kerrotaan] milloin otetaan yhteyttä
- annetaan myös mahd. olla meihin yhteydessä ensin
- 2 yht. ottoa viikon välein
- jäsenlomakkeeseen etsivän työn mahdollisuus yht.pito-osioon

Haaste:

- markkinointi/viestintä
- [etsivän työn toteutus] iltapäivisin? ”to. 13 - 15”
- rinki → jäsenten määrä (mahd. max 2?) → sitoutuminen → miten toimii
- ei vuodata kokemuksiaan, eikä udella liikaa kadonneelta
- [oppimiskahvila-]Harjoitus konkretisoi etsivän työn
- perehdytys tärkeä! → pelisäännöt etsiville
- Klubikeskeisyys → ei terapiaa → missä raja terapoinnille?
- ”Takaisin kohti Klubitaloa – malli” [toiminnan nimeksi]?



Olimme tyytyväisiä tilaisuuteen. Osallistujat toivat lopussa myös esiin, että aihe on heidän mielestään tärkeä. Jälkiviisaina ymmärsimme, mikä merkitys nauhurin käytöllä olisi ollut oppimiskahvilan keskustelujen purkamisessa. Kuullaksemme ja ymmärtääksemme kaikki esille tulleet ajatukset, suunnittelimme tilaisuuden kuitenkin niin, että olimme itse mukana kaikissa oppimiskahvilassa käydyissä keskusteluissa, joista meille jäisi vielä fläppitaulupapereilla niihin kirjattu teksti. Fläppitaulujen sisällön purkaminen heti tilaisuuden jälkeen kokonaisiksi lauseiksi tuki tiedon täsmällisyyttä tässä työssä. Nauhureiden avulla olisimme kuitenkin saaneet litteroitua keskustelut yksityiskohtaisesti ja tarkasti.

### 7.3 Yhteydenotot ennen etsivän työn pilotointia

Suunnitelmaseminaarin yhteydessä esittelimme yhteydenottokirjeen (LIITE 3), josta pyysimme palautetta. Hyviä puolia kirjeessä oli klubitalolaisten mukaan se, että siinä tuli esiin luottamuksellisuus, se, ettei tapaamiseen tarvitse valmistautua, sekä tarpeellisten asioiden esiin tuleminen. Saamamme palautteen perusteella teimme myös pientä sanamuodon muokkausta kirjeeseen ennen, kuin lähetimme sen neljälle kadonneelle jäsenelle.

Kirjeessä (LIITE 3) pyrimme huomioimaan erityisesti helppolukuisuuden, selkeän ja yksiselitteisen, sekä kunnioittavan ilmaisun. Yritimme sanavalinnoillamme madaltaa kynnystä olla meihin yhteydessä. Annoimme vaihtoehtoja eri päiville ja paikoille tavata meitä. Vastaamisen aikarajaksi asetimme viikon. Myös aikarajasta keskustelimme Klubitalon jäsenten ja työvalmentajien kanssa, jotta kirje olisi mahdollisimman motivoiva vastaamiseen. Liian pitkä aikaraja olisi voinut saada kirjeen vastaanottajan unohtamaan sen, kun taas liian lyhyt aikaraja loisi liikaa paineita, eikä välttämättä antaisi aikaa reagoida ajoissa.

Saimme kirjeellä (LIITE 3) yhden tapaamiseen johtaneen yhteydenoton. Ensimmäisessä tapaamisessa meille tuli tunne, että etsivän työn tarkoitus ei ollut yhteydenottokirjeessä riittävän selkeästi ilmaistu, joten lisäsimme kirjeeseen tietoa etsivän työn toiminnallisuudesta. Samalla lisäsimme

kirjeeseen pehmeyttä tuovia ilmaisuja. Postitimme tapaamisen jälkeen kaksi uutta yhteydenottokirjettä, joista toisen perinteisellä postilla ja toisen sähköpostitse, sillä yhdeltä työvalmentajalta saamiemme tietojen mukaan tämä olisi kadonneelle jäsenelle puhuttelevampi tapa. Lähetimme viikon kuluttua vielä kaksi yhteydenottokirjettä, joista ei syntynyt tapaamisia.

Kirjeissä määrittelemämme vastaamisajan päätyttyä soitimme kadonneille jäsenille, joista emme olleet kuulleet. Puheluissa varmistimme hienovaraisesti, olivatko he saaneet kirjeemme, ja annoimme vielä tilaisuuden lähteä mukaan. Pyrimme olemaan neutraaleja painostamatta heitä millään tavalla. Kaksi jäsenistä kertoi, etteivät sillä hetkellä voi tai halua osallistua. Kiitimme ja toivotimme heidät kuitenkin tervetulleiksi Klubitalolle, kun vain tunsivat tarvetta. Yksi ei vastannut puhelimeen, joten laitoimme perään viestin, johon sisälsimme samanlaiset terveiset; mainitsimme hänen olleen tervetullut Klubitalolle, vaikka ei etsivään työhön haluaisi osallistua.

Yksi tavoittelemistamme jäsenistä soitti meille selvästi aiheesta innostuneena sen myös kertoen. Valitettavasti sopimamme tapaaminen peruuntui kahden yrityksen jälkeen jäsenen elämässä juuri silloin tapahtuvien muutosten vuoksi. Saimme vastauksen yhtä lukuun ottamatta jokaiselta tavoittelemaltamme jäseneltä, mutta tapaamisen saimme järjestymään yhteensä kahden jäsenen kanssa. Useampi tapaaminen olisi lisännyt tutkimuksen vakuuttavuutta, mutta yhdessä oppimiskahvilan sekä teorian tiedon kanssa koimme kolmen pilotoinnin olleen riittävä tiedonhankintaa varten.

Olimme tyytyväisiä siihen, että saimme kokemusta kahdesta erilaisesta tapaamisympäristöstä; toisen kadonneen jäsenen tapasimme Klubitalolla ja toisen hänen kotonaan. Äänitimme nämä tapaamiset nauhurilla kadonneiden jäsenten luvalla tehden lisäksi pienimuotoisesti muistiinpanoja. Oppimiskahvilan tutkimus toi meille korkean osallistujamäärän vuoksi kerralla valtavasti tietoa sisältäen sekä kuntoutujien että työvalmentajien näkemyksiä ja tietoa hyvästä ja toimivasta etsivästä työstä Lahden Klubitalolla. Aineistomme on lopulta

näkökulmiltaan monipuolinen, minkä ansiosta etsivän työn malli on mahdollisimman toimiva.

#### 7.4 Pilotointi-tapaamiset

Tapasimme ensimmäisen haastateltavamme (H1) Lahden Klubitalolla viikon kuluttua yhteydenotostamme. Aloitimme keskustelun kyselemällä kuulumisia. Pyysimme luvan nauhoittaa keskustelu siinä vaiheessa, kun puhuisimme hänen näkemyksistään etsivän työn toteuttamisesta. Painotimme, että keskustelut ovat luottamuksellisia, ja ettemme jakaisi opinnäytetyössämme mitään haastateltavan yksityiselämään kuuluvaa.

Totesimme tämän tapaamisen jälkeen, että myös kuulumisia kysellessä voi tulla mallia ajatellen arvokasta tietoa, joten nauhuri kannattaa käynnistää heti alussa. Kokemuksemme oli, että nauhurin läsnäolo vaikutti vähäisesti haastattelun tuloksiin. Reflektoimme, että haastateltava ei jännittänyt nauhuria, mutta saattoi jättää jotain asioita kertomatta sen vuoksi. Ymmärrämme, että luottamuksen syntyminen vie yleensä aikaa ja olimme vasta tavanneet. Annoimme keskustelun edetä vapaasti, mutta ohjasimme sitä intuitiomme mukaan sopivissa kohdissa Klubitalon toimintaan tavoitteenamme saada selville, kuinka voisimme tukea häntä konkreettisesti tavoitteessaan.

Koimme, että keskustelu eteni luontevasti alusta loppuun. H1 kertoi meille avoimesti asioita, joiden laadusta päätellen hän luotti meihin. Kun teimme tapaamisen loppupuolella konkreettisia ehdotuksia pienistä keinoista, jotka voisivat tukea jäsentä klubitaloyhteisöön palaamisessa, hän selvästi innostui. Teimme johtopäätöksen, että konkreettiset keinot ja toiminnallisuus keskustelun lisäksi motivoivat haastateltavaa erityisesti. Annoimme tapaamisen aikana jäsenelle tietoa Klubitalon toiminnasta hänen ilmi käyneiden kiinnostustensa mukaan. Kävimme myös Klubitalon toimistoyksikössä yhdessä selvittämässä ne asiat, joista olimme epävarmoja. Jäsen pyysi keskustelun loppuksi uutta tapaamista, mistä päätelimme, että hän todella koki tapaamisen hyödylliseksi. Hän ilmaisi tyytyväisyytensä myös sanallisesti. Tapaaminen kesti noin tunnin.

Tapasimme H1:n viikon päästä uudestaan Klubitalolla. Aloitimme taas keskustelulla kuulumisista ja käynnistimme heti nauhurin H1:n luvalla. Lähdimme kysymään kuulumisia ja keskustelu lähti soljumaan helposti eteenpäin. Toimimme samalla tavalla, kuin ensimmäisessäkin tapaamisessa ohjaten keskustelua sopivilta tuntuissa kohdissa etsivän työn toteutukseen ja Klubitalon toimintaan. Koimme jälleen, että haastateltava luotti meihin kertoessaan kuulumisiaan avoimesti. Haastateltava koki, että sovitut tapaamisemme olivat auttaneet häntä tulemaan Klubitalolle. Tämän palautteen perusteella kävimme yhdessä sopimassa hänelle tapaamisen yhden työvalmentajista kanssa tulevalle viikolle. Hän ei enää ehdottanut meille uutta etsivän työn tapaamista ja kuulosti vakuuttavalta ja vakuuttuneelta siitä, että pääsee jatkossa Klubitalolle ilman sovittua tapaamista. Tapaamisemme kesti jälleen noin tunnin.

Toista haastateltavaamme (H2) tapasimme hänen kotonaan. Keskustelimme etukäteen siitä, kuinka koti on ihmisen yksityisalueena hyvin henkilökohtainen paikka ja vaatii kohtaamiseltamme kadonneen jäsenen kanssa erityistä kunnioitusta. Pyrimmekin ilmaisemaan kiitollisuutemme siitä, että olimme saaneet tulla hänen kotiinsa. Pyrimme myös luomaan kiireettömän, tasavertaisen ja arvostavan ilmapiirin. Osoitimme kunnioitusta hänen yksityisalueellaan olemista kohtaan pienillä asioilla, kuten kiittämällä kutsusta, odottamalla hänen lupaansa käydä peremmälle ja istuutua alas hänen valitsemaansa paikkaan. Näin hän sai myös valita itselleen luontaisimman paikan. Olimme sopineet tapaamisen keston etukäteen ja selvittäneet tapaamisen tavoitteen ja tarkoituksen yhteydenottokirjeessä sekä puhelimitse, tehdäksemme tilanteesta H2:lle mahdollisimman turvallisen tuntuisen. (Järvinen ym. 2012, 165 - 166.)

Koimme heti, että olimme tervetulleita H2:n kotiin. Varsinaisen keskustelumme alussa toimme esiin keskustelujen luottamuksellisuuden. Lähdimme ensin kyselemään kuulumisia ja saimme kuulla, että jäsen oli edellisenä päivänä käynyt Klubitalolla pitkästä aikaa. Tapaamisemme jälkeen pohdimme, olisiko jo etsivän työn pilotointiin sitoutuminen saanut hänet liikkeelle. Myös H2 kertoi kokevansa toteuttamamme pilotoinnin

mielekkääksi ja toivoi tehostettua yhteydenpitoa. Keskustelun aikana tuli ilmi, että H2 jännitti hieman sitä, pysyvätkö hänen kertomansa asiat varmasti meidän välisämme. Hän kiinnostui tapaamisemme aikana etsivän työn toiminnallisista mahdollisuuksista, sekä mahdollisuudesta säännölliseen yhteydenpitoon Klubitalon suunnalta. Tapaaminen kesti noin tunnin.

## 8 TULOSTEN TARKASTELU JA MALLIN MUODOSTUS

Tässä luvussa käymme läpi ja analysoimme oppimiskahvilan ja etsivän työn pilotoinnin tuloksia, eli tietoja, joiden pohjalta teorian lisäksi laadimme etsivän työn mallin Lahden Klubitalolle (LIITE 1). Saimme huomata, että kadonneiden jäsenten näkemykset vahvistivat oppimiskahvilasta saamiemme käsityksiä siitä, mitä Lahden Klubitalon etsivän työn pitäisi sisältää ollakseen sujuvaa ja jäsenten kuntoutumista tukevaa. Tämä puolestaan vahvisti eri tietolähteistä saamiemme tulosten painoarvoa ja tuki pilotoinnin onnistumista.

Etsivän työn pilotoinnissa saamiemme tietojen hyödyntäminen tässä opinnäytetyöraportissa ja itse etsivän työn mallissa oli osin haastavaa, koska meitä sitoo yksityisyyden suojan kunnioittaminen ja vaitiolovelvollisuus. Haasteen loi tarkemmin ottaen se, että saimme malliin hyödyllistä tietoa myös kadonneiden jäsenten henkilökohtaisista tarinoista, joita emme suorina lainauksina voi julkaista. Hyödynnämme tällaisia tietoja ilman suoria lainauksia ja muita liian henkilökohtaisia yksityiskohtia.

Luvuissa 8.5 ja 8.6 tuomme esiin perehdytyksen ja työnohjauksen teoriaa. Teorian tarkoitus on perustella aiheiden merkitystä etsivälle työlle ja tukea Lahden Klubitalon väkeä varsinaisessa perehdytyksen ja työnohjauksen suunnittelussa ja toteuttamisessa. Luvun lopussa teemme yhteenvedon tutkimustuloksista. Kutsumme etsivää työtä toteuttavia jäseniä ja työvalmentajia termillä etsivä.

### 8.1 Miksi etsivää työtä tehdään Lahden Klubitalolla?

H1 kertoi meille henkilökohtaisen tarinansa kautta saavansa voimia Klubitalolla käymisestä. Hän kertoi myös voineensa paremmin, kun aiemmin kävi Klubitalolla aktiivisesti. Etsivää työtä tehdään Lahden Klubitalolla siksi, että joissain tapauksissa jäsenet eivät ilman tukea pääse kotoa kuntoutumistaan edistävän klubitaloyhteisön pariin, vaikka heidän mielensä sinne tekisi.

Lahden Klubitalon etsivä työ mahdollistaa henkilökohtaisemman ja lähemmäs ihmistä tulevan tuen, jonka tärkeimpiä tehtäviä on kannustaa ja näin tukea kadonnutta jäsentä ottamaan tarvittavat askeleet päästäkseen takaisin klubitaloyhteisöön. Etsivän työn pilotoinnin tulokset tukevat sitä näkemystä, joka jo oppimiskahvilassa tuotiin esiin; Lahden Klubitalon etsivä työ on kadonneen jäsenen kannustavaan aktivointiin tähtäävää toimintaa.

*H1: [Etsivässä työssä tärkeintä on] kannustaa, kun ei ite oikein pääse lähteen. Oisin halunnu osallistuu retkille ja muualle, mut en oo oikein uskaltanu lähtee.*

Eristäytymisen ja yksinäisyyden ehkäisy on ollut klubitalotoiminnan ydintavoite sen alusta asti (Suomen Klubitalot ry 2016a; Päijät-Hämeen Klubitalot ry 2015, 3). Kysyessämme syytä sille, miksi kadonneet jäsenet olivat päättäneet rohkeasti osallistua opinnäytetyöhömme sekä H1:n että H2:n tapaamisissa yksinäisyys nousi esiin useaan kertaan ja tarve sosiaaliselle kanssakäymiselle nousi merkittäväksi perusteeksi Lahden Klubitalon etsivälle työlle.

*H2: Halusin ihan senkin puolesta osallistua, kun ei täällä liikaa jengiä käy, semmonen sosiaalinen kontakti, iha näin ensiks ajateltuna.*

*H1: Ihmisen elämässä tapahtuu kaikkee ja on yksinäisyyttä. [--] Jotenki pääsis ulos siit tilanteesta tänne [Lahden Klubitalolle] takaisin...jos vaikka kolme kertaa viikossa.*

H1 ilmaisi hyvin Forssin ja Vatula-Pimiänkin (2014, 137 - 139) toteaman asian; yksinäisyys saattaa aiheuttaa jatkuessaan kierteen, jonka katkaisemisessa saattaa tarvita toisen ihmisen tukea. Samaisesta H1:n vastauksesta selvisi myös, että hänellä oli mielessään selvä suunnitelma ja tavoite osallisuutensa kasvattamisesta Lahden Klubitalolla. Hän tiesi, kuinka usein tahtoi Klubitalolla käydä voidakseen paremmin. Sovittu tapaaminen kanssamme toimi tarvittavana kannustimena alkuun pääsemisessä. Tätä johtopäätöstämme tukee myös se, että ensimmäisen tapaamisen lopussa, nauhoittamisen jo lopetettuamme ja käytyämme yhdessä H1:n kotiyksikössä sopimassa tapaamista työvalmentajan kanssa

tulevalle viikolle H1 kysyi, voimmeko tavata uudestaan seuraavalla viikolla. Toisen tapaamisemme lopussa hän vaikutti jo selkeästi itsevarmemmalta:

*H1: Kyl mä alan maanantaina ja tiistaina sillee ihan säännöllisesti käymään täällä, ettei se jää.*

Tämän jälkeen H1 sanoi, että ei enää tarvitse uutta tapaamista kanssamme. Vastauksesta näkyy, että hän koki saaneensa riittävän tuen alkuun pääsemiseksi. Hän oli tuolla hetkellä luottavaisen ja motivoituneen oloinen.

Koimme, että haastattelemamme kadonneet jäsenet kokivat sosiaalisen kontaktin lisäämisen etsivän työn tuella positiiviseksi asiaksi kuntoutumiselleen. Kuten todettua, H1 toivoi, että tapaisimme toisenkin kerran; H2 taas pyysi aikataulumme vuoksi yhteydenpitoa puhelimitse. Lisäksi saimme positiivisen ja ytimekkään vastauksen kysyessämme ensimmäisen tapaamisen lopussa H1:ltä, miltä tapaamisemme tuntui:

*H1: Kyl tää antosalta ja merkittävältä tuntu.*

Etsivän työn toteuttamiselle löytyy hyviä syitä eri näkökulmastakin; Etsivän työn toteuttamisesta on hyötyä niin auttajalle kuin avun saajallekin. Oppimiskahvilassa nostettiin heti alussa esiin se, että auttaminen tekee hyvää myös auttajalle (LIITE 2). Sen ei kuulukaan olla täysin pyyteetöntä omasta itsestään toiselle antamista, vaan aktiivijäsenelle vapaaehtoisena työntekijänä, kuten työvalmentajallekin on tärkeää kokea myös saavansa siitä jotain itselleen. Auttajan hyötyminen auttamisesta on yhtä tärkeätä, kuin se, että kadonnut jäsen saa toiminnasta hyötyä. Tämä korostuu entisestään, kun Lahden Klubitalolla auttajista osa on itsekin kuntoutujia.

Lahden Klubitalon työvalmentajalle etsivä työ on muun muassa mahdollisuus kasvattaa omaa ammatillisuuttaan ja ymmärrystään mielenterveysongelmista (LIITE 2). Tämän tärkeän näkemyksen esitti eräs Lahden Klubitalon työvalmentajista oppimiskahvilassa. Samalla, kun etsivä työ voi Mykkäsen-Hännisen (2007, 23) mukaan lisätä etsivien yhteisöllisyyden kokemusta ryhmätapaamisten ja parityöskentelyn kautta,



etsivän työn tuleminen osaksi Lahden Klubitalon psykososiaalista kuntoutusta voi lisätä koko klubitaloyhteisön yhteisöllisyyttä.

## 8.2 Yhteydenottojen peruseriaatteet

Tehostettu yhteydenpito, eli etsivä työ Lahden Klubitalolla tarkoittaa kadonneisiin jäseniin tehtyjä yhteydenottoja ja yhteydenpitoa eri yhteydenottokanavien kautta. Tässä alaluvussa kerromme näiden yhteydenottojen toteuttamisen peruseriaatteista. Tehostettuun yhteydenpitoon kuuluu lisäksi kadonneiden jäsenten tapaamisia, joiden peruseriaatteet kerromme seuraavassa alaluvussa.

