

VIRTUAALIVÄENTUPA

Arviointi virtuaalisen keskusteluryhmän toimivuudesta Hoitokoti Seukkalan päihdekuntoutuksen jatkoryhmänä.

Susanna Pennanen

Opinnäytetyö, syksy 2016

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Pieksämäki

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosionomi (AMK)

TIIVISTELMÄ

Pennanen, Susanna. Virtuaaliväentupa. Arviointi virtuaalisen keskusteluryhmän toimivuudesta Hoitokoti Seukkalan päihdekuntoutuksen jatkoryhmänä. Pieksämäki, syksy 2016, 48 s., 3 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma, Sosionomi (AMK).

Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää virtuaalinen keskusteluryhmä Väentupa ry:n Hoitokoti Seukkalan päihdekuntoutuksen jatkoryhmäksi sekä arvioida sen toimivuutta käytännössä. Tavoitteena oli vahvistaa kuntoutujan saamaa tukea päihteettömyyteen ja elämänhallintaan sekä lisätä mahdollisuutta yhteisöllisyyden ja vertaistuen kokemiseen Seukkalan päihdekuntoutuksen jälkeen tukitoimien nivelvaiheessa.

Arviointi toteutettiin kehittävän arvioinnin menetelmällä. Arviointiprosessissa kartoitettiin virtuaalisen ryhmätyöskentelyn kehittämistarve, suunniteltiin ryhmäkokonaisuus, toteutettiin se käytännössä ja tehtiin arviointi ryhmästä saatua palautetta ja ryhmänohjaajan havaintoja aineistona käyttäen.

Virtuaaliväentupa-ryhmäprosessin lopputulos oli asetettujen arviointikriteerien mukaisesti arvioituna suotuisa. Kuntoutujan kotiutumisen jälkeen tukiverkostoissa tapahtuva yhteyden pito lisääntyi. Ryhmän jäsenet säilyttivät päihteettömyyden ryhmän aikana ja kertoivat ryhmällä olleen merkitystä raittiuden ylläpitämisessä. He kertoivat ryhmän tuoneen elämäänsä sisältöä, lisänneen yhteisöllisyyden ja vertaistuen kokemista sekä antaneen voimavaroja arjessa elämiseen. Ryhmän vaikutus kuntoutujien elämään oli positiivinen. Hoitokoti Seukkalan ohjaajien työnkuvat onnistuttiin suunnittelemaan niin, että virtuaalinen ryhmä tullaan ottamaan käyttöön pysyvänä toimintamuotona vuoden 2017 alussa.

Asiasanat: arviointi, päihdekuntoutus, ryhmät, verkkoryhmät, verkkopalvelut, vertaistukiryhmät

ABSTRACT

Pennanen, Susanna. Virtuaaliväentupa. The evaluation of the functionality of the virtual discussion group for Hoitokoti Seukkala's rehabilitation follow-up group. 48 p., 3 appendices. Language: Finnish. Pieksämäki, Autumn 2016. Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services. Degree: Bachelor of Social Services.

The purpose of the thesis was to develop an operating model of a virtual discussion group for Väentupa ry's Hoitokoti Seukkala's intoxicants rehabilitation follow-up group and to evaluate its functionality in practice. The object was to strengthen the support that the patient is receiving to help him stay clean of intoxicants and to get the control of life. The goal also was to increase the opportunity to experience communality and the amount of peer support after the patient has gone through the rehabilitation process.

The evaluation was executed by using a constructive criticism method. In the evaluation process the need of development for virtual group work was mapped out, team entirety was planned and put into practice. The evaluation was made using the feedback given from the group and the group leader's observations.