Jäsenlomakkeen yhteydenpito-osioon lisätään etsivä työ, jotta uudet jäsenet voivat ilmaista jo Klubitalon jäseneksi liittymisvaiheessa halukkuutensa heihin kohdistuvalle etsivän työn yhteydenotolle mahdollisen huolen herättyä Klubitalolla (LIITE 2). Jäsenlomaketta täytettäessä jäsenehdokkaalle on hyvä kertoa mahdollisimman konkreettisesti mistä on kyse, jotta hän tietää mitä odottaa. Mikäli jäsen katoaa, eikä hän ole jäsenhakemusta täyttäessään toivonut etsivän työn tehostettua yhteydenpitoa, hänen halunsa tehostetulle yhteydenpidolle tulisi yhteisöllisen huolenpidon nimissä ja osallisuuden tukemiseksi hienovaraisesti vielä tarkistaa.

Etsivää työtä lähdetään toteuttamaan kerran viikossa sovittuna päivänä ja kellonaikana. Tarkka viikoittainen ajankohta jää Lahden Klubitalon jäsenten ja henkilöstön päätettäväksi. He varaavat toiminnalle tietyn aikavälin. Oppimiskahvilassa esitettiin alustavaksi ajankohdaksi torstaisin klo 13:00 - 15:00, jolloin toteutuisivat sekä yhteydenotot että tapaamiset (LIITE 2).

Ajatus kerran viikossa toteutettavasta etsivästä työstä sai tukea myös etsivän työn pilotoinnissa:

*H2: Monta kertaa viikossa se [etsivätyöpari Klubitalolta] voi tulla?"*

*Me: Se tais olla kerran viikossa, et se onnistuu. Miltä se tuntuu se kerran viikossa? Tai jos joku soittais sulle että*

*sovitaan treffit klubitalolle...*

*H2: Kyllähän se on ihan tervetullutta ajatusta. Se vois niiku tavallaan olla niiku semmonen yksi väylä linkittää sitä yksinäisyyttä pois vähän.*

Yhteydenpidon toistuvuuden tarve tosin vaihtelee yksilöllisesti:

*Me: Kuin usein haluisit saada [Klubitalolta] viestejä?*

*H1: Voisko se olla niinku kahen viikon välein...*

Oppimiskahvilan osallistujat ideoivat yhteydenotoille kaavan, jota noudatetaan, kun jäsen on jäänyt Klubitalon toiminnasta pois tuntemattomasta syystä yli kuukauden ajaksi: Kadonneeseen jäseneseen ollaan yhteydessä ennakkokirjeellä tai -viestillä hänelle sopivimmaksi katsotulla tai tiedetyllä tavalla joko kirjeitse, sähköpostitse, tai tekstiviestin avulla. Kadonneelle jäsenelle kerrotaan näin ennakkoon etsivän työn ideasta ja annetaan mahdollisuus olla siihen liittyen itse yhteydessä tai kerrotaan, milloin häneen ollaan tulevalla viikolla aiheesta uudelleen yhteydessä, mikäli hän ei itse palaa asiaan. Viikon kuluttua ensimmäisestä yhteydenotosta otetaan yhteyttä kadonneeseen jäseneseen puhelimitse, kuten ennakkokirjeessä tai – viestissä hänelle oli kerrottu. Mikäli kahden päivän kuluessa tästä ei saada kadonneeseen jäseneseen yhteyttä, lähetetään hänelle viesti, jossa kerrotaan hänen voivan olla yhteydessä, kun itse niin haluaa ja olevan aina tervetullut Klubitalolle. (LIITE 2.)

Mikäli yhteys saadaan ja kadonnut jäsen ei toivo yhtäkään tapaamista, mutta kylläkin säännöllistä tehostettua yhteydenpitoa, voidaan pelkästään toivottujen yhteydenottojen tiheys ja yhteydenottotapa kirjata Etsivän työn yhteydenpito - listaan (LIITE 5), jonka avulla viikoittaista yhteydenpitoa voidaan toteuttaa. Mikäli kadonnut jäsen toivoo tapaamista, kirjataan tuleva tapaaminen etsivien omaan kalenteriin ja ensimmäisessä tapaamisessa sovittu tapaamisten säännöllisyys ja tiheys tapaamisen jälkeen yhteydenpitolistaan. Listan avulla yhteydenpito on systemaattista, mikä lisää etsivän työn vaikuttavuutta tuomalla säännöllistä, luotettavaa ja voimaannuttavaa sosiaalista kontaktia kadonneen jäsenen elämään. Kirjaaminen helpottaa myös työmäärän seurantaa pidemmällä aikavälillä ja tukee toiminnan kehittämistä. Yhteydenpitolistan käyttö tukisi myös

etsivän työn sujuvuutta, järjestelmällisyyttä ja tehokkuutta. Kuvio 1 havainnollistaa edellä kuvattua ensimmäisten yhteydenottojen kaavaa.



KUVIO 1. Ensimmäisten yhteydenottojen peruskaava

### 8.3 Tapaamisten peruseriaatteet

Seuraavaksi kerromme, mistä peruselementeistä etsivän työn tapaamiset tutkimustulostemme perusteella muodostuvat.

#### 8.3.1 Yhdessä tekeminen

Kuten jo aiemmin tuli esiin, etsivää työtä toteutetaan nuorisotyössä työpareittain (Huhtajärvi 2007, 450). Ammatilaisen ja vertaistukijan muodostama työpari usein parantaa tuen tehoa ja vaikuttavuutta monista syistä (ETENE 2016, 9). Niinpä ehdotimme Lahden Klubitalon etsivään työhön työntekijä-aktiivijäsen – työparia. Ehdotus sai opinnäytetyömme suunnitelmaseminaarin päätteeksi yhdeltä työvalmentajista erikseen positiivista palautetta. Työpareista saatiin positiivista palautetta myös oppimiskahvilaan osallistuneilta jäseniltä ja työvalmentajilta, joten se päättyi lopulliseen malliin.

Jäsen-työvalmentaja -työparin tapaaminen ei herättänyt tapaamissamme kadonneissa jäsenissäkään negatiivisia tunteita. H2:n tämä ajatus sai paremminkin kiinnostumaan lisää etsivästä työstä käytännössä. Myös H1 koki ajatuksen toimivaksi ja koki mukavaksi puhua useammankin tukijan paikalla ollessa. Vertaistukijan läsnäolon merkitys ei noussut heidän vastauksissaan kuitenkaan erityisesti esiin.

*Me: Onko ajatuksena mukava se jäsen ja työntekijä - työpari?*

*H2: On se joo. mitä se vois käytännössä tarkoittaa?"*

*Me: [Kuvaus etsivästä työstä]*

*H1: Vaikka tässä ois useampi ihminen, ni ei mua haittaa puhuu...Ihan hyvähän seki [jäsen-työntekijä -työpari] ois.*

Hieman ennen sovittua tapaamista etsivä-työparin olisi kokemuksemme mukaan, jos mahdollista hyvä muistuttaa kadonnutta jäsentä tapaamisesta tekstiviestillä. H1 esitti ennen ensimmäistä tapaamistamme toiveen, että laittaisimme hänelle tällaisen muistutusviestin. Päädyimmekin, hänen positiivisen palautteensa vuoksi, laittamaan viestin myös ennen seuraavia pilotointitapaamisia.

### 8.3.2 Vapaaehtoisuus

Osallisuus on myös sitä, että ihmisellä on mahdollisuus osallistua tai kieltäytyä yhteistyöstä (Rönkkö & Rytönen 2010, 52). Jo luvussa 4.2 tuli esiin, että etsivä työ pohjaa vapaaehtoisuudelle. Jokaisen tilanne, tuen tarve ja halu ovat erilaisia ja jokainen mielenterveyskuntoutuja miettii ja tekee päätöksen siitä, mitkä asiat juuri hänen kohdallaan edistävät toipumista (Mielenterveysseura 2016). Vapaaehtoisuus koettiin tärkeäksi teemaksi myös oppimiskahvilassa: Lahden Klubitalon etsivässä työssä halutaan kunnioittaa kadonneen jäsenen vapaaehtoisuutta etsivään työhön osallistumisessa ja hyväksyä etsivän työn lopettaminen kesken (LIITE 2). Oppimiskahvilassa esitetyn vapaaehtoisuuden kunnioittaminen vahvistaa Klubitalojen yleistä vapaaehtoisuuden periaatetta. Standardin numero kolme mukaan ”Jäsenet valitsevat, kuinka he hyödyntävät Klubitaloa ja keiden henkilökuntaan kuuluvien kanssa he työskentelevät. Jäseniä ei veloiteta osallistumiseen sopimusten, aikataulujen tai sääntöjen avulla” (Lahden Klubitalo 2016c).

Etsivään työhön mukaan lähteneen kadonneen jäsenen on tärkeää tietää ja kokea vuorovaikutustilanteessa, että hän voi milloin tahansa lopettaa etsivän työn tapaamiset, sekä muun yhteydenpidon. Lahden Klubitalon etsivät kunnioittavat kadonneiden jäsenten oikeutta valita esimerkiksi yhteydenpidon hienovaraisuudella. Hienovaraisuus tekee keskustelusta kunnioittavan ja vahvistaa kadonneen jäsenen vapaaehtoisuuden kokemusta. Kadonnutta jäsentä ei haluta painostaa vuorovaikutustyyllillä eikä myöskään yhteydenottojen tiheydellä osallistumaan etsivään työhön. Etsivän työn tarjoamiselle onkin oma hienovaraisuutta tukeva oppimiskahvilassa luotu kaavansa, jonka esitimme luvussa 8.2. (LIITE 2.)

Osallistuminen on vapaaehtoista niin kadonneelle kuin aktiivijäsenellekin, eikä aktiivijäseniä veloiteta mukaan etsivään työhön etsivän roolissa. Heillä on oikeus vielä etsivän työn perehdytyksessä päättää lähtemisestään mukaan etsivätiimiin. Mikäli aktiivijäsen ryhtyy etsiväksi, on hänellä myös etsivänä toimiessaan oikeus keskeyttää toiminta, jos muuttuvat elämäntilanteet eivät mahdollista omaa ja kadonneen jäsenen

kuntoutumista tukevaa etsivää työtä. Toisaalta oppimiskahvilassa nostettiin esiin molemminpuolisen sitoutumisen tärkeys etsivässä työssä (LIITE 2). Vaikka vahvaan sitoutumiseen pyritään, etsivällä työllä halutaan ennen kaikkea tukea kaikkien jäsenten kuntoutumista ja siksi korostaa vapaaehtoisuutta.

### 8.3.3 Vaitiolovelvollisuus

Myös vaitiolovelvollisuus on etsivän työn perusedellytys, kuten jo luvussa 4.2 toimme esiin. Luottamuksellisuuden rikkominen voi viedä tutkimuksemme mukaan pohjan toiminnan jatkamiselta:

*Me: Mikä tekee huonon tapaamisesta?*

*H1: Se et ei voi luottaa. Jos luottamus menee, tuntuu ihan tyhmältä se juttu. Se on huono juttu.*

*H2: Se on hyvin hankala asia jos ei pysty puhumaan niistä kipeistä asioista, mitkä askarruttavat mieltä kokoajan. Ei saa sit koskaan sitä hoitoo.*

Lahden Klubitalon etsivään työhön osallistuvia työvalmentajia koskee Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten tiukka henkilökohtaisten tietojen salassapitovelvollisuus. Sama luottamuksen vaatimus koskee myös vapaaehtoistyötä, mitä Lahden Klubitalon etsivä työ on jäsen-etsivien osalta. (ETENE 2014, 7.) Lahden Klubitalon etsivät ovat vaitiolovelvollisia siitä, mitä ovat etsivässä työssä saaneet tietää kadonneen jäsenen terveydentilasta, hoidosta tai muista vastaavista henkilökohtaisista asioista. Vaitiolovelvollisuus jatkuu senkin jälkeen, jos etsivää työtä toteuttanut klubitalolainen jää pois toiminnasta. (Laki yksityisestä terveydenhuollosta 1990/152, 12§.)

Luottamuksellisuus on yksi merkittävimpiä asioita vuorovaikutukseen perustuvassa tukemisessa (Huhtajärvi 2007, 446). Luottamuksen syntyminen voi Lahden Klubitalon etsivässä työssäkin kestää useita tapaamiskertoja. Vaikka suosittellemekin luottamuksellisuuden kertomista kadonneelle jäsenelle selvästi joka tapaamisessa, luottamus täytyy ansaita. Sen saavuttaminen mahdollistaa tuen onnistumisen. Kerroimme vielä pilotointitapaamisten alussa kadonneille jäsenille jo

kirjeessä esiin tuodun keskusteluiden luottamuksellisuuden ja koimme sen hyväksi tavaksi käynnistää yhteistyö.

#### 8.3.4 Toiminnallisuus ja Klubi-lähtöisyys

Etsivien ja kadonneiden jäsenten yhteistyön tarkoitus on aina sama: tuoda kadonnut jäsen sopivin askelin takaisin klubitaloyhteisön pariin. Yhteistyön tavoitteet syntyvät dialogisessa keskustelussa, jossa aktiivisesti kadonnutta jäsentä kuuntelemalla selviävät hänen toiveensa ja toisaalta toiminnan suomat mahdollisuudet (Huhtajärvi 2007, 446, 448).

Oppimiskahvilassa esitettiin, että etsivää työtä voi olla esimerkiksi kahvilla tai puistossa käynti kadonneen jäsenen kanssa (LIITE 2). Tällainen arkilähtöinen toiminnallisuus yksilöllisen tarpeen mukaan sai kannatusta myös tapaamiltamme kadonneita jäseniltä:

*Me: Jos olis semmonen kausi meneillään ettei pääse sängystä ylös tai ovesta ulos, olisko kiva saada joku kysymään kuulumisia tai käymään...tekemään jotain arkijuttuja täällä yhdessä tai käydä virastoissa?*

*H2: Ois se kyl kiva. Ihan esimerkiksi jos lähetään tällasesta ajatuksesta, että arkinen homma, niin kuin kaupassa käynti. Ihan näiden arkirutiineihin ja talouden hallintaan.*

*Me: Mitä susta olis kiva tehdä etsivän työn tapaamisissa?*

*H1: Voisko siin joku kirjastos tai jotai...et pysyis aktiivisena ettei lamaantuis sillee... Tänne [Lahden Klubitalolle] mä tulisin kyl mielelläni.*

Huomasimme etenkin H1:n voimaantuneen yhdessä tekemisestä; menimme tapaamistemme jälkeen yhdessä juttelemaan Klubitalon työvalmentajalle hänen asiaansa ajaen. Koimme, että H1 sai siitä rohkeutta ja oli silminnähden iloinen tapaamisten päätteeksi.

Etsivän työn tapaamisissa ja yhteydenpidossa keskustelua ohjataan yksilöllisen tilanteen mukaan Klubilla tapahtuviin asioihin ja yritetään tuoda kadonnutta jäsentä askel askeleelta suoraan tai välietappien kautta lähemmäs Klubitalon aktiviteetteja ja yhteisöä. Kutsumme tätä Klubi-lähtöisyydeksi. Käytännössä sitä voi oppimiskahvilassa nostetun ajatuksen mukaisesti tehdä houkuttelemalla kadonnutta jäsentä kiinnostavalla

toiminnalla, esimerkiksi ehdottamalla mukaan tulemista ja etenkin yhdessä tekemistä. (LIITE 2.)

Veimme mukanaamme H2:n tapaamiseen Lahden Klubitalon KlubiLahti-lehden, minkä avulla oli luontevaa keskustella monista asioista, kuten juuri häntä kiinnostavista tehtävistä Klubitalolla. Keinoja houkutella kadonnutta jäsentä Klubitalolle tietenkin on ja voi kehittää monia, mutta esimerkiksi KlubiLahti-lehden postittaminen osana tehostettua yhteydenpitoa tai lehden vieminen tapaamiseen ja toiminnasta keskusteleminen on yksi tapa. (LIITE 2.) Tehostettua yhteydenpitoa voisi olla KlubiLahti-lehden lähettäminen kadonneelle jäsenelle esimerkiksi ennakkokirjeen mukana tiedoksi ja muistutukseksi Klubin toiminnasta. Myös säännöllisessä tehostetussa yhteydenpidossa esimerkiksi tekstiviestein on hyvä kysyä aika ajoin uudestaan halusta etsivän työn tapaamiselle Klubitalolla tai sen ulkopuolella.

Toiminnallisuus korostui etsivän työn pilotoinnissa. Etsivän työn ensimmäisessä tapaamisessa on hyvä tehdä yhdessä kadonneen jäsenen kanssa toimintasuunnitelma, jossa sovitaan yhteistyön sisällöistä. H2 näki toimintasuunnitelman laatimisen mahdollisuutena selkeyttää yhteistyötä.:

*Me: Mikä olis olennainen asia jos joku tulee käymään täällä sun luona? Millaista ohjeistusta annettaisiin?*

*H2: Ei tässä oo silleen selkeätä ohjetta, tulis vaan tänne ja vois siinä keskustella yhdessä asioista ja tehdä joku toimintasuunnitelma. Ehkä siinä tehdessäkin hahmottuu siinä mitä se on.*

H2:n esiin nostama ajatus toimintasuunnitelmasta on tärkeä. Emme halunneet aluksi luoda kirjallista suunnitelmaa, koska saimme oppimiskahvilassa vahvan viestin siitä, että toiminta halutaan pitää mahdollisimman yksinkertaisena ja kynnys toimintaan matalana kaikille osapuolille; esimerkiksi oman voinnin arviointeja tai päiväkirjan pitämistä ei tule odottaa kadonneelta jäseneltä. Lahden Klubitalon etsivään työhön kuitenkin kuuluu kuntoutumista tukeva tavoitteellisuus (Rissanen 2007, 128). Olemme siksi laatineet Lahden Klubitalolle etsivän työn toimintasuunnitelman (LIITE 6), jota voidaan käyttää asioiden



selkeyttämistä varten etsivän työn tapaamisissa. Laitimamme pohja on helposti lähestyttävä ja toimeksiantajan toiveen mukaan sen täyttämiseen ei mene paljoa aikaa. Siihen kirjataan yhteisen keskustelun perusteella tärkeimmät, eli yhteistyön tavoitteet ja suunnitelma käytännön toiminnasta. Suunnitelman toteutumista kannattaa arvioida yhdessä säännöllisesti. (Järvinen ym. 2012, 159.)

Sen lisäksi, että toimintasuunnitelma selkeyttää yhteistyön tavoitteet kadonneelle jäsenelle, näemme sen toimivan myös tiedonvälityksen tukena etsivien tiimissä. Kirjattu suunnitelma voi lisätä kadonneen jäsenen aktiivisuutta ja osallisuutta, sekä luottamusta ja sitoutumista toimintaan. Kun suunnitelmaa tehdään yhdessä, kadonnut jäsen voi kokea tulevansa kuulluksi kunnioittavassa tasavertaisessa ilmapiirissä oman elämänsä asiantuntijana (Ward 1988, 31 - 35). Tämä kaikki voi tehdä etsivästä työstä mielekkäämpää niin kadonneille jäsenille kuin etsivillekin.

Toimintasuunnitelmasta voi ottaa kopion Klubitalolla toiselle osapuolelle ensimmäisen tapaamisen jälkeen, jotta kummallakin osapuolella olisi toisessa tapaamisessa omansa. Tapaamisissa sovittu seuraava tapaaminen tai yhteydenotto sen sijaan kannattaa kirjata suoraan etsivien yhteiseen etsivän työn kalenteriin, joka on tietenkin vain etsivien, ei muiden klubitalolaisten nähtävissä.

#### 8.4 Vuorovaikutus etsivässä työssä

Vuorovaikutuksella on Lahden Klubitalon etsivässä työssä merkittävä osa, koska työssä ei edellytetä ammatillista osaamista, vaan sitä tehdään olemalla ihminen ihmiselle (LIITE 2). Kuten Porkka (2009, 167) toteaa, etsivät pääsevät käyttämään vuorovaikutuksellisessa tukemisessa hyödyllistä intuitiotaan kuten luovuuttaankin. Kerromme seuraavaksi tarkemmin, mitkä asiat ovat tutkimuksemme mukaan tärkeitä vuorovaikutuksessa Lahden Klubitalon etsivässä työssä tehostetun yhteydenpidon ja etsivän työn tapaamisten osalta.

#### 8.4.1 Yhteydenotot

Tukeen on usein helpompi tarttua, kun sitä tarjotaan ja silloinkin kynnys sen vastaanottamiseen voi olla korkea (Romakkaniemi 2011, 211; Läätä 2013, 61). Tukea tarvitseva voi esimerkiksi ajatella, ettei halua olla vaivaksi. HavaitSIMME pilotoinnin aikana tämänkaltaista ajattelua tukieSSamme H1:tä sopimaan jatkosta Klubitalolla. Vaikeuteen pyytää tukea voi joskus sisältyä häpeää siitä, ettei ole oltu yhteyksissä pitkään aikaan. Tehostettu yhteydenpito ja Klubitalon aktiivisuus yhteydenottajana on siis tärkeä. Silloin, kun jäsen rohkenee pyytää etsivän työn tukea avun pyytämisen kynnyksen ollessa hänellä korkea, on yhteydenpidon luotettavuus erityisen merkityksellinen asia.