The final results of the Virtuaaliväentupa-group process were evaluated as favourable according to the set criterions. After the patient was discharged from the care home the communication happening in the supporting network increased. The members of the group continued being clean of intoxicants during the group and they told the group had an effect for them in the means of maintaining sobriety from any intoxicants. They also said that being in the group had brought content into their lives, increased the feeling of communality and peer support and given them strength for living. The effect of the group was positive to the rehabilitees. Hoitokoti Seukkala's counselors' job descriptions were managed to be planned in such a way that the virtual group would be taken into action as a permanent part of Väentupa ry's services in the beginning of the year 2017.

Keywords: evaluation, drug intoxicants rehabilitation, group's, network's, web services, peer support

SISÄLTÖ

1 VIRTUAALISIIN MAHDOLLISUUKSIIN HAVAHTUMINEN	6
2 PERINTEINEN RYHMÄTYÖSKENTELY OSANA PÄIHDEKUNTOUTUSTA.....	8
3 HOITOKOTI SEUKKALAN RYHMÄTYÖSKENTELY.....	9
4 VERKKOPALVELUT PÄIHDEKUNTOUTUKSEN TUKENA.....	11
5 YHTEISTYÖTAHOT JA TOIMINTAYMPÄRISTÖ	13
5.1 Väentupa ry.....	13
5.2 Lähettävät tahot ja tukiverkosto.....	14
6 AIKAISEMPIA AIHEESEEN LIITTYVIÄ TUTKIMUKSIA	15
7 MENETELMÄLLISET RATKAISUT JA ARVIOINTIASETELMA	17
7.1 Kehittävä arviointi	17
7.2 Arviointiasetelma.....	18
7.3 Kehittävän arvioinnin vaiheet käytännössä	20
8 PILOTTIRYHMÄ VIRTUAALIVÄENTUPA	23
8.1 Suunnitteluvaihe	23
8.2 Käytännön toteutus	24
8.3 Virtuaaliväentupa-ryhmässä käsitellyt teemat.....	25
8.4 Yhteenvedoa ryhmän toiminnasta	26
9 VIRTUAALIVÄENTUPA-RYHMÄSTÄ SAATU PALAUTE	28
9.1 Ryhmän jäsenten antama yhteinen palaute ryhmäkertojen lopussa	28
9.2 Ryhmäprosessin päättymisen jälkeen ryhmäläisiltä kerätty palaute	28
9.3 Väentupa ry:n toiminnanjohtajan ja ohjaajien antama palaute.....	30
9.4 Ryhmäläisten tukiverkostoilta saatu palaute	31
9.5 Ryhmänohjaajan havaintoja.....	32

10 ARVIOINTIKYSYMYKSIIN VASTAAMINEN ARVIOINTIKRITEERIEN MUKAISESTI JA JOHTOPÄÄTÖKSET	34
10.1 Miten päihdekuntoutuksen jatkona toteutettu virtuaalinen ryhmä vahvisti kuntoutujille tarjottavia tukitoimia palveluverkostossa?	34
10.2 Millaiset olivat virtuaalisen ryhmäyöskentelyn vaikutukset ja miten ne ilmenivät pilottiryhmään osallistuneiden kuntoutujien elämässä?	34
10.3 Millä edellytyksillä virtuaalinen ryhmäyöskentely voidaan vakiinnuttaa toimintamallina osaksi Väentupa ry:n palvelupakettia Hoitokoti Seukkalan päihdekuntoutuksen jatkoryhmänä?	35
11 VIRTUAALISELLA RETKELLÄ REPPUUN PAKATTUA	37
LÄHTEET	42
LIITE 1: Alkukartoituskysely virtuaalisesta ryhmästä kiinnostuneille Hoitokoti Seukkalan kuntoutujille kesällä 2015	44
LIITE 2: Virtuaaliväentupa-ryhmän pelisäännöt	46
LIITE 3: Palautekysely ryhmäläisille Virtuaaliväentupa-ryhmän päättymisen jälkeen .	47