Etsivän työn ennakkokirjeen jälkeen ensimmäisessä puhelinkeskustelussa pyritään etsivästä työstä kiinnostuneen kadonneen jäsenen kanssa kartoittamaan, minkälaista yhteydenpitoa kadonnut jäsen toivoo siinä vaiheessa: Lähetetäänkö viestejä, soitellaanko ja kuinka usein näin tehdään, vai sovitaanko jo tapaaminen. Myös vointia voidaan kysyä neutraalisti. Sopimalla jatkosta ja toiveista yhteistyö etenee tavoitteellisesti. Lisäksi jäsen saa tunteen, että häneen halutaan aidosti olla yhteydessä ja hänet aidosti halutaan mukaan yhteisön toimintaan. (LIITE 2.)

Vuorovaikutuksen laadulla on yhteydenotoissa suuri merkitys. Oppimiskahvilan tulosten mukaan keskusteluissa kadonneen jäsenen kanssa ollaan kannustavia ja pyritään vuoropuheluun. Tärkeänä pidetään vuorovaikutustyylin varovaisuutta ja hienovaraisuutta ja sitä, että ei painosteta kadonnutta jäsentä. Tilannetajua käyttäen ei toisaalta etsivään työhön kutsuttaessa heti luovuteta, vaikka kadonnut jäsen olisi vastahakoinen, vaan pyritään kannustamaan ja motivoimaan häntä keskustelussa. Kuitenkin muistetaan aina kunnioittaa kadonneen jäsenen päätöstä olla lähtemättä toimintaan mukaan. Tällöin ilmaistaan, että jäsen on aina tervetullut Klubitalolle ja että jäsenyys on ikuinen, kunnes sen itse katkaisee. Lisäksi kerrotaan hänellä olevan mahdollisuus olla yhteydessä,

jos ja kun hän on siihen halukas. Mikäli yhteyttä ei heti saada, ei jatketa yrittämistä liian tiiviisti ja näin painosteta kadonnutta jäsentä. (LIITE 2.)

Tiiviimpi yhteydenpito soittamalla tai viestin kautta kiinnosti myös tapaamiamme kadonneita jäseniä. Jokaisessa yhteydenotoissa voidaan kertoa ajankohtaisesta Klubitalon toiminnasta ja houkutellessa kadonnutta jäsentä niiden avulla mukaan (LIITE 2).

*Me: Olisko kiva saada tietoa mitä Klubitalolla on menellään?*

*H2: Ois kyl kiva saada tietoo toiminnasta. Tulee seurattua Klubitalon Facebookkia, niitä retkiä, mitä toimintaa siellä on.*

H2 toivoi tiedotusta toiminnasta, vaikka seuraa Facebookissa Lahden Klubitaloa. Tämä kertoo tehostetun yhteydenpidon vahvuudesta henkilökohtaisempaan välittämiseen ilmaiseksi ja yhteydenottona, jolla kysellään kuulumisia ja kutsutaan mukaan toimintaan.

Kuten mainittua, sovimme H1:n toisen tapaamisen jälkeen työvalmentajien kanssa jatkossa tiiviimmästä yhteydenpidosta Klubitalon suunnalta häneen. Jäsen oli kertonut, että hänen on helpompi tulla Klubitalolle, kun on pidetty yhteyttä ja sovittu tapaamiset etukäteen. Tehostettu yhteydenpito voi siis auttaa pidemmän aikaa poissa ollutta jäsentä palaamaan Klubitalolle. On helpompi palata, kun on ollut jonkun kanssa yhteydessä ja henkilökohtaisesti kutsuttu mukaan toimintaan.

Toisinaan tukijalle hyvin pieneltäkin tuntuva tuki voi olla ratkaiseva ja merkittävä osallisuuden tukemisessa. Joissakin tapauksissa, kuten tapaamamme kadonneet jäsenet todistivat, tekstiviesti voi edustaa matalan kynnyksen sosiaalista kontaktia, joka ylläpitää merkittävällä tavalla suhdetta Klubitalon väkeen madaltaen kynnystä palata yhteisön pariin tai tukien juuri Klubitalolle palannutta entistä kadonnutta jäsentä kiinnittämään yhteisöön. Lahden Klubitalon jo olemassa ollut yhteydenpitojärjestelmä tukee toimintaan palanneiden jäsenten kiinnittymistä klubitaloyhteisöön.

Jokaisen ihmisen tilanne, tarpeet ja voimavarat ovat erilaiset, joten ne pitää yrittää kartoittaa hienovaraisesti yhteydenotoissa ja samoin mahdollisissa tapaamisissa. Kuten jo aiemmin toimme esiin, kadonneen jäsenen toiveita etsivän työn suhteen on hyvä hienovaraisesti tarkistaa sovituissa säännöllisessä yhteydenotossa aika ajoin, sillä kuten elämässä yleensäkin, olosuhteet muuttuvat jatkuvasti. Lisäksi etsivillä täytyy olla usko, että heidän toteuttamansa säännöllinen yhteydenpito on merkityksellistä ja voi vaikuttaa positiivisesti kadonneen jäsenen tilanteeseen (Huhtajärvi 2007, 446). Usko ja motivaatio työn tekemiseen välittyvät vuorovaikutuksessa kadonneiden jäsenten kanssa.

Tehostettu yhteydenpito on lisäksi tavoitteellista: sen tarkoituksena on kadonneen jäsenen syrjäytymisen ehkäisy ja osallisuuden lisääminen Klubitalo-lähtöisesti. Tärkeintä on kuitenkin etsivän työn mahdollisuuksien puitteissa aina kunnioittaa kadonneen jäsenen toivetta yhteistyöstä. Oppimiskahvilassa nostettu kärsivällisyys on myös tarpeen: muutos voi kestää hyvinkin pitkään. (LIITE 2.)

#### 8.4.2 Sovitut tapaamiset

Kadonneen jäsenen kanssa sovituissa etsivän työn tapaamisissakin tukityön onnistuminen riippuu paljon vuorovaikutuksen laadusta. Dialogisuus ja myös oppimiskahvilassa (LIITE 2) esiin nostetun aktiivisen kuuntelun taito edesauttavat etsivän työn vuorovaikutuksellista tukemista (Peavy 2006, 81 - 83). Saimme tästä etsivän työn pilotoinnissa tärkeää käytännön kokemusta. Koimme, että on hyvin merkityksellistä, kun joku todella haluaa rauhassa kuulla, mitä sinulle kuuluu. Aloitimme varsinaiset keskustelut aina kysymällä kadonneen jäsenen kuulumisia.

Pyrimme ilmaisemaan välittämistemme ensinnäkin luomalla kiireettömän ja lämpimän ilmapiirin, jossa kadonnut jäsen voisi tuntea olevansa kanssamme tasavertainen. Pyrimme ilmaisemaan empaattisuutta ja olemaan kannustavia keskustelun aikana, sekä antamaan tilaa kadonneen jäsenen sydämellä olleille asioille. Samalla pyrimme intuitiomme mukaan johdattelemaankin keskustelua ratkaisukeskeisesti, jos koimme sen jäävän

jumiin. Pyrimme tällöin kaivamaan esiin kadonneen jäsenen kiinnostuksen kohteita ja voimavaroja. Kyselimme myös kadonneiden jäsenten näkemyksiä hyvästä vuorovaikutuksesta etsivässä työssä pyytäen samalla palautetta vuorovaikutuksesta kanssamme. H1:n vastaus:

*Me: Mikä on hyvää ja huonoa kohtaamista esimerkiksi tässä meidän kanssamme?*

*H1: Kyl täs on ihan hyvä. Paremmin kuntoutuuki tässä. Se että voi tällee jutella.*

Tämän jälkeen H1 vertasi keskustelua kanssamme joihinkin aiempiin tapaamisiinsa, oissa tapaamisaika oli ollut niin lyhyt, ettei siinä ajassa ehtinyt syntyä kunnollista keskustelua. Itse asiassa tieto ajan lyhydestä oli laskenut H1:n motivaatiota käynnistää avointa keskustelua ensinkään kyseisissä tapaamisissa.

Pyysimme myös H2:lta kysymyksissämme eri tavoin palautetta tapaamisen edetessä. Hän kertoi jo luvun 8.3.4 sitaatissa, ettei etsivän työn tapaamisiin ole selkeää ohjetta, vaan tavallinen keskustelu kadonneen jäsenen luona ja toimintasuunnitelman tekeminen olivat hänestä hyviä tapoja lähteä liikkeelle. Saimme hänen vastauksistaan kokemuksen, että aivan tavallinen läsnä oleminen ja yhdessä tekeminen todella riittävät ja ovat merkityksellisiä. Lopussa kysyimme asiaa vielä eri tavalla ja saimme lyhyen ja ytimekkään vastauksen:

*Me: Onko jotain, mitä tässä tilanteessa tarvitsisi tehdä toisin?*

*H2: Ei tarvi tehdä mitään toisin.*

Toteutimme pilotointien kohtaamiset omina itsenämme teoriaan ja oppimiskahvilan tuloksiin tukeutuen. Hyvään vuorovaikutukseen Lahden Klubitalon etsivässä työssä määriteltiin oppimiskahvilatyöskentelyssä aktiivinen kuuntelu, vilpittömyys ja aidon kiinnostuksen ja välittämisen osoittaminen kadonneelle jäsenelle. Kadonneen jäsenen voinnista kysytään ”neutraalisti”, eli tungettelematta. Panostetaan kuunteluun ja vuoropuheluun ja poimitaan kadonneen jäsenen puheesta asioita, mistä keskustella. Pyritään motivoimaan ja aktivoimaan kadonnutta jäsentä palaamaan Klubitalolle. Hieno nosto oli myös se, että ei sivuuteta tai

vähätellä toisen kuulumisia, vaan jokaisen kokemukset, tunteet ja kuulumiset otetaan vakavasti ja kunnioittaen. Kohtaamista ja vuorovaikutusta sävyttävät aina hienovaraisuus ja vapaaehtoisuus. Kadonnutta jäsentä ei haluta painostaa millään tavalla, vaan ollaan herkkiä jokaisen yksilölliselle tilanteelle. (LIITE 2.)

Vapaaehtoisuus on huomioitava myös erityisestä syystä: Opimme tutkimuksemme aikana, että pitkän poissaolon jälkeen jäsen saattaa tuntea häpeää pitkästä poissaolostaan. Tämä on huolestuttavaa siksi, että se saattaa jopa estää jäsentä palaamasta Klubitalolle. Kadonnutta jäsentä etsivässä työssä kannustettaessa palaamaan Klubitalolle ja hänen sinne saapuessaan tulisi siksi kiinnittää erityistä huomiota lämpimään tervetuloitovotukseen, jotta mitään syyllisyyden tai häpeän tunteita ei jäisi. Pitkästä poissaolosta johtuen jäsenen voi myös olla vaikea päästä sisälle yhteisön toimintaan, mistä lisää luvussa 8.4.3.

Etsivän työn kohtaamisissa jäsen-etsivän mukanaolo kadonneen jäsenen vertaisena on vahvuus. Vuorovaikutustilanteissa on hyvä tiedostaa, että tietoa, asioita ja kokemusta saatetaan ymmärrettävästi ottaa vastaan samankaltaisesta tilanteesta selvinneeltä vertaiselta paremmin, kuin ammattilaiselta (Rissanen 2007, 171). Oppimiskahvilassa (LIITE 2) todettiin, että kadonneen jäsenen kokemuksia ei missään tapauksessa saa vähätellä ja haluammekin nostaa esiin riskin vähättelyn kokemuksesta silloin, kun vertainen kertoo samankaltaisista kokemuksistaan kadonneelle jäsenelle. Tukijan kokemusten jakaminen voi Järvisen ym. (2012, 166) mukaan auttaa hyvän suhteen kehittämisessä, mutta siinäkin tulee muistaa, ettei tukijan kokemusten tulisi viedä tilaa tuen saajan kokemuksilta, jotka voivat myös olla hyvin erilaisia kuin tukijan. Etsivien onkin kyettävä erottamaan omat elämäntarinansa, tunteensa ja ratkaisunsa tuettavan tilanteesta (Mykkänen-Hänninen 2007, 26). Omia kokemuksia ei kannata liikaa verrata kadonneen jäsenen kokemuksiin, vaikka toisikin esille ymmärtävänsä tätä. Omia tapoja selviytyä vaikeista ajoista kannattaa tuoda esiin vaihtoehtoina, joita kadonnut jäsen voi pohtia.

Oppimiskahvilassa haluttiin etsivien myös muistavan, että johtuen kadonneiden jäsenten hyvinkin erilaisista tilanteista ja tarpeista voi työ vaatia etsiviltä paljonkin kärsivällisyyttä. Usein muutos ei tapahdu hetkessä. Tähän liittyen todettiin myös, että asioita ei tule pyrkiä ratkaisemaan kerralla. (LIITE 2.) Itse asiassa etsivien ei lähtökohtaisesti tarvitsekaan ratkaista kadonneiden jäsenten asioita, vaan kannustaa, motivoida ja aktivoita heitä löytämään ratkaisuja itse. Tämä luo tuettavalle uskoa omaan toimintaansa johtaen näin tuettavan voimaantumiseen. (Peavy 2006, 69, 72 - 73.) Luottamuksellisuutta unohtamatta nämä oppimiskahvilassa tuodut hyvän vuorovaikutuksen elementit edistävät kokemuksemmekin mukaan kadonneen jäsenen tunnetta siitä, että hän voi tukeutua etsiviin.

Etsivän työn toimintasuunnitelman (LIITE 6) laatiminen ja sitten tarkistaminen joka tapaamisessa on hyvä hetki kadonneen jäsenen omien toiveiden herättelylle kuten myös hänen oman toimijuutensa vahvistumiselle. Jo saavutettujen välietappien korostaminen keskusteluissa yhteistyön edetessä tuo kadonneelle jäsenelle varmasti hyvää mieltä. Positiivinen palaute voi myös lisätä kadonneen jäsenen uskoa omaan toimintaansa ja näin voimaannuttaa häntä. Positiivista palautetta voi antaa tapaamisten yhteydessä aina, kun siltä tuntuu, kuitenkin uskottavasti, ei liioitellen. Pienimmätkin saavutetut välietapit kannattaa nostaa keskusteluun kannustavasti.

Lääti (2013, 60) kuvaa tutkimuksessaan positiivisen palautteen voimaa: Se tuottaa palautteen saajalle onnistumisen kokemuksia ja lisää itseluottamusta. Oman sosiaalisen piirin sisältä tullut myönteinen palaute ja tunnustus merkitsevät palautteen saajalle, että hänestä välitetään ja hänet hyväksytään yhteisössään. Se kannustaa eteenpäin ja antaa voimaa, sekä saa aikaan hyvää mieltä. On myös hyvä mainita, että negatiivisella palautteella sitä vastoin on lamaava vaikutus kuntoutumiselle ja kokonaan ilman palautetta jääminen saattaa tuntua yhteisön jäsenestä siltä, ettei hänestä välitetä. (Lääti 2013, 60.)

Oppimiskahvilan yhteisessä lopetuksessa keskusteluun nousi kysymys siitä, missä menee raja etsivän työn keskustelujen ja terapian välillä. Huomasimme tämän herättävän nopeasti huolta siitä, kuinka haastavaa etsivä työ voi olla. On totta, että etsivä työ voi olla kadonneelle jäsenelle terapeutista, kuten klubitaloyhteisö ja sen tarjoama toiminta sekä vertaistuki yleensäkin. Kuten työssämme jo aiemmin tuli esiin, terapeutisuus ei kuitenkaan tarkoita terapiaa (Rauhala 1983 Rissasen 2007, 112 mukaan). Toiminnan terapeutisuus tulee siitä, että kadonnut jäsen kokee toiminnan tukevan tai lisäävän hänen hyvinvointiaan. Kuten Klubitalojen standardissa nro 15 mainitaan:

*Työpainotteinen päivä sitouttaa jäsenet ja henkilökunnan yhdessä, rinta rinnan huolehtimaan Klubitalon toiminnasta. Klubitalo kiinnittää päähuomion jäsenten vahvuuksiin, taipumuksiin ja kykyihin, joten työpainotteiseen päivään ei saa sisältyä lääkehoitoa eikä päiväkeskus- tai terapiatoimintaa Klubitalolla. (Lahden Klubitalo 2016c.)*

Standardia noudatetaan myös etsivässä työssä. Myöskään Lahden Klubitalon etsivän työn ei ole siis tarkoitus olla terapiaa, vaan jälleen kerran ”simppeleitä toimintaa ihmiseltä ihmiselle” (LIITE 2). Etsivän työn painopisteiksi linjattiin oppimiskahvilassa vuorovaikutuksen lisäksi toiminnallisuus. Juuri toimintaa voidaankin pitää kiintopisteenä myös keskusteluissa kadonneiden jäsenten kanssa. Mikäli etsivän tunne on, että keskustelu ei vie kohti työn tavoitetta, tai se ei tunnu hänestä hyvältä muulla tavoin, hän voi sopivalta tuntuvassa kohdassa johdattaa keskustelua siihen, minkälainen yhteinen toiminta olisi kadonneelle jäsenelle hyödyksi, tai hienovaraisesti ehdottaa toimintaan siirtymistä. Työnohjauksissa on tärkeää jakaa tällaisia kokemuksia muiden kanssa. Työnohjauksesta lisää luvussa 8.6.

#### 8.4.3 Tehostettu huolenpito yhteisöön palaamisen jälkeen

Yhteisöstä etäännyttä usein seuraava yksinäisyys saattaa tutkimuksemme mukaan myös lisätä epävarmuutta sosiaalisissa tilanteissa. Toisessa tapaamisessamme H1 totesi:



*H1: Nii kyl mä huomasin sen, et tulee sellast niinku itseluottamusta enemmän ku [jos] sä oot tuol yksin kotona ja jotai luet lehtii.*

Klubitalojen työtoiminta on standardin numero 19 mukaan ”suunniteltu auttamaan jäseniä saamaan takaisin omanarvontuntonsa, itseluottamuksensa ja mielekkyyden elämälleen” (Lahden Klubitalo 2016c). Sosiaalinen epävarmuus saattaa kuitenkin vaikeuttaa kiinnittymistä klubitaloyhteisöön. Etsivän työn pilotointia tehdessämme saimme kokemuksen, mikä viittaa siihen, että kadonnut jäsen hyötyisikin etsivän työn tuen jatkamisesta vielä yhteisöön palaamisenkin jälkeen. Huomasimme, kuinka positiivisesti H1 koki sen, kun tapaamistemme päätteeksi kävimme yhdessä juttelemassa klubitalolaisille tukien häntä alkuun pääsemisessä. Hän tuntui rohkaistuvan ja sai meistä tukea keskusteluissa hänen jatkosuunnitelmiaan koskien. Lisäksi toisessa etsivän työn tapaamisessamme hän oli selvästi itsevarmemman ja itsenäisemmän oloinen Klubitalolla.

Murton (2013, 56) mukaan kiinnittyminen kuntoutumisen alkuvaiheessa johonkin vertaisryhmän jäseneseen samaistumisen, empatian ja myötätunnon kokemisen kautta saattaa kiinnittää uuden yhteisön jäsenen yhteisöön huolimatta alun vaikeuksista ja tukea yhteisön toimintaan osallistumista myöhemmin laaja-alaisemmin. Kiinnittyminen yhteisöön ja vertaisuuden kokemus puolestaan kasvattavat jäsenten uskoa ja luottamusta ihmissuhteissaan. (Murto 2013, 56.) Empatian tai myötätunnon kokemus voi tukea samalla tavalla kaikkia Klubitalon jäseniä ja auttaa toiminnasta pitkäänkin poissa olleita kadonneita jäseniä kiinnittymään klubitaloyhteisöön.

Lahden Klubitalon etsivään työhön kuuluu siksi jäsenkohtaisen tarpeen mukaan tehostettu huolenpito, joka tukee entistä kadonnutta jäsentä löytämään paikkansa yhteisössä ja kiinnittymään siihen. Käytännössä tällainen huolenpito tarkoittaa arkista vuorovaikutusta, kuten esimerkiksi sitä, että kysellään jäseneltä kuulumisia, ollaan herkkiä hänen avun tarpeelleen Klubitalon toiminnassa, kuljetaan rinnalla ja kutsutaan

aktiivisesti mukaan lisäten näin jäsenen vertaisuuden kokemusta ja luottamusta itsenäiseen toimijuuteensa.

Toiminnan suunnitelmallisuus varmistaa sen toteutumisen (Järvinen ym. 2012, 159). Suunnitelmallisen tehostetusta huolenpidosta tekisi mallimme mukaan esimerkiksi etsivän ilmoitus Lahden Klubitalon päivittäisessä aamupalaverissa entisen kadonneen jäsenen saapumisesta Klubille, mikäli se on etsivien tiedossa tai he osaavat arvella sen tapahtuvan lähitulevaisuudessa. Kadonneen jäsenen palatessa Klubitalolle pyritään siihen, että paikalla olevien etsivien lisäksi hänestä huolehtisivat sen työyksikön työvalmentajat ja jäsenet voimavarojensa mukaan, jossa toimintaan palannut jäsen työskentelee minäkin päivänä. Aamupalaverissa paikalla olevat klubitalolaiset, sekä paikalla olevat jäsenet voivat olla esimerkkinä toiminnallaan, kun jäsen palaa Klubitalolle.

Tehostetun huolenpidon toteuttamista tukee myös aiheen esille ottaminen viikoittaisessa Klubikokouksessa aika ajoin. Mitä useampi aktiivijäsen osallistuu huolenpitoon, sitä helpompi entisen kadonneen jäsenen on kiinnittyä yhteisöön. Tehostetun huolenpidon tarpeen ja keston arvioivat etsivät, jotka eivät missään vaiheessa jaa muiden klubitalolaisten kanssa salassapidon alaisia yksityiskohtia etsivään työhön osallistuneesta kadonneesta jäsenestä. Kun entinen kadonnut jäsen itsenäistyy toiminnassaan Klubitalolla, tehostettu huolenpito loppuu luontaisesti, kun sen tarve vähenee. Tehostetun huolenpidon lisäksi entisen kadonneen jäsenen kiinnittymistä Klubitalon toimintaan tukee tavoitesuunnitelman tekeminen tai sen päivittäminen hänen palatessaan Klubitalolle.

## 8.5 Etsivän työn perehdytys

Lahden Klubitalon etsivä työ perustuu tavallisen ihmisen tietoihin ja taitoihin. Kuten oppimiskahvilassa mukana olleet nostivat esiin, perehdytys etsivään työhön on siitä huolimatta tärkeä (LIITE 2). Etsivien tulee saada viimeistään perehdytyksessä tarkka käsitys etsivän työn periaatteista ja etsivän tehtävästä, sekä saada tarvittaessa vetäjältä tukea arvioidessaan omaa sopivuuttaan tehtävään ja motivaatitonsa sitoutua siihen.

Mykkänen-Hännisen (2007, 56) mukaan toiminnan sisällön jäsenydessä voi tulla tunne, ettei toiminta vastaakaan omia odotuksia, tai omat henkilökohtaiset elämäkokemukset voivat aktivoitua ja ajatus muiden auttamisesta tuntuukin vaikealta. Myös perehdytyksen vetäjälle voi tulla tunne, ettei etsivä-ehdokas sovi juuri tähän tehtävään. (Mykkänen-Hänninen 2007, 56.)

Sitoutumiseen tulee etsivässä työssä kannustaa työn laadun turvaamiseksi (Tenhunen 2015, 136; Porkka 2006 Porkan 2009, 55 mukaan). Se lisää toiminnan luotettavuutta ja sujuvuutta. Etsivästä työstä kiinnostuneille aktiivijäsenille annetaan mahdollisuus tehdä päätös sitoutumisesta toimintaan vasta perehdytyksessä. Vapaaehtoisuus mielessä pitäen etsivien mahdollisimman korkea sitoutuminen on tavoite, jolla lisätään etsivän työn laatua ja luotettavuutta. Perehdytyksessä luodaan myös etsivien ryhmän toiminnalle yhteiset pelisäännöt, jotka nähtiin oppimiskahvilassa yhdeksi keinoksi tuoda esiin sitoutumisen merkitys toiminnalle (LIITE 2). Säännöt yhdessä laatimalla turvataan toiminnan jatkuvuus, sillä ne tuovat toimintaan selkeyttä, turvallisuutta ja luotettavuutta (ETENE 2014, 7).

Koulutuksen sisällön on hyvä olla harjoituksineen mahdollisimman käytännön läheinen ja tukea toiminnan perustehtävää, eli kohtaamista ja aitoa läsnäoloa tuettavan kanssa. Vertaistukeen perustuvassa vapaaehtoistyön koulutuksessa voidaan pohtia yhdessä esimerkiksi sitä, kuinka auttaa tuettavaa löytämään omat ratkaisunsa, sekä sitä, mikä voi aktivoida ja voimaannuttaa tuettavaa. (Mykkänen-Hänninen 2007, 57 - 58.) Harjoitusten on tarkoitus painottaa maallikkoauttajuutta, ei luoda paineita tai odotuksia kaikkietävydestä. Perehdytyksessä on tärkeää painottaa myös, että uteliaisuus, elämysten hakeminen, tarve ratkaista toisten asiat tai nostaa omaa statusta eivät ole hyviä lähtökohtia maallikkoauttamiselle. (Mykkänen-Hänninen 2007, 24, 57.) Lahden Klubitalo saa etsivän työn mallista tietopohjan, joka tukee perehdytyksen suunnittelussa ja toteuttamisessa. Varsinaista perehdytysmateriaalia tämä opinnäytetyö ei laajuutensa rajoissa sisällä.

## 8.6 Etsivien työnohjaus

Oppimiskahvilassa nostettiin esiin etsivien tarve ajalle ja paikalle purkaa tunteitaan ja ajatuksiaan sekä jakaa tietoa etsivien kesken (LIITE 2). Muun muassa näitä seikkoja varten Lahden Klubitalon etsivään työhön on tärkeää sisällyttää työnohjaus. Säännöllisten suunnittelu-, koulutus- ja purkutilanteiden järjestäminen työnohjauksen muodossa on myös Lahden Klubitalon velvollisuus: Työvalmentajat ja aktiivijäsenet saavat työnohjauksissa tukea, rohkaisua ja positiivista palautetta toisiltaan voidakseen kehittyä etsivässä työssä. Niissä voidaan myös luoda yhteishenkeä sekä jakaa onnistumisen kokemuksia. (Tenhunen 2015, 130; Porkka 2009, 89.)

Työnohjaus tulee Airaksen (1979, 232) mukaan nähdä osana työtä. Tenhusen (2015, 129) mukaan edellytys osallistua työnohjaukseen on taustayhteisöltä vastuullista ja tukee niin etsiviä, kuin etsivään työhön osallistuvia kadonneita jäseniäkin: ohjaus vahvistaa etsivien voimavaroja ja osaamista sekä etsivän työn laatua (Tenhunen 2015, 129). Pitäen mielessämme ensinnäkin vapaaehtoisuuteen perustuvan klubitalomallin ja toiseksi vapaaehtoistyön joustavuuden tarpeen, sisällytimme malliin vain suosituksen osallistua työnohjauksiin.

Työnohjaukselle on kuitenkin paikkansa inhimillisessä tukityössä: Korhosen ja Långin tutkimuksen (2006) mukaan työnohjaus kasvattaa motivaatiota itsensä ja työtapojensa kehittämiseen. Yhdessä muiden työntekijöiden kanssa voi rakentavasti ja kriittisesti reflektoida, olisiko voinut tehdä jotain toisin tietyissä tilanteissa. Sen kautta on mahdollista myös ymmärtää ja hyväksyä oma rajallisuutensa; kaikkea ei voi, eikä tarvitsekaan tietää. Muut ryhmäläiset voivat oppia kertojan kokemuksista. Työnohjaus on parhaimmillaan huojentava levähdyspaikka ja kasvatapahtuma. (Korhonen & Lång 2006, 59, 61 - 62, 66, 69 - 70.)

Etsivää työtä tehdään omalla persoonalla ja työvalmentaja voi tukea etsiviä toimimaan persoonaansa, elämäkokemustaan ja etsivän työn koulutusta parhaalla mahdollisella tavalla hyödyntäen (Porkka 2009, 167).

Kuten perehdytyksessä, myös työnohjauksessa voidaan edelleen vahvistaa etsivien kykyä tunnistaa omia voimavarojaan, osaamisensa vahvistumista sekä sen merkitystä etsivälle työlle (Tenhunen 2015, 136).

Työnohjauksessa on tärkeää muistuttaa etsiviä siitä, mikä tukityössä on mahdollista ja riittävää (Tenhunen 2015, 138). Ihmissuhdetyöntekijälle on etua herkkyydestä, mutta myös kyvystä pystyä riittävästi etääntymään työtilanteesta (Korhonen & Lång 2006, 61 - 62). Vaikka Lahden Klubitalon etsivä työ ei ole jokapäiväistä ja siinä painottuvat toiminnallisuus ja arkinen vuorovaikutus, on vastuullista tiedostaa, että toisten raskaiden elämäntilanteiden ja tunteiden jakaminen voi altistaa empaattisen etsivän myötätuntuuupumiselle. Siksi työnohjauksen tärkeä tehtävä on mahdollistaa keskustelu etsivien jaksamisesta ja tukea heitä ymmärtämään omaa empatiataipumustansa, sekä löytää keinoja uupumisen ennaltaehkäisemiseksi. (Tenhunen 2015, 129, 134.) Työnohjauksen tarkempi suunnittelu jää mallin tuella toimeksiantajamme tehtäväksi.

## 8.7 Yhteenveto tutkimustuloksista

Lahden Klubitalon etsivän työn tavoitteena on aktiivisen kuuntelemisen ja kunnioittavan kohtaamisen kautta saada ymmärrys kadonneen jäsenen tilanteesta ja toiveista etsivälle työlle ja toteuttaa siten toimintaa, joka lisää kadonneen jäsenen osallisuutta klubitaloyhteisössä. Etsivä työ on työvalmentajien ja aktiivijäsenten järjestelmällistä yhteistyötä klubitaloyhteisöstä etääntyneiden jäsenten tukemiseksi tavallisen ihmisen tiedoin ja taidoin.

Lahden Klubitalon etsivää työtä lähdetään toteuttamaan kerran viikossa kahden tunnin ajan (LIITE 2). Etsivään työhön kuuluu sen käynnistymisvaiheessa ensinnäkin yhteydenottoja, joista ensimmäiselle kontaktille on luotu kaava. Yhteydenotot voivat olla myös kadonneen jäsenen toiveesta säännöllisiä. Yhteydenotot tehdään jäsenkohtaisesti sopivimman yhteydenottokanavan kautta. Lisäksi työhön kuuluu toiveen mukaan kadonneiden jäsenten tapaamisia Klubitalolla tai Klubitalon

ulkopuolella myöskin jäsenkohtaisten toiveiden ja etsivän työn mahdollisuuksien mukaan. (LIITE 2.)

Yhteydenpidon selkeyttämiseksi ja toiminnan luotettavuuden varmistamiseksi työssä käytetään Etsivän työn yhteydenpito -listaa (LIITE 5), johon etsivät kirjaavat sovitut säännölliset yhteydenpidot sekä toteutetut yhteydenotot. Järjestelmällisyyteen kuuluu myös etsivän työn kalenteri, johon tapaamisissa merkitään tulevat tapaamiset yksi kerrallaan. Etsivään työhön Lahden Klubitalolla sisältyy työnohjaus, sekä perehdytys, joka on edellytys toimintaan pääsemiselle (LIITE 2).

Lahden Klubitalon etsivä työ pähkinäkuoressa:

- Ihmiseltä ihmiselle -tukityötä
- Tarkoituksena halukkaiden kadonneiden jäsenten osallisuuden lisääminen
- Toteuttajina Lahden Klubitalon työvalmentajia ja aktiivijäseniä
- Etsivä työ on tiimityötä Klubitalolla ja sen ulkopuolella
- Toteutus kerran viikossa tiettyyn aikaan
- Jokainen uusi etsivä perehdytetään
- Toimintaan kuuluu tehostettu yhteydenpito, etsivän työn tapaamiset sekä työnohjaus
- Toiminnan peruseriaatteita ovat: vuorovaikutuksellinen tukeminen, yhdessä tekeminen, vapaaehtoisuus, keskusteluiden luottamuksellisuus, toiminnallisuus ja Klubi-lähtöisyys

## 9 POHDINTA

Olemme reflektoineet valintojamme ja toimintaamme aktiivisesti koko opinnäytetyöprosessin ajan ja pyrkineet tuomaan sitä esiin opinnäytetyöraporttimme eri vaiheissa, sillä tutkivaan otteeseen kuuluu reflektiivisyys oman toiminnan ja kirjoittamisen suhteen (Virtuaaliammattikorkeakoulu 2016). Opinnäytetyöprosessissa sisäistimme tämän tutkivan otteen ja käytännön, mikä vahvisti sekä tiedonhankintataitoamme että tieteellistä kirjoitustaitoamme. Aktiivinen reflektio ja pyrkimys mahdollisimman toimivaan lopputulokseen tukivat myös ammatillista kasvuamme. Koemme, että opimme paljon mielenterveyskuntoutumisesta, sosiaalialan eettisyydestä, asiakastyöstä, kehittämistyöstä sekä yhteiskunnallisesta osaamisesta ja vaikuttamisesta. Porkan (2009, 167) mukaan toisen ihmisen tukemiseen tarvitaan intuitiota, luovuutta, vuorovaikutustaitoja ja improvisointikykyä, joita tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä olemme saaneet käyttää ja kehittää toden teolla.

Tässä luvussa pohdimme vielä niitä asioita, mitä huomioimme erityisesti työmme eettisyyden ja luotettavuuden kannalta. Sitten arvioimme työskentelyprosessimme onnistumista ja esitämme ajatuksemme siitä, miten toivoisimme malliamme ja etsivää työtä vielä kehitettävän jatkotutkimusten kautta. Lopuksi pohdimme mallin käyttöön ottamiseen vaikuttavia asioita, joihin kuuluvat sitä tukeneet opinnäytetyöprosessissa tekemämme ratkaisut sekä klubitalolaisten ja Lahden Klubitalon rahoittajien tulevat ratkaisut.

### 9.1 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Hirsjärven ym. (2009, 24 - 25) mukaan jo opinnäytetyön aiheen valinta osoittaa eettistä pohdintaa. Me tartuimme aiheeseen, joka on yhteiskunnallisesti ja Lahden Klubitalon jäsenistölle tärkeä ja ajankohtainen. Tartuimme tietoisesti haastavaan aiheeseen, koska työn tarve ja merkitys olivat niin selvät. Motivaatiomme ja tahtotilamme projektin mahdollisimman hyvään läpiviemiseen oli loppuun asti korkea. Jo aihetta

valitessamme keskustelimme motivaation merkityksestä työn laadulle, mikä rohkaisi meitä tarttumaan haasteeseen.

Eettisyyden nimissä pyysimme tiedonkeruuta varten Lahden Klubitalolta tutkimusluvan, joka myönnettiin suunnitelmaseminaarin päätteeksi.

Pyrimme jo opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa rajaamaan aiheemme realistisesti, jotta voisimme kohdistaa käytettävissä olevat resurssimme tehokkaasti. Prosessin aikana palasimme monesti miettimään rajausta pohtien, mitkä asiat ovat oleellisia tavoitteeseemme pääsyn kannalta.

Muutimme toimintasuunnitelmaamme joitakin kertoja projektin edetessä. Yksi näistä muutoksista oli halumme saada myös aktiivijäsenten ja työvalmentajien näkemykset ja tiedot tutkimusaineistoomme, jotta saisimme aineistoomme mahdollisimman monta näkökulmaa luodaksemme mahdollisimman toimivan mallin juuri Lahden Klubitalon mahdollisuuksiin ja tarpeisiin nähden. Ohjaamastamme oppiskahvilasta tuli toiminnallisen osuuden, kuten koko työnkin kannalta merkittävä tiedonlähde; saimme kerralla 16 tiedonantajan panoksen ryhmähaastattelua soveltaneessa aivoriihessä. Kuulemalla Klubitalon aktiivijäseniä ja työvalmentajia saimme myös varmistuksen siitä, että olimme pääosin oikeilla raiteilla siinä vaiheessa pelkkään teoriaan pohjanneen etsivän työn pilotoinnin ja mallin suhteen. Oppimiskahvila toimi myös tärkeänä markkinointikanavana ja motivaation lisääjänä yhteisössä.

Hyvää tieteellistä käytäntöä voidaan Hirsjärven ym. (2009, 25) mukaan loukata monin tavoin. Esimerkiksi tiedonhankintatavat ja koejärjestelyt saattavat tuottaa ihmistieteissä ongelmia. Tutkimuksen lähtökohtana tulee aina olla ihmisarvon kunnioittaminen. Kunnioitimme kadonneiden jäsenten oikeutta olla osallistumatta tutkimukseemme panostamalla yhteydenottojen hienovaraisuuteen sekä sallivaan, kunnioittavaan ja ymmärtäväiseen ilmaisutyyliin. Otimme itsemääräämisoikeuden huomioon myös valmistautumalla puhelinkeskusteluihin ennakkoon käymällä läpi hienovaraisten ilmaisun tavat. Tapaamisten sopimiseen liittyvissä puhelinkeskustelussa samoin, kuin tekstiviesteissäkin pyrimme



ilmaisemaan ymmärrystä kuntoutujan tilanteeseen ja olemaan painostamatta millään tavalla. Aina lopuksi kiitimme ajasta ja toivotimme joka tapauksessa aina tervetulleeksi Klubitalolle. Tahdoimme antaa kuntoutujille vain positiivisia kokemuksia yhteydenpidossamme, sillä heidän hyvinvointinsa oli meille etusijalla. (Hirsjärvi ym. 2009, 25, 131.)

Olemme ottaneet vaihtoehtoisuuden erittäin vakavasti koko prosessin ajan (Hirsjärvi ym. 2009, 131): Yhteydenottokirjeessä kerroimme, että käytämme opinnäytetyössämme vain etsivän työn mallia hyödyttävää tietoa, johon ei sisälly yksityiselämään liittyvä tieto. Tapaamisissa varmistimme, että tiedonantajat tiesivät meidän käyttävän malliin liittyvää tietoa opinnäytetyössämme yksityisyydensuoja huomioiden. Eettisyys on Kuulan (2006, 109) mukaan huomioitava myös aineiston käsittelyssä: Huomioimme yksityisyydensuojan myös purkaessamme nauhoitteet suljettujen ovien takana ja kirjaamalla jäsenet raportoimme koodein H1 ja H2, joissa ei erotella sukupuolta. Tallensimme tutkimusaineiston henkilökohtaisten salasanojemme taakse. Analysoidessamme tutkimustuloksia pyrimme ilmaisemaan asiat mahdollisimman yksityisyydensuojaa kunnioittavasti niin, ettei mahdollista yhteyttä kenenkään yksityiselämään synny. Tämä loi haastetta ratkaisujemme perustelemiselle, sillä monesti tuntui, että tietoa oli, mutta sitä ei voitu ilmaista vakuuttavamman suoran lainauksen tai elävän elämän esimerkin kautta. Tuhosimme nauhoitteet tapaamisista ennen nauhurin palauttamista koululle ja kirjallisen tutkimusaineiston omista tiedostoistamme mallin valmistuttua. (Kuula 2006, 109.) Lisäksi käytimme vain mallia varten olennaista tietoa, emmekä ole keskustelleet muiden kanssa tapaamisissa puhutuista asioista tai tiedonantajien henkilöllisyydestä.

Kirjoitimme mahdollisimman läpinäkyvästi ja objektiivisesti. Tavoitteenamme oli myös tehdä johdonmukaisesti etenevä helppolukuinen työ. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 80 - 81.) Tärkeää on myös eettisyys ja kriittisyys siinä, mitä teoriamateriaalia valitsemme ja kuinka asiat muotoilemme. On valittava olennainen ja tärkeä tieto kuitenkin rajaten järkevästi, ja osattava tuoda lähteiden sisältö täsmällisesti ja

puolueettomasti, siis luotettavasti esiin. Myös materiaalia valitessamme pyrimme kriittiseen otteeseen; pyrimme käyttämään monipuolisesti uskottavia, arvostettuja ja tuoreita teorialähteitä. (Hirsjärvi, ym. 2009, 113 - 114.)

Joka kerta, kun olemme käyneet Lahden Klubitalolla keskustelemassa opinnäytetyöstämme, olemme samalla ikään kuin markkinoineet itse etsivää työtä ja tehneet sitä tutuksi Klubitalon väelle. Koemme, että sitoutuneisuutemme käydä Klubitalolla ja tutustua sen toimintaan perusteellisesti on tukenut koko kehittämishankkeen onnistumista. Pääsimme sisälle klubitaloyhteisöön, mikä oli yhteisön toimintamallin erityisyyden vuoksi näkemyksemme mukaan olennaista työn onnistumiselle. Opinnäytetyön laatimisessa oli hyötyä siitä, että toinen meistä tunsu jo yhteisön toimintatavat ja -kulttuurin 10 viikon työharjoittelun ajalta. Klubitalomallin kunnollinen ymmärtäminen on haastavaa menemättä yhteisön pariin ja viettämättä siellä aikaa.

Saimmekin klubitalolaisilta paljon tukea ja tietoa työtä tehdessämme, mikä edesauttoi mahdollisimman toimivan etsivän työn mallin luomisessa. Yhteisöhoidon tasa-arvoisuuden ja demokraattisuuden periaatteiden mukaan annoimme Klubitalolla käydessämme jokaiselle paikallaolleelle jäsenelle ja työvalmentajalle saman mahdollisuuden antaa palautetta ja kommentoida työprosessiin liittyen (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 251). Esimerkiksi suunnitteluseminaarissa saimme erittäin tärkeää palautetta yhteydenottokirjeestä sekä jäseniltä että työvalmentajilta.

Aloitimme yhteydenottokirjeen tervehdyksellä ”Arvoisa Klubitalon jäsen”. Siitä kirjeen loppuun asti kiinnitimme huomiota sisältöön välittääksemme siinä tasavertaisuuden ja kunnioituksen tunteemme. Kirjeessä oli kuvaus tavoitteestamme, sekä siitä, mitä tutkimustoimintamme sisältäisi. Pyrimme ilmaisemaan asian mahdollisimman selkeästi ja kuitenkin ytimekkäästi, minkä varmistimme jäsenten ja työvalmentajien palautteen avulla. Selvensimme etsivän työn toteutusta vielä puhelimesta ennen tapaamista ja tapaamisessa varmistuaksemme, että tiedonantajamme ymmärtävät, mistä tutkimuksessa on kyse. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 131.)

Ennakkokirje mahdollisti sen, että kadonnut jäsen voi perehtyä asiaan rauhassa ja ilman painostusta päättää, tahtooko hän mukaan tällaiseen tutkimukseen (Hirsjärvi ym. 2009, 25). Lisäksi tahtoimme ottaa vastaamisajan pituudessa huomioon kohderyhmän mahdollisen voimavarojen vähyden olemalla painostamatta aikataulullamme yhteydenottoon ja kuitenkin kannustamalla siihen, kuten aiemmin tässä työssä kuvasimme. Ensimmäisten kirjeiden lähetyksen jälkeen jäimme vielä pohtimaan sen sanamuotoja, ja lisäsimme tekstiin lämminhenkisyttä ja tarkentavaa kuvausta ennen seuraavia yhteydenottoja.

Laadullisen tutkimuksen validiutta, eli luotettavuutta parantaa mahdollisimman yksityiskohtainen ja rehellinen kuvaus tutkimuksen kaikista vaiheista mukaan lukien aineiston tuottamisen olosuhteet, kuten haastattelupaikat, käytetty aika, mahdolliset häiriötekijät ja virhetulkinnat, sekä tutkijoiden oma itsearviointi tilanteesta. Tutkijan tulkinnat ja päätelmät tulee aina perustella. (Hirsjärvi ym. 2009, 232 - 233.) Olemme litteroineet ja kirjanneet mahdollisimman tarkasti keräämämme aineiston, sekä lisänneet litterointeihin mukaan omia kriittisiäkin havaintojamme ja tuntemuksiamme käsiteltyjen tilanteiden ympäriltä. Tutkimustulokset olemme purkaneet joka kerta heti niiden hankkimisen jälkeen. Se, että toinen meistä oli klubitaloyhteisössä sisällä ja monen klubitalolaisen tuttu, ja toinen meistä näki yhteisön enemmän ulkoapäin, toi keskusteluihimme erilaisia näkökulmia.

Niin määrällisessä kuin laadullisessakin tutkimuksessa voidaan luotettavuutta tarkentaa käyttämällä useita menetelmiä, jolloin puhutaan triangulaatiosta. Tutkijatriangulaation mukaisesti toiminnallisessa tutkimuksessamme tuloksia keräämässä ja analysoimassa meitä oli kaksi. Metodisessa triangulaatiossa aineiston keräämisessä käytetään erilaisia menetelmiä, joihin meillä kuuluivat teema- ja avoin haastattelu sekä dialogi sekä osallistava havainnointi. (Hirsjärvi ym. 2009, 233.) Pyysimme sanallista palautetta toiminnastamme joka tiedonkeruutapaamisessa mukaan lukien mallin esittelytilaisuus. Emme keränneet palautetta strukturoidusti, vaan avoimen dialogisen keskustelun lomassa.

Oppimiskahvilan tulosten luotettavuutta olisi lisännyt nauhureiden käyttö ja niiden mahdollistamat suorat lainaukset. Toisaalta avasimme myös oppimiskahvilan ranskalaiset viivat ja omat havaintomme heti tilaisuuden jälkeen omaan tiedostoomme kokonaisiksi lauseiksi, jottemme unohtaisi yksityiskohtia. Lisäksi fläppitauluille tehdyt kirjaukset olivat oppimiskahvila-tilaisuudessa koko ajan osallistujien nähtävillä ja näin hyväksyttävänä tai korjattavina. Toimintatutkimuksemme luotettavuutta lisää se, että olemme pyrkineet perustelemaan työssä tekemiämme päätelmiä ja ratkaisuja mahdollisimman hyvin.

Opinnäytetyön luotettavuutta olisi vielä lisännyt, jos olisimme saaneet enemmän kadonneiden jäsenten tapaamisia. Jälkiviisaina totesimme, että olisimme voineet lähettää yhteydenottokirjeet kaikille niille, jotka olivat saamassamme nimelistassa suunnitelmaseminaaripäivänä. Perustelumme yhteydenottokirjeen lähettämiseksi aluksi vain neljälle jäsenelle oli eettisyys, sillä pelkäsimme aiheuttavamme pettymyksen, jos meillä ei olisi aikaa toteuttaa kaikkia tapaamisia. Vaihdoin kuitenkin työn edetessä suunnitelmaamme tavoittaa noin neljää kadonnutta jäsentä, kun päätimme kerätä tietoa aktiivijäseniltä ja työvalmentajilta oppimiskahvila-menettelmällä. Lopulta työn toiminnallinen osuus koostui neljästä tiedonkeruutapaamisesta, joista saimme kattavan aineiston.

Työn edetessä pidimme opinnäytetyöpäiväkirjaa, johon kirjasimme saamamme sanalliset palautteet, henkilökohtaista reflektiota, kysymyksiä, havaintoja ja ideoita matkan varrelta. Päiväkirjamateriaali tuki työmme luotettavuutta, sillä kirjauksia oli tehty suunnitelmaseminaarin palautteista, aineistonkeruutilanteista, sekä suunnitelmaseminaria varten tehdystä haastattelusta ja muiden Klubitalolla pidettyjen tapaamisten keskusteluista. Olisimme voineet pitää päiväkirjaa järjestelmällisemminkin, kuten tarkoituksemme oli alun perin. Monista kirjatuihin ajatuksiin ja muistiinpanoihin oli meille hyötyä työn kirjoittamisvaiheessa. Päiväkirjan sisältö on kirjoitettu pääosin heti tilanteiden jälkeen tuoreesta muistista ja osin myös tilanteiden aikana.

## 9.2 Työskentelyprosessin arviointi

Toimintatutkimuksen prosessi on tyypillisesti spiraalimainen, eli jatkuva sykli. Tutkimuksen eri vaiheet eivät aina etene suoraviivaisesti, kuten kuviosta 2 käy ilmi. Kehittämishankkeelle onkin tyypillistä tarve harkita tehtyjä valintoja uudestaan. (Salonen 2013, 14 - 15.) Työskentely voidaan myös nähdä kehänä, jossa perusteluvaihetta seuraavat organisointi-, toteutus- ja arviointivaihe (Rantanen & Toikko 2009, 66).



KUVIO 2. Kehittämishankkeemme työskentelyprosessin kuvaus

Helmikuusta elokuuhun 2016 toteutunut kehittämistoimintamme muodosti etsivän työn kehittämisprosessin ensimmäisen syklin. Lahden Klubitalo jatkaa prosessia käynnistäessään toiminnan mallimme pohjalta (Rantanen & Toikko 2009, 65). Siitä muodostuu uusia kehiä, joissa edellisen vaiheen tuotos arvioidaan aina uudelleen (Salonen 2013, 15).

Olimme työskentelymme edetessä joustavia tekemään suunnitelmaan muutoksia, sillä tiesimme niiden olevan tällaisessa tutkimuksessa tavallisia. Merkityksellistä oli myös, että työskentelymme toteutui hyvässä yhteistyössä ja vuorovaikutuksessa niin keskenämme, kuin klubitalolaistenkin kanssa. Koemme, että korkea motivaatiomme kehittää ja kehittyä, aktiivisuutemme ja sitoutumisemme tukivat yhteistyötämme ja siten koko kehittämisprosessia. Olemme tyytyväisiä siihen, miten onnistuimme sovittamaan aikataulumme ja pitämään toimeksiantajalle määrittelemämme aikataulun tinkimättä tutkimuksen laadusta. (Salonen 2013, 13 – 15, 18.)

### 9.3 Jatkotutkimus- ja kehittämisideat

Jo työn alkuvaiheessa meille heräsi paljon ideoita, miten etsivästä työstä saataisiin mahdollisimman toimiva. Opinnäytetyön laajuus, sekä määrittelemämme aikataulu eivät mahdollistaneet niin laajaa työtä, että olisimme ehtineet sisällyttää siihen kaiken haluamamme. Kirjoitammekin toteuttamatta jääneet kohdat kehittämis ehdotuksiksi tässä alaluvussa.

Ennen kuin etsivä työ voi käynnistyä on mallin pohjalta tarpeen vielä suunnitella etsivän työn perehdytys sekä työnohjaus. Etsivän työn perehdytyksessä hyödyllinen kehittämistyön tavoite olisi koulutus- tai perehdytysmateriaalin koonti. Työnohjaus on monella tavalla vaativaa työtä ja kehittämistyöstä voisi olla Lahden Klubitalolle hyötyä erityisesti siinä tapauksessa, että työnohjausta toteuttaa yhteisön sisältä tullut henkilö, jolla ei ole työnohjaajan koulutusta ja kokemusta. Hänen työtään voisi merkittävästi tukea esimerkiksi työnohjaajan opas tai erityisesti käytännönläheisen työnohjauksen vetämiseen keskittyvä työkirja.

Pidämme yhtenä jatkotutkimusaiheena etsivän työn vaikuttavuuden arviointia. Olisi hyödyllistä kohdistaa tutkimus sekä etsivään työhön osallistuneisiin kadonneisiin jäseniin, että etsiviin. Merkityksellistä olisi selvittää esimerkiksi, kuinka suuri vaikutus etsivällä työllä on jäsenten osallisuuteen ja toimintakykyyn ja kuinka kuormittavaa tai voimaannuttavaa etsivän työn toteuttaminen on. Yksi tärkeä ja mielenkiintoinen näkökulma tutkimukselle olisi myös etsivän työn vaikutus Lahden Klubitalon yhteisöllisyydelle kaiken kaikkiaan.

Laatimaamme listaa etsivän työn yhteydenpidon kirjaamista varten ei ole vielä testattu käytännössä. Saimme hyödyllistä palautetta mallin esittelytilaisuudessa, jonka perusteella muokkasimme alun perin kahdesta erillisestä listasta yhden, johon merkitään sekä sovittu säännöllinen yhteydenpito, että toteutetut yhteydenotot. Seurantaan käytettävien työkalujen kehittäminen resurssien tarpeen arviointia ja toiminnan kehittämistä varten voi silti tulla kyseeseen, mikäli käytäntö osoittaa listassamme puutteita.

Etsivä työ voi joskus vaatia etsiviltä suurtakin pitkäjänteisyyttä ennen, kuin kadonnut jäsen palaa Klubitalolle. Esitellessämme mallia Klubitalon väelle 12.8.2016 eräs jäsenistä totesi, että pitkään poissaolleille jäsenille on vuosia aiemmin lähetetty postikortti, jossa ilmaistiin välittäminen ja kutsuttiin Klubitalolle. Näistä kadonneista jäsenistä kuitenkin suuri osa kävi vain kerran kortin lähettämisen jälkeen. Kommentti vahvisti tulkintamme tehostetun huolenpidon tarpeesta oikeaksi. Huolenpidon valtti on suunnitelmallisuus. Risteyskohdassa, jossa etsivän työn tehostettu yhteydenpito loppuu, nousee Lahden Klubitalon tavallinen yhteydenpitojärjestelmä merkittävään rooliin entisten kadonneiden jäsenten kiinnittymiselle yhteisöön. Mallin esittelytilaisuudessa työvalmentajat totesivat, että yhteydenpitojärjestelmän systemaattisuutta pitäisi vielä parantaa. Tämä olisi Lahden Klubitalon jäsenten kuntoutumisen kannalta merkittävä kehittämiskohde.

Etsivä työ voi toimia vain, jos sille on tekijöitä. Tässä työssä etsivän työn markkinointi jäi sivurooliin. Vaikka se huomioitiin, on siinä paljon

kehittämisen mahdollisuuksia. Lahden Klubitalon etsivän työn markkinointi klubitaloyhteisön sisällä olisi hyödyllinen ja haastavakin aihe jatkokehitysprojektille, jossa moniammatillisuus olisi varmasti vahvuus. Tässä, kuten kahdessa edellisessä jatkokehittämisideassakin on erityisen tärkeätä olla käytännössä sisällä klubitalomallissa ja Lahden Klubitalon toiminnassa.

Jo alussa koimme, että etsivä työ ei nimensä perusteella avaa toiminnan tarkoitusta Klubitalolla. Tämä nousi esiin myös oppimiskahvilassa, jossa saimme esimerkiksi nimiehdotuksen ”Takaisin Kohti Klubitaloa – malli”. Käytimme lausetta huutomerkkin keralla mallin kansilehdessä. Emme lähteneet itse lanseeraamaan uutta nimeä, koska aikamme tässä projektissa ei siihen riittänyt. Sen sijaan ajattelimme uuden nimen suunnittelun olevan myöhemmin esimerkiksi mahdollisuus markkinoida etsivää työtä yhteisön sisällä nimikisan avulla. Nimen klubitalohenkisyys voisi helpottaa uuden toimintamuodon lanseeraamista yhteisön sisällä. Toisaalta koimme myös käyttämämme nimen osuvaksi, sillä etsivän työn tarkoitus on juuri etsiä kadonneita jäseniä, jotka tarvitsevat tehostettua yhteydenpitoa. Myös itse käyttämämme nimi saattaa lopulta löytää paikkansa klubitalolaisten keskuudessa, kun siihen totutaan ja aihe tulee tutuksi.

#### 9.4 Mallin käyttöönotto

Kuten olemme jo kuvailleet, olemme opinnäytetyömme tekovaiheessa ajatelleet myös keinoja, joilla voisimme tukea mallin tulemistä käyttöön mahdollisimman nopeasti sen valmistuttua. Koimme, että jokainen käyntimme Klubitalolla edisti etsivän työn tunnettavuutta ja loi siitä oikeita mielikuvia. Lisäksi käyntiemme ansiosta saimme paljon mallin muodostumiseen vaikuttanutta tietoa Lahden Klubitalon väeltä. Oppimiskahvilassa etsivän työn etuja kysyessämme pyrimme motivoimaan ja sitouttamaan klubitalolaisia etsivään työhön antaen heidän itsensä tuoda esiin työn positiivisia puolia ja ratkomalla yhdessä havaittuja haasteita.



Etsivän työn mahdollisimman menestyksekkäs toteuttaminen edellyttää koko klubitaloyhteisöltä uudenlaista yhteen hiileen puhaltamista yhteisöstä etäänntyneiden jäsenten ja tärkeää työtä tekevien etsivien tukemiseksi. Siksi pitkällä aikavälillä etsivä työ voi myös lisätä Lahden Klubitalon yhteisöllisyyttä kaiken kaikkiaan. Tämä on mahdollista, jos koko aktiivijäsenistö kannustaa ja kunnioittaa etsiviä työssään ja osallistuu etsivän työn kehittämiseen esimerkiksi viikoittaisessa Klubikokouksessa.

Jotta opinnäytetyön tuloksena syntynyt malli tukisi etsivän työn toteuttamista Lahden Klubitalolla, kiinnitimme huomiota sen lukijaystävällisyyteen eli visuaaliseen helppokäyttöisyyteen sekä selkeään ja puhuttelevaan kieliasuun. Saimme visuaalisesta ilmeestä positiivista palautetta mallin esittelytilaisuudessa. Asiasisällön tahdoimme olevan mahdollisimman informatiivinen ja samalla ytimekäs. Teimme mallin esittelytilaisuuden jälkeen tekstiin korjauksia, jotka lisäsivät kirjallisen ilmaisun selkeyttä ja täsmällisyyttä. Saamamme palautteen mukaan olemme onnistuneet ajattelemaan laajasti koko etsivän työn prosessia ja huomioimaan tässä vaiheessa kaiken tarvittavan.

Etsivää työtä toteuttamalla Lahden Klubitalo ottaa entistä vahvemmin paikkansa mielenterveyskuntoutumisen kentällä ja tukee yhteiskunnan hyvinvointia merkittävällä tavalla. Toiminnan laajentumista ajatellen ei kuitenkaan riitä, että Lahden Klubitalon väki on innostunut ja motivoitunut toteuttamaan tehostettua yhteydenpitoa kadonneisiin jäseniinsä mallimme pohjalta. Olemme pohtineet kehitystyömme alusta asti etsivän työn vaatimia aika- ja henkilöresursseja ja Lahden Klubitalon mahdollisuuksia vastata niihin. Jo oppimiskahvilassa sekä mallin esittelytilaisuudessa 12.8.2016 työvalmentajat visioivat työparin tai muutaman hengen tiimin olevan todennäköinen kokoonpano Lahden Klubitalon etsivässä työssä tässä vaiheessa. Viikoittaisessa klubikokouksessa 15.8.2016 etsivään työhön oli Lahden Klubitalon johtajan mukaan jo löytynyt ensimmäinen jäsen-etsivä –työpari. Jotta etsivä työ voisi tehostua, tarvitaan etsivien lisäksi kuitenkin rahoittajien tukea työn toteuttamiseen. Kotikäynnit ja muu Klubitalon ulkopuolella

tapahtuva toiminnallinen tuki sekä työnohjaus vaativat suuremmissa mittakaavassa lisäresursseja.

Etsivän työn täytyy sulautua osaksi Lahden Klubitalon arkea. Toivomme, että klubitalolaiset kehittävät tulosten perusteella syntyvää toimintamallia toiminnan käynnistyttyä ja kokemuksen karttuessa. On luonnollista, että käytäntö synnyttää tarpeen kehittää mallia edelleen. On tärkeää, että eri ajankohtia ja muita käytännön vaihtoehtoja kokeillaan rohkeasti tarpeen vaatiessa.

## LÄHTEET

Abrams, D., Hogg, M.A. & Marques, J.M. 2013. The Social Psychology of Inclusion and Exclusion. New York: Psychology Press.

Airas, E. 1979. Vapaiksi yhdessä. Psykoterapiaa ryhmässä. Helsinki: WSOY.

Clubhouse Europe. 2015. About us [viitattu 7.4.2016]. Saatavissa: <http://clubhouse-europe.org/about-us>

Eläketurvakeskus. 2016. Masennus vie yhä harvemman työkyvyttömyyseläkkeelle [viitattu 11.4.2016]. Saatavissa: <http://www.etk.fi/tiedote/masennus-vie-yha-harvemman-tyokyvyttomyyselakkeelle/>

ENO-hanke. 2012. Kuuntelu ja kuuntelemisen taito [viitattu 9.6.2016]. Saatavissa: [https://www.takk.fi/fileadmin/user\\_upload/pdf/hankkeet\\_pdf/ENO\\_Kasikirja\\_010212.pdf](https://www.takk.fi/fileadmin/user_upload/pdf/hankkeet_pdf/ENO_Kasikirja_010212.pdf)

ETENE. 2014. Vapaaehtoistoiminnan etiikka – ETENEn kannanotto [viitattu 12.7.2016]. Saatavissa: <http://etene.fi/documents/1429646/1556041/Kannanotto+vapaaehtoistoiminnan+etiikasta.pdf/699021f0-dbca-4a81-8fc9-2f91ce31221f>

Forss, P. & Vatula-Pimiä, M-L. 2014. Sosiaalinen turva ja hyvinvointi. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Heikkilä, J. & Heikkilä, K. 2001. Dialogi – Avain innovatiivisuuteen. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Heikkinen-Peltonen, R., Innamaa, M. & Virta, M. 2014. Mieli ja terveys. Helsinki: Edita publishing Oy.

Hietaharju, P. & Nuutila, M. 2016. Käytännön mielenterveyspsykiatria. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Huhtajärvi, P. 2007. Ammatillinen etsivä työ. Teoksessa Hoikkala, T. & Sell, A. (toim.) Nuorisotyötä on tehtävä. Menetelmien perustat, rajat ja mahdollisuudet. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 76. Helsinki: Nuorisotutkimusseura ry, 446 - 457.

Hänninen, E. 2015. Vates-säätiö / Tiedolla vaikuttaminen –projekti. Klubitalojen tietoisuus kuntamarkkinoilla 10.9.2015 [viitattu 17.4.2016]. Saatavissa: [http://www.vates.fi/media/esko-h\\_esitys-kuntamarkkinoilla-10-9-2015.pdf](http://www.vates.fi/media/esko-h_esitys-kuntamarkkinoilla-10-9-2015.pdf)

Hänninen, E. 2016. Minun mieleni tekevi. Mielenterveyskuntoutujien Klubitalot 20 vuotta Suomessa. Helsinki: Lönnberg Oy.

Häyrinen, E. 2016. Tavoitteellista valmennusta työhön ja koulutukseen. Kaupunkilainen, Lahden kaupungin tiedotuslehti 2/2016.

Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. 2012. Perheen parhaaksi. Perhetyön arkea. Helsinki: Edita.

Kettunen, R., Kähäri-Wiik, K., Vuori-Kemilä, A. & Ihalainen, J. 2009. Kuntoutumisen mahdollisuudet. Helsinki: WSOYpro Oy.

Kokkonen, R., Niemioja, L. & Vaahtiala, R. 2016. Työvalmentajien haastattelu. Lahden Klubitalo. Lahti. 15.4.2016.

Korhonen, M., & Lång, M. 2006. ”Työnohjauksessa jotenkin saadaan niitä sisäisiä kieliä vireeseen”. Työnohjaus ammatillisen ja persoonallisen kasvun sekä työssä jaksamisen edistäjänä. Erityispedagogiikan pro gradu – tutkielma. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Erityispedagogiikan laitos.

Kuhanen, C., Oittinen, P., Kanerva, A., Seuri, T. & Schubert, C. 2013. Mielenterveyshoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Kuhanen, C. & Kanerva, A. 2013. Potilaan ja hoitajan hoidollinen yhteistyösuhde. Teoksessa Kuhanen, C., Oittinen, P., Kanerva, A., Seuri, T., Schubert, C. (toim.) Mielenterveyshoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Kuula, A. 2012. Tutkimusetiikka : aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.

Kähäri-Wiik, K., Niemi, A. & Rantanen, A. 2007. Kuntoutuksella toimintakykyä. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Lahden Klubitalo. 2016a. Esittely [viitattu 5.4.2016]. Saatavissa: <http://www.phklubitalot.fi/esittely/>

Lahden Klubitalo. 2016b. Historia [viitattu 14.4.2016]. Saatavissa: <http://www.phklubitalot.fi/historia/>

Lahden Klubitalo. 2016c. Standardit [viitattu 5.4.2016]. Saatavissa: <http://www.phklubitalot.fi/standardit/>

Lahden Klubitalo. 2016d. Etusivu [viitattu 8.7.2016]. Saatavissa: <http://www.phklubitalot.fi/>

Laki yksityisestä terveydenhuollosta 152/1990. Annettu Helsingissä 9.2.1990.

Lääti, S. 2013. Sosiaalinen hyvinvointi mielenterveyskuntoutujan elämässä. Tutkimus sosiaalisen hyvinvoinnin merkityksistä nuorempien ja varttuneiden mielenterveyskuntoutujien keskuudessa. Sosiaalityön pro gradu -tutkielma. Helsinki: Helsingin yliopisto. Sosiaalitieteiden laitos.

Mielenterveyden keskusliitto. 2016a. Mielenterveysbarometri 2015 [viitattu 11.4.2016]. Saatavissa: <http://mtkl.fi/wp-content/uploads/2015/11/Mielenterveysbarometri-2015.pdf>

Mielenterveyden keskusliitto. 2016b. Vertaistoiminta. [viitattu 8.4.2016] Saatavissa: <http://mtkl.fi/palvelut/vertaistoiminta/>

Mielenterveyden keskusliitto. 2016c. Mitä teemme [viitattu 11.7.2016]?

Saatavissa: <http://mtkl.fi/liitto/>

Mielenterveyslaki 1116/1990. Annettu Helsingissä 14.12.1990.

Mielenterveysseura. 2016. Miten masennuksesta voi toipua [viitattu 16.7.2016]. Saatavissa:

<http://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/mielenterveyden-h%C3%A4iri%C3%B6t/masennus/miten-masennuksesta-voi-toipua>

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

Murto, K. 2013. Terapeuttinen yhteisö. Porvoo: Kari consulting Oy.

Mykkänen-Hänninen, R. 2007. Vapaaehtoistyön rajapinnoilla. Helsinki: Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia.

Neuvokas. 2016. Päijät-Hämeen Klubitalot ry, Lahden Klubitalo [viitattu 7.4.2016]. Saatavissa: <http://www.neuvokas.org/sosiaali-ja-terveysalan-yhdistyksia/paijat-hameen-klubitalot-ry-lahden-klubitalo/>

OKM. 2016. Etsivä nuorisotyö [viitattu 8.7.2016]. Saatavissa:

[http://www.minedu.fi/OPM/Nuoriso/nuorisotyoen\\_kohteet\\_ja\\_rahoytus/etsiva\\_nuorisotyoy/](http://www.minedu.fi/OPM/Nuoriso/nuorisotyoen_kohteet_ja_rahoytus/etsiva_nuorisotyoy/)

Peavy, R. V. 2006. Sosiodynaamisen ohjauksen opas. Helsinki: Psykologien Kustannus Oy.

Perttula, M. 2016. Pelkkänä korvana. Tehy 02/2016, 34 - 37.

Porkka, S-T. 2009. Työnohjaamisen taito. Oppikirja vapaaehtoistyön työnohjaajalle. Helsinki: SMS-Tuotanto Oy.

Puuronen, A. 2014. Etsivän katse. Etsivä nuorisotyö ammattina ja ammattialan kehittäminen – näkökulmia käytännön työstä. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura

Päijät-Hämeen Klubitalot ry. 2015. Vuosikertomus. [8.8.2016]. Saatavissa: <http://www.phklubitalot.fi/wp-content/uploads/2016/01/VUOSIKERTOMUS-2015.pdf>

Rantanen, T. & Toikko, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Tampere: Tampere University Press.

Riikonen, E. 2008. Mielenterveyskuntoutus, asiantuntijuus ja voimanlähteet. Teoksessa Rissanen, P. Kallaranta, T. & Suikkanen. A (toim.) Kuntoutus. Helsinki: Duodecim.

Rissanen, P. 2007. Skitsofreniasta kuntoutuminen. Helsinki : Mielenterveyden keskusliitto 2007.

Romakkaniemi, M. 2010. Toimijuus masennuksen sosiaalisuutta jäsentämässä. Janus vol. 18 (2) 2010, 137 - 152.

Romakkaniemi, M. 2011. Masennus. Tutkimus kuntoutumisen kertomusten rakentumisesta. Akateeminen väitöskirja. Rovaniemi: Lapin yliopisto.

Rönkkö, L. & Rytönen, T. 2010. Monisäikeinen perhetyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turun ammattikorkeakoulun puheenvuoroja 72. Turku: Turun ammattikorkeakoulu.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2010. Sosiaalisesti kestävä Suomi 2020. Sosiaali- ja terveyspolitiikan strategia [viitattu 6.4.2016]. Saatavissa: <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/73418/URN%3aNBN%3afi-fe201504223250.pdf?sequence=1>

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2016. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2009 - 2015. Suunnitelman loppuarviointi ja ohjausryhmän ehdotukset [viitattu 17.4.2016]. Saatavissa:

[http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74820/1004164MIELENTERVEYS\\_JA\\_PIHDESUUNNI1487308985.pdf?sequence=1](http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74820/1004164MIELENTERVEYS_JA_PIHDESUUNNI1487308985.pdf?sequence=1)

Suokas, M. & Lievonen, E. 2014. Lahden Klubitalon toiminnan kehittäminen: poisjääneiden jäsenten näkökulma. Hoitotyön opinnäytetyö. Lahti: Lahden ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysalan laitos.

Suomen Klubitalot ry. 2016a. Historia. Toiminnan taustaa [viitattu 5.4.2016]. Saatavissa: [http://www.suomenklubitalot.fi/?page\\_id=48](http://www.suomenklubitalot.fi/?page_id=48)

Suomen Klubitalot ry. 2016b. Laatusuositukset. Klubitalotoiminnan kansainväliset standardit v. 2011 - [viitattu 5.4.2016]. Saatavissa: [http://www.suomenklubitalot.fi/?page\\_id=17](http://www.suomenklubitalot.fi/?page_id=17)

Tenhunen, T. 2015. Myötätuntouupuminen kriisipuhelimen tukihenkilöiden uhkana. Teoksessa Porkka, S-T. & Tenhunen, T. (toim.) Vapaaehtoistyön työnohjauksen erityispiirteitä. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.

Toivio, T. & Nordling, E. 2013. Mielenterveyden psykologia. Edita Publishing Oy. Porvoo.

Tuomi, J. & Sarajjärvi, A. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Vilen, M., Leppämäki, P., Ekström, L. 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi

Virtuaaliammattikorkeakoulu. 2016. Monimuotoinen / toiminnallinen opinnäytetyö [Viitattu 15.4.2016] Saatavissa: <http://www2.amk.fi/digma.fi/www.amk.fi/opintojaksot/030906/1113558655385/1154602577913/1154670359399/1154756862024.html>



Väisänen, L., Niemelä, M., Suua, P. 2009. Sanat työssä. Vuorovaikutus ammattitaitona. Helsinki: Kirjapaja.

Ward, M.F. 1988. Psykiatrinen hoitosuunnitelma. Helsinki: WSOY.

WHO. 2010. Community-Based Rehabilitation: CBR Guidelines 2010

[viitattu 9.6.2016]. Saatavissa:

[http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44405/9/9789241548052\\_introduction\\_eng.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44405/9/9789241548052_introduction_eng.pdf)

WHO. 2013a. Mental Health Action Plan 2013-2020 [viitattu 8.6.2016].

Saatavissa:

[http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/89966/1/9789241506021\\_eng.pdf?ua=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/89966/1/9789241506021_eng.pdf?ua=1)

WHO. 2013b. The European Mental Health Action Plan [viitattu 8.6.2016].

Saatavissa:

[http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0004/194107/63wd11e\\_MentalHealth-3.pdf?ua=1](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0004/194107/63wd11e_MentalHealth-3.pdf?ua=1)

## LIITTEET

LIITE 1. Lahden Klubitalon etsivän työn malli

LIITE 2. Oppimiskahvila

LIITE 3. Yhteydenottokirje

LIITE 4. Etsivän työn yhteydenpito

LIITE 5. Etsivän työn toimintasuunnitelma

# ETSIVÄN TYÖN MALLI LAHDEN KLUBITALOLLE

## SISÄLLYS

Johdanto .....	3
Mitä etsivä työ on? .....	4
Milloin sitä tehdään? .....	4
Miten sitä tehdään?.....	5
Yhdessä tekeminen .....	5
Vapaaehtoisuus .....	5
Luottamuksellisuus .....	6
Toiminnallisuus ja Klubi-lähtöisyys .....	6
Ensimmäinen yhteydenotto .....	7
Etsivän työn systemaattisuus.....	7
Vuorovaikutus osana etsivää työtä.....	8
Etsivän työn tapaamiset .....	8
Yhteydenotot .....	10
Tehostettu huolenpito yhteisöön palaamisen jälkeen .....	11
Perehdytys .....	12
Työnohjaus.....	13
Etsivän työn markkinointi klubi yhteisössä.....	14
Lähteet:.....	15
Liitteet.....	16

## SANASTO

- **KADONNUT JÄSEN** = JÄSEN, JOKA ON OLLUT POISSA KLUBILTA YLI KUUKAUDEN
- **AKTIIVIJÄSEN** = JÄSEN, JOKA KÄY KLUBILLA VÄHINTÄÄN KERRAN KUUKAUDESSA
- **ETSIVÄ** = ETSIVÄÄ TYÖTÄ TOTEUTTAVA JÄSEN TAI TYÖVALMENTAJA
- **TEHOSTETTU YHTEYDENPITO** = ETSIVÄ TYÖ, ELI KAIKKI ETSIVÄN TYÖN KONTAKTIT KADONNEESEEN JÄSENEEN

Etsivän työn tehtävä on etsiä, löytää ja auttaa tuen tarpeessa olevia yhteisön jäseniä. Tarkoituksena on tarjota matalan kynnyksen tukea, joka vahvistaa tuettavan elämänhallintaa ja osallisuutta lähiyhteisöissä, sekä yhteiskunnassa. Etsivä työ pohjautuu aina vapaaehtoisuuteen ja vaitiolovelvollisuuteen. Kyse on myös vuorovaikutuspainotteisesta tukemisesta, jossa luottamus luo edellytyksiä psykososiaaliselle muutostyölle. Etsivän työn onnistumisen edellytys on niin tukijan kuin tuettavankin usko muutoksen mahdollisuuteen, sekä kyky löytää niitä vahvuuksia, jotka auttavat muutosprosessissa. Etsivässä työssä tuettava saa kokemuksen aidosta välittämisestä ja ymmärretyksi tulemisesta. (Huhtajärvi 2007, 446, 448.)

Lahden Klubitalo toteuttaa etsivää työtä siksi, että joskus jäsenet eivät enää pääse kotoa klubitaloyhteisön pariin, vaikka haluaisivat. Ajan pitkittyessä kynnyks palata kasvaa ja aloitekyky laskee. Tällaisissa tilanteissa etsivän työn tehostettu yhteydenpito vie klubitaloyhteisön lähelle kadonnutta jäsentä.

Lahden Klubitalon etsivän työn tärkeimpiä tehtäviä on kannustaa ja näin tukea kadonneita jäseniä ottamaan tarvittavat askeleet päästäkseen takaisin yhteisön pariin. Se on simppeleä ihmiseltä ihmiselle toimintaa, jota tehdään omalla persoonalla jäsentoverin hyväksi.

Tämä on Lahden Klubitalolla toteutettavan etsivän työn malli, joka on syntynyt kevään ja kesän 2016 aikana toiminnallisen opinnäytetyömme tuotoksena. Malli sisältää ne elementit, joista Lahden Klubitalon etsivä työ koostuu sen käynnistyessä. Mallia saa ja on tärkeätä päivittää toiminnan kehittyessä, jotta se hyödyttää klubitalolaisia.

Etsivän työn intoa!

- Veera Kataja ja Inkeri Lehtimäki



## MITÄ ETSIVÄ TYÖ ON?

Etsivä työ Lahden Klubitalolla tarkoittaa pääpiirteissään kadonneisiin jäseniin tehtyjä yhteydenottoja ja yhteydenpitoa eri yhteydenottokanavien kautta; soittamalla, lähettämällä sähköpostia tai (teksti)viestejä. Tehostettuun yhteydenpitoon kuuluu myös kadonneiden jäsenten tapaamisia. Toiminnan tavoitteena on aina tukea kadonnutta jäsentä palaamaan klubitaloyhteisön pariin.

### Lahden Klubitalon etsivä työ pähkinäkuoressa:

- Ihmiseltä ihmiselle -tukityötä
- Tarkoituksena halukkaiden kadonneiden jäsenten osallisuuden lisääminen
- Toteuttajina Lahden Klubitalon työvalmentajia ja aktiivijäseniä
- Etsivä työ on tiimityötä Klubitalolla ja sen ulkopuolella
- Toteutus kerran viikossa tiettyyn aikaan
- Jokainen uusi etsivä perehdytetään
- Toimintaan kuuluu tehostettu yhteydenpito, etsivän työn tapaamiset sekä työnohjaus
- Toiminnan peruseriaatteita ovat: vuorovaikutuksellinen tukeminen, työparitoiminta, vapaaehtoisuus, keskusteluiden luottamuksellisuus, toiminnallisuus ja Klubi-lähtöisyys

## MILLOIN SITÄ TEHDÄÄN?

Etsivää työtä toteutetaan kerran viikossa tiettyinä päivinä ja kellonaikana, alustavasti torstaisin klo 13:00 - 15:00.

**Klubitalojen standardin numero seitsemän** mukaan ” Klubitalolla on tehokas järjestelmä yhteyden pitämiseksi niihin jäseniin, jotka eivät käy Klubitalolla, alkavat eristäytyä yhteiskunnasta tai ovat sairaalahoidossa” (Klubitalojen kansainväliset laatusuositukset 2015).

**Peruseriaatteena** etsivät ottavat yhteyttä jäseneseen silloin, kun tämä on ollut poissa Klubitalolta yli kuukauden ja uskotaan, että kadonnut jäsen voisi hyötyä tehostetusta yhteydenpidosta tukena klubitaloyhteisöön palaamisessa. Etsivät selvittävät yhteydenotolla kadonneen jäsenen oman näkemyksen tämän etsivän työn tarpeesta ja toiveesta ja etenevät sen mukaan.

Lahden Klubitalon etsivän työn käynnistyessä **jäsenlomakkeen yhteydenpito-osioon** lisätään etsivän työn valintamahdollisuus. Näin uudet jäsenet voivat ilmaista jo Klubitalon jäseneksi liittymisvaiheessa halukkuutensa etsivään työhön, mikäli heidän psyykkisessä voinnissaan tapahtuu muutos, eivätkä he pysty ilman tukea lähtemään Klubitalolle. (Oppimiskahvila). Valinta ei ole kuitenkaan sitova, vaan muuttuvat elämäntilanteet otetaan tietenkin huomioon.

Jäsenlomaketta täytettäessä jäsenehdokkaalle kerrotaan mahdollisimman konkreettisesti mistä etsivässä työssä on kyse, jotta hän tietää, mitä odottaa. Mikäli jäsenelle on liittymisvaiheessa esitelty etsivä työ, eikä hän ole jäsenhakemusta täyttäessään toivonut etsivän työn tehostettua yhteydenpitoa, **tarkistetaan** hänen

halunsa tehostetulle yhteydenpidolle joka tapauksessa yhteisöllisen huolenpidon nimissä ja kadonneen jäsenen osallisuuden tukemiseksi. Hänen toiveensa tarkistetaan hienovaraisesti **kertaluontoisella yhteydenotolla**.

## MITEN SITÄ TEHDÄÄN?

### YHDESSÄ TEKEMINEN

Työparitoiminta on käytössä **aina** etsivän työn tapaamisissa. Yhteydenottojakin pyritään tekemään yhdessä, **vähintään** kahden hengen voimin. Suurempi kokoonpanokin käy hyvin.

**Etsivät tarvitsevat työssä toisiaan!** He saavat toisistaan tärkeitä tukea ja turvaa, sekä työhön laajempaa näkökulmaa. Tasavertainen kunnioittava ja toimiva yhteistyö toisen kanssa voi kasvattaa itseluottamusta. Yhteistyö voi antaa etsiville voimia ja tuoda työhön lisää mielekkyyttä. Työvalmentaja ja aktiivijäsen hyötyvät toistensa asiantuntijuudesta. Oppimalla, esimerkiksi tarkastamalla asioita aktiivijäseneltä, työvalmentaja voi kasvattaa ammatillisuuttaan. (Rissanen 2007, 171 - 174.)

### VAPAAEHTOISUUS

Avun tarjoamisen pitäisi aivan poikkeuksellisia hätätilanteita ja ihmiseen kohdistuvaa välitöntä vaaraa lukuun ottamatta tapahtua pakottamatta ja tungettelematta, välttämällä tarpeetonta ihmisten asioihin puuttumista (Peavy 2006, 37) Osallisuus on nimittäin myös sitä, että ihmisellä on mahdollisuus osallistua tai kieltäytyä yhteistyöstä (Rönkkö & Rytönen 2010, 52). Jokaisen tilanne, tuen tarve ja halu ovat erilaisia ja jokainen mielenterveyskuntoutuja joutuukin itse miettimään, mitkä asiat juuri hänen kohdallaan edistävät toipumista (Mielenterveysseura 2016). Lahden Klubitalon etsivät tahtovat aina kunnioittaa kadonneen jäsenen itsemääräämisoikeutta ja vapaaehtoisuutta osallistua etsivään työhön. **Vapaaehtoisuus** on etsivän työn **peruseriaatteita** (Huhtajärvi 2007, 446).

Vapaaehtoisuus perustuu myös **Klubitalojen standardiin numero kolme**:

”Jäsenet valitsevat, kuinka he hyödyntävät Klubitaloa ja keiden henkilökuntaan kuuluvien kanssa he työskentelevät. Jäseniä ei veloiteta osallistumiseen sopimusten, aikataulujen tai sääntöjen avulla.” (Klubitalojen kansainväliset laatusuositukset 2015.)

Etsivään työhön mukaan lähteneen **kadonneen jäsenen on tärkeää tietää ja kokea**, että hän voi milloin tahansa lopettaa etsivän työn tapaamiset, sekä muun yhteydenpidon, **vaikka tavoitteena** on mahdollisimman vahva **molemminpuolinen sitoutuminen** yhteistyöhön (Oppimiskahvila). **Myöskään aktiivijäseniä ei veloiteta** mukaan etsivään työhön etsivän roolissa, vaan osallistuminen on vapaaehtoista. Aktiivijäsenellä on oikeus vielä etsivän työn perehdytyksessä päättää lähtemisestään mukaan etsivätiimiin. Mikäli aktiivijäsen ryhtyy etsiväksi, on hänellä myös etsivänä toimiessaan oikeus keskeyttää toiminta, jos muuttuvat elämäntilanteet eivät mahdollista omaa ja kadonneen jäsenen kuntoutumista tukevaa etsivää

työtä. Vaikka vahvaan sitoutumiseen pyritään, etsivällä työllä halutaan **ennen kaikkea tukea kaikkien jäsenten kuntoutumista!** Tästä lisää myöhemmin.

**Huom:** Mahdollisimman vahva sitoutuminen on kuitenkin kaikkien parhaaksi: Sitoutuminen mahdollistaa työn sujuvan toteutumisen ja lisää kadonneiden jäsenten luottamusta toimintaan, sekä etsivän työn vaikuttavuutta.



---

## LUOTTAMUKSELLISUUS

Vaitioloovelvollisuus ja **luottamuksellisuus** ovat vapaaehtoisuuden ohella etsivän työn **peruseriaatteita** (Huhtajärvi 2007, 446). Luottamuksellinen suhde on **vuorovaikutuksellisen tukemisen merkityksellisimpiä asioita** ja sen **syntyminen voi kestää** useita tapaamiskertoja (Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä & Virolainen 2012, 166). Luottamuksellisuuden rikkominen voi viedä pohjan toiminnan jatkamiselta. Tieto keskusteluiden luottamuksellisuudesta vahvistaa tuettavan uskallusta tukeutua etsivään ja siksi se tuodaan aina keskusteluissa esiin (Huhtajärvi 2007, 446).

Lahden Klubitalon etsivään työhön osallistuvia työvalmentajia koskee Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten tiukka henkilökohtaisten tietojen salassapitovelvollisuus. Sama luottamuksen vaatimus koskee myös vapaaehtoistyötä, mitä Lahden Klubitalon etsivä työ on etsiväksi ryhtyneiden jäsenten osalta. (ETENE 2014, 7.)

Tämä tarkoittaa sitä, että Lahden Klubitalon etsivät ovat vaitioloovelvollisia siitä, mitä ovat etsivässä työssä saaneet tietää **kadonneen jäsenen terveydentilasta, hoidosta tai muista vastaavista henkilökohtaisista asioista. Vaitioloovelvollisuus jatkuu** senkin jälkeen, jos etsivää työtä toteuttanut klubitalolainen jää pois toiminnasta. (Laki yksityisestä terveydenhuollosta 1990/152, 12§.)

**Huom:** Jäsenen osallistuminen etsivään työhön ei sinänsä ole salaista tietoa.

---

## TOIMINNALLISUUS JA KLUBI-LÄHTÖISYYS

Etsivien ja kadonneiden jäsenten yhteistyön tarkoitus on aina sama: tuoda kadonnut jäsen sopivin askelin takaisin Klubitalo-yhteisön pariin. Etsivän työn Klubi-lähtöisyys tarkoittaa juuri sitä, että toiminnassa tähdätään tietoisesti jäsenkohtaisin keinoin kadonneen jäsenen Klubitalolle palaamiseen. Keskustelua ohjataan Klubilla tapahtuviin asioihin ja yritetään tuoda kadonnutta jäsentä kärsivällisesti askel askeleelta **takaisin kohti Klubitalon aktiviteetteja.**

Etsivän työn tapaamiset toteutuvat jäsenkohtaisesti joko Klubitalolla tai sen ulkopuolella. Työn toiminnallisuutta voi olla esimerkiksi kahvilla tai puistossa käynti yhdessä (Oppimiskahvila). Kadonneen jäsenen tapaamisissa pyritään kadonneen jäsenen voimavarojen mukaan **tekemään yhdessä arkisia asioita**, mikä tukee hänen oman toimijuutensa kasvamista. Kun kadonnut jäsen on halukas, toiminta siirtyy Klubitalolle.



Toiminnallisuutta edellyttää tietenkin kunnioittava tasavertainen keskustelu etsivän ja kadonneen jäsenen välillä. Yhteistyön tavoitteet syntyvät juuri vuoropuhelussa, jossa kadonnutta jäsentä kuuntelemalla selviävät hänen toivonsa ja toisaalta etsivän työn suomat mahdollisuudet. Tästä lisää vuorovaikutus-kappaleessa.

**Suunnitelmallisuus selkeyttää toimintaa.** Siksi etsivät ja kadonnut jäsen tekevät ensimmäisessä tapaamisessaan yhteistyölleen yksinkertaisen kadonnutta jäsentä motivoivan **toimintasuunnitelman** (LIITE 1) mikäli kadonnut jäsen toivoo tapaamiselle jatkoa.

Toimintasuunnitelman laatiminen yhdessä voi lisätä kadonneen jäsenen sitoutumista etsivään työhön, mikä lisää työn vaikuttavuutta ja mielekkyyttä. Kadonneen jäsenen näkemysten kuuleminen oman elämänsä asiantuntijana luo tasavertaisen ilmapiirin, viestii kunnioituksesta ja vahvistaa kadonneen jäsenen kuulluksi tulemisen tunnetta (Ward 1988, 31 - 35).

**Huom:** Etsivässä työssä on hyvä pitää aina mielessä, että jokaisen ihmisen tilanne, tarpeet ja voimavarat ovat erilaiset ja muuttuvat. Toimintasuunnitelman paikkansa pitävyys ja motivaatio siihen on hyvä siksi tarkistaa kadonneelta jäseneltä joka tapaamisessa.

---

## ENSIMMÄINEN YHTEYDENOTTO

Ensimmäinen yhteydenotto tapahtuu niin, että kadonneeseen jäseneseen ollaan ensin yhteydessä **ennakkokirjeellä** tai -viestillä hänelle sopivimmaksi katsotulla tai tiedetyllä tavalla siis joko kirjeitse, sähköpostitse tai Facebookin kautta. Kadonneelle jäsenelle kerrotaan näin ennakkoon etsivän työn ideasta ja annetaan mieltä asiaa rauhassa. Ennakkokirjeen **liitteeksi** laitetaan **KlubiLahti-lehti** (Oppimiskahvila).

**Viikon kuluttua** ensimmäisestä yhteydenotosta  **yritetään saada yhteys** kadonneeseen jäseneseen puhelimitse, kuten ennakkokirjeessä tai – viestissä hänelle oli kerrottu.

**Mikäli kahden päivän kuluessa** jälkimmäisen yhteydenoton jälkeen ei saada kadonneeseen jäseneseen yhteyttä, **lähetetään hänelle viesti**, jossa kerrotaan hänen voivan olla yhteydessä, kun itse niin haluaa, sekä muistutetaan hänen olevan aina tervetullut Klubitalolle. Lisää yhteydenotosta vuorovaikutus-kappaleessa.

---

## ETSIVÄN TYÖN SYSTEMAATTISUUS

Kadonneen jäsenen on mahdollisuus toivoa etsiviltä säännöllistä yhteydenpitoa, jota toteutetaan soittamalla, sähköpostitse, tekstiviestillä tai sovitulla tapaamisella. Yhteydenpidon **säännöllisyys ja luotettavuus lisäävät** etsivän työn **vaikuttavuutta** tuoden säännöllistä sosiaalista kontaktia kadonneen jäsenen elämään ja kasvattaen näin hänen osallisuuden tunnettaan ja lisäten rohkeuttaan palata Klubitalolle.

Yhteydenpidon säännöllisyys varmistuu siten, että kadonneen jäsenen **toive** säännöllisestä etsivän työn yhteydenpidosta kirjataan ylös etsivien viikoittaista työtä varten **Etsivän työn yhteydenpito -listaan** (LIITE 2). Samaan listaan kirjataan **tehdyt yhteydenotot ja tapaamiset**. Vanhat listat kannattaa säilyttää kausittaista seuranta varten. Tapaamisten toteuttamista selkeyttää etsivien oma **tapaamiskalenteri**, johon seuraava sovittu tapaaminen merkitään ylös. Kalenteri voi olla mukana tapaamisissa.

### ETSIVÄN TYÖN TAPAAMISET

**Etsivä työ on vahvasti vuorovaikutukseen perustuvaa tukityötä**, jossa on hyötyä myös intuitiosta ja luovuudesta (Porkka 2009, 167). Niitä voi käyttää esimerkiksi silloin, kun suunnitellaan kadonneen jäsenen kanssa yhteistyön sisältöjä tai silloin, kun mietitään keinoja houkutellessa häntä Klubitalon toimintaan.

**Keskusteluissa kadonneen jäsenen kanssa** kiireetön tunnelma luo mahdollisuuden avoimelle vuoropuhelulle.

Kadonnut jäsen itse valitsee, mitä asioita jakaa, ja kuinka luottamukselliseksi kontakti etenee. Uskallusta tukeutua työntekijään ja käyttää häntä apuna edistää tietoa siitä, että käydyt keskustelut ovat luottamuksellisia. Niinpä luottamuksellisuus kannattaa tuoda esiin joka tapaamisessa. **Etsivä työ perustuu** uskoon muutoksen mahdollisuudesta, myönteiseen uteliaisuuteen yhteistyön suhteen ja vuorovaikutukselliseen suhteeseen. **Sen tavoitteena on** saada aikaan muutoksia sekä kadonneen jäsenen sisäiseen psyykkiseen elämään, että ulkoiseen elämäntilanteeseen ja sen hallintaan. (Huhtajärvi 2007, 446, 448.)

**Etsivien vuorovaikutuksessa olennaista on** vilpittömyys ja aidon kiinnostuksen ja välittämisen näyttäminen kadonneelle jäsenelle (Oppimiskahvila). Vuorovaikutukseen pohjaavassa tukityössä tuettava tunnistaa herkästi tukijan aitouden ja sitoutuneisuuden. (Romakkaniemi 2010, 144.) Vähättely tai sivuuttaminen eivät kuulu arvostavaan kohtaamiseen, vaan jokaisen kokemukset, tunteet ja kuulumiset otetaan vakavasti ja kunnioitavasti. Voinnista kysellään neutraalisti (Oppimiskahvila).

### KUUNTELEMINEN

Auttamisprosessi kaikessa ohjaustyössä perustuu kunnolliseen **kuuntelemiseen**; Syvälinen keskittynyt kuuntelu on väkevin yksittäinen väline, joka auttajalla on käytettävissään. (Peavy 2006, 65.) Kun kadonnutta jäsentä **kuunnellaan aktiivisesti**, hänen puheestaan voidaan poimia asioita, mistä keskustella (Oppimiskahvila). Kuuntelemalla aktiivisesti ja hyödyntämällä olemassa olevia tietoja kadonneen jäsenen kiinnostuksen kohteista pystytään ehdottamaan juuri häntä kiinnostavaa toimintaa. Tapoja on, ja voi kehittää monia!

Etsivässä työssä voi hyödyntää alla olevaa kuuntelemisen ABC:tä aktiivisen kuuntelun tukena:

#### ***Kuuntelemisen abc***

- 1. Kun kuuntelet, ota katsekontakti kuunneltavaan. Osoita, ettei ole kiirettä.*
- 2. Kun toinen puhuu, näytä, että kuuntelet. Nyökkäile, myönteile, tai ääntele.*
- 3. Kysy välillä tarkentavia kysymyksiä.*
- 4. Vältä ohjeiden antamista.*
- 5. Jos osaat tiivistää toisen puheenvuoron, olet kuunnellut hyvin.*

*(Perttula 2016.)*

---

## KOKEMUSTEN JAKAMINEN

**Samankaltaisten kokemusten jakaminen voi** Järvisen ym. (2012, 166) mukaan auttaa hyvän suhteen kehittämisessä, mutta siinäkin tulee muistaa, ettei tukijan kokemusten tulisi viedä tilaa tuen saajan kokemuksilta, jotka voivat myös olla hyvin erilaisia kuin tukijan.

**Etsivien onkin kyettävä erottamaan** omat elämäntarinansa, tunteensa ja ratkaisunsa tuettavan tilanteesta (Mykkänen-Hänninen 2007, 26). Omia kokemuksia ei kannata liikaa verrata kadonneen jäsenen kokemuksiin, vaikka toisikin esille ymmärtävänsä tätä. Omia tapoja selviytyä vaikeista ajoista kannattaa tuoda esiin vaihtoehtoina, joita kadonnut jäsen voi pohtia.

---

## KÄRSIVÄLLISYYS

Johtuen kadonneiden jäsenten hyvinkin erilaisista tilanteista ja tarpeista voi työ vaatia etsiviltä paljonkin kärsivällisyyttä. **Muutos ei tapahdu hetkessä**, eikä asioita tule myöskään pyrkiä ratkaisemaan kerralla. (Oppimiskahvila.) Siksi etsivien on tärkeää kärsivällisesti **tukea ja kannustaa** kadonnutta jäsentä ensisijaisesti **löytämään ratkaisut itse**, sillä onnistumisen kokemukset lisäävät uskoa omaan toimintaan.

Ihmisen passivoituminen, riittämättömyden tunteen kasvaminen ja itsearvostuksen laskeminen voivat olla seurausta myös muiden liiallisesta huolehtimisesta (Kähäri-Wiik, Vuori-Kemilä & Ihalainen 2009, 54). Etsivät eivät siis tee esimerkiksi arkiaskareita kadonneen jäsenen puolesta, vaan tukevat kärsivällisesti hänen kuntoutumisestaan **tsemppaamalla** ja tekemällä askareita yhdessä.

---

## POSITIIVINEN PALAUTE

Klubitalojen työtoiminta on **standardin numero 19** mukaan ”suunniteltu auttamaan jäseniä saamaan takaisin omanarvontuntonsa, itseluottamuksensa ja mielekkyyden elämälleen ” (Klubitalojen kansainväliset laatusuosituksen 2015).

Etäännyminen sosiaalisista kontakteista voi laskea itseluottamusta. Jäsen saattaa lisäksi potea pitkästä poissaolostaan huonoa omaa tuntoa, mikä voi olla este Klubitalolle palaamiselle. Kadonnutta jäsentä kannustaessa etsivien tulisi pyrkiä eri tavoin poistamaan hänen mahdollisia häpeän tuntemuksiaan siitä, ettei ole päässyt Klubitalolle.

Positiivinen palaute tuottaa palautteen saajalle **onnistumisen kokemuksia ja lisää itseluottamusta**. Oman sosiaalisen piirin sisältä tullut myönteinen palaute ja tunnustus merkitsevät palautteen saajalle, että hänestä **välitetään** ja hänet **hyväksytään** yhteisössään. Se kannustaa eteenpäin ja antaa voimaa, sekä saa aikaan hyvää mieltä. Negatiivisella palautteella taas on lamaava vaikutus kuntoutumiselle ja kokonaan ilman palautetta jääminen saattaa tuntua yhteisön jäsenestä siltä, ettei hänestä välitetä. (Lääti 2013, 60.)

**Etsivän työn toimintasuunnitelman laatiminen ja tarkistaminen** myöhemmissä tapaamisissa on hyvä hetki niin kadonneen jäsenen toiveiden herättelylle ja motivaation vahvistumiselle kuin positiiviselle palautteellekin. Saavutettujen välietappien nostaminen esiin tuo hyvää mieltä ja voimaannuttaa. Positiivista palautetta voi antaa tapaamisten yhteydessä jatkuvasti, kuitenkin uskottavasti.

---

## TERAPEUTTISTA VAAN EI TERAPIAA

Klubitalon **standardissa numero 15** mainitaan: *”...työpainotteiseen päivään ei saa sisältyä lääkehoitoa eikä päiväkeskus- tai terapiatoimintaa Klubitalolla”* (Klubitalojen kansainväliset laatusuosituksen 2015).

Ensimmäisissä yhteydenotoissa kadonneisiin jäseniin tuodaan selkeästi esiin, ettei toiminta ole terapiaa.

Etsivä työ voi kuitenkin olla kadonneelle jäsenelle **terapeutista**, kuten Klubitalo-yhteisö ja sen tarjoama toiminta ja vertaistuki yleensäkin. Terapeutisuus ei ole sama asia, kuin terapia, vaan se tulee siitä, että kadonnut jäsen kokee etsivän työn tukevan tai lisäävän hänen hyvinvointiaan. Terapeuttiseen auttamiseen sisältyy Rauhalan (1983) mukaan aivan tavallinen tiedon antaminen, pelkojen ja väärinkäsitysten torjuminen, sekä neuvominen ja kuntoutujan rohkaiseminen tiedostamaan omat tavoitteensa, kun taas terapiassa pyritään systemaattisesti asiakkaan maailmankuvan muokkaamiseen (Rissanen 2007, 112).

Mikäli etsivän tunne on, että keskustelu ei ole etsivän työn tarkoituksen mukaista, tai se ei tunnu hänestä hyvältä muulla tavoin, hän voi **tukeutua toiminnallisuuteen**: Etsivä voi sopivalta tuntuvassa kohdassa esimerkiksi johdattaa keskustelua siihen, minkälainen yhteinen toiminta olisi kadonneelle jäsenelle hyödyksi, tai hienovaraisesti ehdottaa jo sovittuun toimintaan siirtymistä.

**Huom:** Haastavia etsivän työn kokemuksia on tärkeä jakaa muiden kanssa etsivän työn työnohjauksissa.

---

## YHTEYDENOTOT

**Tukeen on helpompi tarttua, kun sitä tarjotaan.** Avun pyytäminen voi joskus tuntua vaikealta. Ei esimerkiksi haluta olla vaivaksi. (Lääti 2013, 61 - 65.) Vaikeuteen saattaa sisältyä häpeää siitä, ettei ole oltu yhteyksissä pitkään aikaan. Klubitalon aktiivisuus yhteydenottajana on vastaus tähän haasteeseen.

Etsivän työn yhteydenottojen vahvuus on Klubitalon **aloitteellisuuden** lisäksi myös **henkilökohtaisempi välittämisen ilmaiseminen**. Niissä ilmaistaan huoli juuri kyseisestä kadonneesta jäsenestä, kun kysellään hänen kuulumisiaan ja kutsutaan mukaan toimintaan, jos mahdollista yhdessä tekemään (Oppimiskahvila).

Toisinaan jo hyvin pieneltäkin tuntuva tuki voi olla ratkaiseva ja merkittävä osallisuuden tukemisessa: Hieman tiiviimpi yhteydenpito, kuten tekstiviesti, jonka kautta esimerkiksi kysellään säännöllisesti kuulumisia ja kutsutaan mukaan toimintaan, voi riittää etsivän työn tavoitteeseen, eli klubitaloyhteisöön palaamiseen. Tekstiviesti ylläpitää tällöin suhdetta Klubitalon väkeen. Viestin voi nähdä myös hyvin matalan kynnyksen sosiaalisena kontaktina.

---

## ENSIMMÄINEN PUHELINKESKUSTELU ENNAKKOKIRJEEN JÄLKEEN

Mikäli kadonnut jäsen on kiinnostunut etsivästä työstä, pyritään ensimmäisessä puhelinkeskustelussa kartoittamaan, minkälaista yhteydenpitoa kadonnut jäsen toivoo siinä vaiheessa: Lähetetäänkö viestejä, soitellaanko ja kuinka usein näin tehdään, vai sovitaanko jo tapaaminen. Luonnollisesti kysellään myös **kuulumisia neutraalisti**, ei udellen. **Sopimalla jatkosta ja toiveista** yhteistyö on tavoitteellista ja jäsenelle

viestitään, että häneen halutaan aidosti olla yhteydessä ja että hänet todella halutaan mukaan yhteisön toimintaan.

---

#### YLEISTÄ HUOMIOITAVAA YHTEYDENOTOISSA

Yhteydenotoissa on tärkeää **olla painostamatta** kadonnutta jäsentä millään tavalla. Sen sijaan ollaan **kannustavia ja viestitään kunnioittavasti**. Ei myöskään olla yhteydessä **liian tiiviisti**, mikä vaatii herkkyyttä jäsenen toiveiden kuulemiselle. Jos kadonnut jäsen ei tahdo mukaan etsivään työhön tai tahtoo lopettaa säännöllisen yhteydenpidon, sitä ei tule ottaa henkilökohtaisesti, vaan kunnioittaa päätöstä. (Oppimiskahvila.)

**Huom:** Tilannetajua ja hienovaraisuutta käyttäen etsivän ei aina tarvitse luovuttaa heti, vaikka kadonnut jäsen olisi vastahakoinen, vaan pyrkiä **tsemppaamaan ja motivoimaan** tätä. Kuitenkin etsivässä työssä muistetaan aina kunnioittaa kadonneen jäsenen päätöstä olla lähtemättä toimintaan mukaan. Silloin kadonneelle jäsenelle kerrotaan, että hän on aina tervetullut Klubitalolle ja muistutetaan, että Klubitalon jäsenyys on ikuinen, kunnes sen itse katkaisee. Voidaan vielä rohkaista olemaan Klubitalon suuntaan yhteydessä, jos ja kun siltä tuntuu. (Oppimiskahvila)

---

#### TEHOSTETTU HUOLENPITO YHTEISÖÖN PALAAMISEN JÄLKEEN

Kadonneen jäsenen palatessa Klubitalolle, hänelle olisi aina hyvä tehdä tai päivittää hänen **tavoitesuunnitelmansa**. Koska yhteisöstä etäänntyminen voi aiheuttaa itseluottamuksen laskua, kadonnutta jäsentä on tärkeää **tukea löytämään paikkansa** Klubitalolla, kun hän on palannut toimintaan. Etsivään työhön kuuluu siksi jäsenkohtaisen tarpeen mukaan tehostettu huolenpito, joka tukee entistä kadonnutta jäsentä **kiinnittymään yhteisöön**. Huolenpitoon osallistuvat kuitenkin muutkin, kuin etsivät.

---

#### HUOLENPIDON TOTEUTTAMINEN

**Käytännössä tehostettu huolenpito tarkoittaa** arkista vuorovaikutusta, kuten esimerkiksi sitä, että tarjotaan apua, kutsutaan aktiivisesti mukaan ja kysellään kuulumisia.

Toiminnan **suunnitelmallisuus** varmistaa sen toteutumisen:

- Etsivä voi ilmoittaa Klubitalon **aamupalaverissa** kadonneen jäsenen saapumisesta Klubille aina kun se on etsivien tiedossa, tai jos he arvelevat sen tapahtuvan lähitulevaisuudessa.
- Kadonneen jäsenen palatessa Klubille pyritään siihen, että paikalla olevien etsivien lisäksi hänestä huolehtisivat sen työyksikön **työvalmentajat ja jäsenet** voimavarojensa mukaan, jossa toimintaan palannut jäsen työskentelee minäkin päivänä.
- Etsivät ja työvalmentajat toimivat esimerkkinä toiminnallaan. Mitä useampi klubilainen osallistuu huolenpitoon, sitä paremmin kadonnut jäsen kiinnittyy.
- Aiheen esittely silloin tällöin **Klubikokouksessa** tukee sen toteutumista.

**Tehostettu huolenpito saa loppua** luontaisesti, kun jäsen on selvästi kiinnittynyt toimintaan. Tehostettu yhteydenpito loppuu entisen kadonneen jäsenen tullessa aktiivijäseneksi.

**Huom:** Kun entinen kadonnut jäsen on taas aktiivijäsen, klubitalon tavallisen yhteydenpitojärjestelmän mukaisen yhteydenpidon systemaattisuus on tärkeä!

## PEREHDYTYS

Etsivän työn perehdytykseen osallistuminen on työn laadun ja luotettavuuden nimissä **edellytys** etsivään työhön osallistumiselle. Perehdytyksessä etsivät saavat käsityksen etsivän työn periaatteista ja etsivän tehtävästä, sekä saavat tarvittaessa vetäjältä tukea arvioidessaan omaa sopivuuttaan tehtävään ja motivaatiansa sitoutua siihen. Perehdytyksessä tehdään päätös toimintaan mukaan lähtemisestä.

### *Askeleet etsiväksi:*

- 1. Kiinnostus etsivään työhön*
- 2. Osallistuminen perehdytykseen*
- 3. Etsivän työn pelisääntöjen yhdessä luominen/läpi käyminen muiden etsivien kanssa*
- 4. Etsivänä toimiminen ja osallistuminen työnohjauksiin*

Perehdytyksessä annetaan etsivästä työstä kiinnostuneille **tietoa työn periaatteista ja menetelmistä**. Myös kaikki etsivään työhön liittyvät käytännön asiat, kuten yhteydenpidon ja toimintasuunnitelmien kirjaus käydään perehdytyksessä tarkoin läpi.

Perehdytyksessä on tärkeää harjoitella **käytännönläheisesti** toiminnan perustehtävää, eli kohtaamista ja aitoa läsnäoloa tuettavan kanssa. Perehdytyksessä osallistujat voivat tulla tietoisiksi vahvuuksistaan ja kehittymishaasteistaan esimerkiksi toisen kuuntelemisessa tai temperamenttinsa ohjatessa heitä ratkaisemaan kiireesti ongelmaa. Vertaistukeen perustuvassa vapaaehtoistyön koulutuksessa voidaan **pohtia yhdessä** esimerkiksi sitä, kuinka auttaa tuettavaa löytämään omat ratkaisunsa, sekä sitä, mikä voi aktivoida ja voimaannuttaa tuettavaa. (Mykkänen-Hänninen 2007, 57 - 58.) Toiminnan harjoittelua voidaan tehdä roolileikkien avulla: vaihdellen etsivän ja kadonneen jäsenen rooleissa.

Harjoitusten on tarkoitus **painottaa maallikkoauttajuutta**, ei luoda paineita tai odotuksia kaikkietävyyydestä. Harjoitusten jälkeen tulee varata aikaa niiden purkamiselle. Purkukeskusteluissa voidaan yhdessä **jakaa näkemyksiä ja kokemuksia** vuorovaikutustilanteista, ja miettiä mikä niissä oli hyvää ja onnistunutta, ja mitä kannattaa ottaa mukaan etsivää työtä toteuttaessa.

Perehdytyksessä on tärkeää painottaa myös, että uteliaisuus, elämysten hakeminen, tarve ratkaista toisten asiat tai nostaa omaa statusta eivät ole hyviä lähtökohtia maallikkoauttamiselle (Mykkänen-Hänninen 2007, 24, 57).

Vaikka etsivässä työssä tähdätään **molemminpuoliseen sitoutumiseen**, on oltava tietoisia siitä, että jäsenten elämäntilanteet, vointi ja motivaatio etsivään työhön saattavat muuttua niin, että he eivät enää pystykään tekemään sitä. Lahden Klubitalon etsivässä työssä jokaisen kuntoutujan kuntoutuminen on tärkeää ja toiminnan tulee aina edistää niin kadonneen kuin aktiivijäsenenkin kuntoutumista. Siksi toiminnassa otetaankin huomioon, että myös etsiväksi ryhtytyään aktiivijäsenet voivat jäädä pois toiminnasta.

**Päätöksenteon jälkeen on aika** käynnistää toiminta laatimalla **pelisäännöt**. Pelisäännöt yhdessä laatimalla turvataan toiminnan jatkuvuus, sillä säännöt tuovat toimintaan selkeyttä, turvallisuutta ja luotettavuutta (ETENE 2014, 7). Niissä voidaan halutessaan painottaa myös sitoutumisen tarvetta.

**Huom:** Sääntöihin sitoutumiseen vaikuttaa etsivä-yhteisön vuorovaikutus- ja viestintäkulttuuri, johon jokainen etsivä osaltaan vaikuttaa käytöksellään (Murto 2013, 27).

## TYÖNOHJAUS

**Työnohjaus antaa etsiville tilaisuuden purkaa** yhdessä tunteitaan ja ajatuksiaan etsivästä työstä.

Työnohjauksen järjestäminen tukee niin etsiviä, kuin etsivään työhön osallistuvia kadonneita jäseniäkin: ohjaus **vahvistaa etsivien voimavaroja ja osaamista**, sekä etsivän työn **laatua**. Tapaamiset toimivat paitsi motivoivina ja sitouttavina myös palkitsevina; Työvalmentaja ja aktiivijäsenet saavat työnohjauksissa tukea, rohkaisua ja positiivista palautetta toisiltaan voidakseen kehittyä etsivän työssä. Niissä voidaan myös luoda yhteishenkeä sekä jakaa onnistumisen kokemuksia. (Tenhunen 2015, 130; Porkka 2009, 89, 129, 136.)

**Työnohjaus tulee nähdä osana työtä** (Airas 1979, 232). Niinpä jokaisen etsivään työhön sitoutuvan olisi tärkeää **osallistua** työnohjaukseen **mahdollisimman säännöllisesti**. Työnohjaustyöskentelylle yhdessä laaditut tavoitteet, joiden toteutumista seurataan ja arvioidaan ohjauksissa säännöllisesti, lisäävät sitoutumista työnohjaukseen (Porkka 2009, 167). Etsivät voivat esittää työnohjauksia suunnitellessaan toiveita aiheista, jotka hyödyttäisivät heitä eniten.

Lahden Klubitalon etsivää työtä tekevät eivät ole vastuussa kadonneiden jäsenten elämästä, vaan heillä on mahdollisuus auttaa näiden elämänlaadun parantamisessa. Työnohjauksessa on tärkeää muistuttaa etsiviä siitä, mikä tukityössä on mahdollista ja riittävää (Tenhunen 2015, 138). Työnohjauksessa etsiviä autetaan ymmärtämään ja hyväksymään oma rajallisuutensa; **kaikkea ei voi, eikä tarvitsekaan tietää**. Kun muut ryhmäläiset voivat oppia kertojan kokemuksista, työnohjaus on parhaimmillaan huojentava levähdyspaikka ja kasvutapahtuma. Siksi työnohjausajankohtien sopiminen etukäteen luo ohjattaville turvallisuuden tunnetta. (Korhonen & Lång 2006, 59, 61 - 62, 66, 69 - 70.)

Etsivää työtä tehdään omalla persoonalla tavallisen ihmisen tiedoin ja taidoin. Työvalmentajan tehtävä on tukea etsiviä toimimaan omaa persoonaansa, elämäkokemustaan ja etsivän työn perehdytystä parhaalla mahdollisella tavalla hyödyntäen (Porkka 2009, 167). Kuten perehdytyksessä, myös työnohjauksessa voidaan edelleen vahvistaa etsivien kykyä tunnistaa omia voimavarojaan, osaamisensa vahvistumista sekä sen merkitystä etsivälle työlle. (Tenhunen 2015, 136).

Etsivän työn vuorovaikutustilanteissa on etua herkkyydestä, mutta myös kyvystä pystyä riittävästi etääntymään työtilanteista (Korhonen & Lång 2006, 61 - 62). Vaikka Lahden Klubitalon etsivä työ ei ole

jokapäiväistä ja sillä tavalla kuormittavaa, ja siinä painottuvat toiminnallisuus ja arkinen vuorovaikutus, on vastuullista tiedostaa, että toisten raskaiden elämäntilanteiden ja tunteiden jakaminen voi altistaa empaattisen etsivän myötätuntopuupumiselle. Siksi työnohjauksen tärkeä tehtävä on pitää työnohjausten säännöllisenä teemana etsivien jaksaminen ja tukea heitä ymmärtämään omaa empatiatuupumustansa sekä löytää keinoja sen uupumisen ennaltaehkäisemiseksi. (Tenhunen 2015, 129, 134.)

## ETSIVÄN TYÖN MARKKINOINTI KLUBIYHTEISÖSSÄ

Markkinoinnilla on suuri merkitys etsivän työn olemassa ololle: Ilman etsiviä ei ole etsivää työtä.

**Etsivän työn kuulumiset – osio** viikoittaisessa Klubikokouksessa olisi **vaitiolovelvollisuutta kunnioittava** yleisluontoinen ”raportti” tehdystä etsivästä työstä ja työnohjauksista, joka pitäisi aiheita yllä yhteisössä. Raportissa voisi aika ajoin kertoa myös siitä, mitä edellä mainittu tehostettu huolenpito tarkoittaa.

Etsivän työn osion lisääminen Klubikokoukseen mahdollistaa muiden klubilaisten kysymyksiin vastaamisen eli tiedon jakamisen tehokkaasti, sekä keskustelun heräämisen ja kehittämisajatustenkin esittämisen. Se lisää ja ylläpitää aiheen tunnettuutta klubitaloyhteisössä ja mahdollistaa puskaradion markkinoinnissa yhteisön sisällä. Lisäksi tietouden lisääntyminen aiheesta klubitaloyhteisössä voi lisätä jäsenten huolenpitoa toisistaan entisestään.



## LÄHTEET:

Airas, E. 1979. Vapaiksi yhdessä. Psykoterapiaa ryhmässä. Helsinki: WSOY.

ETENE. 2014. Vapaaehtoistoiminnan etiikka – ETENEn kannanotto [viitattu 12.7.2016]. Saatavissa: <http://etene.fi/documents/1429646/1556041/Kannanotto+vapaaehtoistoiminnan+etiikasta.pdf/699021f0-dbca-4a81-8fc9-2f91ce31221f>

Etsivän kuva wordin kuvahaulla.

Huhtajärvi, P. 2007. Ammatillinen etsivä työ. Teoksessa Hoikkala, T. & Sell, A. (toim.) Nuorisotyötä on tehtävä. Menetelmien perustat, rajat ja mahdollisuudet. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 76. Helsinki: Nuorisotutkimusseura ry, 446 - 457.

Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. 2012. Perheen parhaaksi. Perhetyön arkea. Helsinki: Edita.

Kettunen, R., Kähäri-Wiik, K., Vuori-Kemilä, A. & Ihalainen, J. 2009. Kuntoutumisen mahdollisuudet. Helsinki: WSOYpro Oy.

Klubitalojen kansainväliset laatusuositukset 2015. Lahden Klubitalon nettisivut. Standardit [viitattu 5.4.2016]. Saatavissa: <http://www.phklubitalot.fi/standardit/>

Laki yksityisestä terveydenhuollosta 152/1990. Annettu Helsingissä 9.2.1990.

Lääti, S. 2013. Sosiaalinen hyvinvointi mielenterveyskuntoutujan elämässä. Tutkimus sosiaalisen hyvinvoinnin merkityksistä nuorempien ja varttuneiden mielenterveyskuntoutujien keskuudessa. Sosiaalityön pro gradu -tutkielma. Helsinki: Helsingin yliopisto. Sosiaalitieteiden laitos.

Murto, K. 2013. Terapeuttinen yhteisö. Porvoo: Kari consulting Oy.

Mykkänen-Hänninen, R. 2007. Vapaaehtoistyön rajapinnoilla. Helsinki: Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia.

Oppimiskahvila Lahden Klubitalolla 27.4.2016. Lisätietoa amk-opinnäytetyöstä: Kataja, V. & Lehtimäki, I. 2016. Etsivän työn malli Lahden Klubitalolle.

Peavy, R. V. 2006. Sosiodynaamisen ohjauksen opas. Helsinki: Psykologien Kustannus Oy.

Perttula, M. 2016. Pelkkänä korvana. Tehy 02/2016, 34 - 37.

Porkka, S-T. 2009. Työnohjaamisen taito. Oppikirja vapaaehtoistyön työnohjaajalle. Helsinki: SMS-Tuotanto Oy.

Rissanen, P. 2007. Skitsofreniasta kuntoutuminen. Helsinki: Mielenterveyden keskusliitto 2007.

Romakkaniemi, M. 2010. Toimijuus masennuksen sosiaalisuutta jäsentämässä. Janus vol. 18 (2) 2010, 137 - 152.

Tenhunen, T. 2015. Myötätuntouupuminen kriisipuhelimen tukihenkilöiden uhkana. Teoksessa Porkka, S-T. & Tenhunen, T. (toim.) Vapaaehtoistyön työnohjauksen erityispiirteitä. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.

Ward, M.F. 1988. Psykiatrinen hoitosuunnitelma. Helsinki: WSOY.



## LIITE 1

## Etsivän työn toimintasuunnitelma

Pvm:

Jäsen
Etsivät
Tavoitteet
Minkälaista toimintaa, missä?
Yhteydenottotapa
Yhteydenottojen tiheys

LIITE 2

Etsivän työn yhteydenpito

Sopimus säännöllisestä yhteydenpidosta					Toteutettu yhteydenpito		
Jäsen	Etsivä	Yhteydenottotapa	Aloituspvm.	Tiheys	Viimeisin toteutus pvm. (pyyhi pois vanha)	Etsivä	Lisähuomiot
Elli Esimerkki	Mikko Mallikas	Soitto	11.8.2016	Joka 2. vk	25.8.2016	Maija Mallikas	Ei tarvetta vk.36, jäsen reissussa.
Eero Esimerkki	Maija Mallikas	Tapaaminen	12.2.2016	Joka vk.	25.8.2016	Mikko Mallikas	Tarve loppui. :) Huolenpito!

Mitä toivoisit etäisältä työltä  
ksdonneen jäsenen asemassa?

- varaisuus ja niennormisuus yhteyk-  
össä, ei painosteta tsemppäävästi
- vuorotus, vuoropuhelu, ei vuorute-  
heti, mutta arvostetaan vetäytymistä
- kiinnittää päätöksiä
- kysyy, kysyy vainista neutraalisti
- kuuntelee aktiivisesti, nappoo keskustelusta  
puhuttavia asioita
- ei sinulta tai vähstele toista (kukunista)
- vilpittämisyys, äiti kannustus ja valittaminen
- useampi yhteydenotto kassa
- ehdottaa syitä tulla töihin (kannustavat päät)
- ilmaistakaan että on kettuvuot, jäsenyys ikäinen
- jäsenlähtöinen yhteydenpito mahdollistaa kynnystä
- toteutusessa jokin pöytäkirja, mukana kokeutusta  
toimivasta
- lahti postin ksdonnalle jäsenille
- toiminta kassa kinn kuluille (tähvi, puisto)



# Mitä haasteita tai etuja työn toteuttamisessa voisi olla?

## Etuja/hyötyjä

- auttaminen
- molemminpuolinen vuorovaikutus
  - tunne, että aito välittäminen
- Klubin aktiviteetit
  - "tuotto mun kanssa?"
  - pöytäkirja
- keskustelua
  - simppeleitä toimintaa "ihmiseltä ihmiselle"
- ammatillinen oppiminen
  - ymmärryksen kasvaminen
- kadonneelle henno palvelu/ mahdollisuus
  - laskee kynnyksiä ta-joaa mahdollisuuksia

## Haasteita

- jäsenten löytäminen
- ihmisen/tilanteen lukeminen
- yhteydenottojen määrä → vaarana liika painostus
  - ↳ yhdessä sopiminen jatkosta!
- ~~katka~~ molemminpuolinen sitoutuminen
  - motivointi
- "Etsivä työ" ☹
  - Ystävätö... Lyhty?
- jäsenen kunnioittaminen → vapaaehtoisuus
- pitkä prosessi
- tarve työohjaukselle → purkaminen
- kantalla pysyminen



### Aluksi:

- ennakkokirje: milloin otetaan yhteyttä
- annetaan myös mahd. olla meihin yhteydessä ensin.
- 2 yht.ottoa viikon välein
- jäsenmaksuun etsivän työn mahdollisuus yht.pito-osioon

### Haaste:

- markkinointi + viestintä
- iltapäivisin? "To. 13-15"
- rinki → jäsenten määrä (mahd. max 2?)
  - sitoutuminen
  - miten toimii
- ei vuodata omia kokemuksiaan, eikä udella liikaa kadonneita.

### \* Harjoitus konkreetisoi etsivän työn

- perehdytys tärkeä! → pelisäännöt etsiville
- Klubikeskeisyys → ei terapiaa
  - ↳ missä raja terapoinnille

### \* "Takaisin kohti Klubitaloa -malli"?

## LIITE 3

Arvoisa Klubitalon jäsen,

Olemme Lahden ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijoita.

Suunnittelemme Klubitalolle ”etsivän työn” mallia, joka tarkoittaa Klubitalon toiminnasta poissaolevien jäsenten tapaamista ja tukea keskustelun ja toiminnan muodossa silloin kun he sitä tarvitsevat ja haluavat. Malli tulee käyttöön Klubitalolle, ja on osa opinnäytetyötämme.

Saimme yhteystietosi Klubitalolta, jossa uskottiin sinun hyötyvän ja omaavan arvokasta tietoa etsivän työn mallin suunnitteluun. Haluaisimme tavata sinua ja keskustella siitä, miten etsivää työtä voitaisiin toteuttaa.

Voimme tavata kotonasi tai tahtomassasi paikassa, esimerkiksi kahvilassa tai vaikka Klubitalolla.

Tapaamiseen sinun ei tarvitse valmistautua millään tavalla. Tapaaminen on luottamuksellista, eli nimet ja muu tunnistettava tieto jätetään pois, mutta esimerkiksi näkemyksesi siitä mikä on tärkeää etsivän työn kannalta, mitä itse siltä haluaisit ja mistä hyötyisit, tullaan käyttämään.

Meillä on varattuna sinulle seuraavia aikoja:

Keskiviikko 25.5. klo 14-15 tai 17-18

Torstai 26.5. klo 14-15 tai 17-18

Perjantai 27.5. klo 10-11, 14-15 tai 17-18

Jos haluat tavata, voit olla meihin yhteydessä haluamallasi tavalla. Odotamme yhteydenottoasi keskiviikkoon 25.5. asti.

Kiitos, kun luit tämän kirjeen.

Ystävällisin terveisin,

Inkeri Lehtimäki

Veera Kataja

Puh.

Puh.

Sähköpostiosoite

Sähköpostiosoite





LIITE 5

Etsivän työn toimintasuunnitelma

Pvm:

Jäsen
Etsivät
Tavoitteet
Minkälaista toimintaa, missä?
Yhteydenotto tapa
Yhteydenottojen tiheys