1 VIRTUAALISIIN MAHDOLLISUUKSIIN HAVAHTUMINEN

Työskentelen Hoitokoti Seukkalassa vastaavana ohjaajana. Hoitokoti Seukkala on Väen-tupa ry:n ylläpitämä päihde- ja mielenterveystyön kuntouttava yksikkö Laukaassa. Keskeinen osa työnkuvaani on riippuvuutta ja sen taustalla vaikuttavia asioita käsittelevän keskusteluryhmän vetäminen päihdekuntoutuksessa oleville asiakkaille. Tarve virtuaalisen jatkotyöskentelyryhmän kehittämiseen on noussut 2000-luvulla ryhmiini osallistuneilta kuntoutujilta. Eri ryhmien kanssa käymissäni keskusteluissa ovat toistuvasti tulleet esille ryhmäläisten kokemukset kuntoutusjaksojen lyhyydestä. Kuntoutujat ovat kertoneet kokeneensa, että joutuvat kotiutumaan päihdekuntoutuksesta keskeneräisinä. He ovat kuvanneet myös vaikeutta jatkaa Seukkalassa alkanutta omien kipujen kohtaamisprosessia toisaalla, avohuollon työntekijän kanssa. Tämä on korostunut erityisesti silloin, jos avohuollon työntekijä ei ole ollut kuntoutujalle ennestään tuttu. Lisäksi he ovat kertoneet kaipaavansa vertaisyyttä Seukkalan kuntoutusprosessin läpikäyneiden henkilöiden kanssa. Tämä on ollut usein vaikeaa, tai mahdotontakin maantieteellisten etäisyyksien vuoksi.

Ryhmäläisten esille tuoma tarve heijastaa mielestäni 2000-luvulla yhteiskunnassa tapahtuneita muutoksia ja niiden vaikutuksia päihdehuoltoon. Työmarkkinat ovat olleet murroksessa ja tämä on vaikuttanut työttömyyden ja työmarkkinoilta sivuun jäämisen lisääntymiseen. Hyvinvointierojen kasvaminen ja sosiaalisten ongelmien vaikeutuminen sekä lisääntynyt päihteiden käyttö ovat vaikuttaneet huono-osaisuuden syvenemiseen. Päihdepalveluja tarvitsevien ihmisten määrä on kasvanut ja samanaikaisesti julkiselle sektorille on asetettu tavoite karsia kustannuksia ja lisätä tuottavuutta. Päihdehuollossa vaikutukset ovat näkyneet painopisteen siirtymisenä laitoshoidosta avohoitopainotteiseen työskentelyyn. Hoidon toteutuksessa on siis jouduttu vähentämään yhteisöllisyyden ja sosiaalisen tuen osuutta. Päihderiippuvuutta on aikaisempaa enemmän pyritty hoitamaan lääketieteellisin keinoin. (Kekki & Partanen 2008.) Avohoidon kehittäminen tavoitteena, on mielestäni erittäin hyvä asia. Valitettavasti todellisuus kuitenkin monilla paikkakunnilla on näyttäytynyt käytännön kentällä niin, että laitospaikkoja on vähennetty, kuntoutusjaksoja lyhennetty ja kuitenkin avohuollon tuen toteuttaminen on jäänyt resurssien puutteessa vähäiseksi.

Sosionomi-opintoihini kuuluneen Verkko toimintaympäristönä -opintokokonaisuuden aikana pohdin virtuaalisen ryhmätyöskentelymallin mahdollisuuksia vastata kuntoutujien tarpeisiin yhteiskunnan nykyisessä tilanteessa. Virtuaalinen ryhmä voisi toimintamallina mielestäni asemoitua päihdekuntoutukseen laitos- ja avohuollon tukitoimien nivelvaiheessa. Nivelvaiheella tarkoitan ajankohtaa, jolloin laituskuntoutusjakso on päättymässä ja kuntoutujan kotiutuminen sekä siirtyminen avohuollon tukitoimien piiriin ovat ajankohtaisia. Nivelvaiheessa kuntoutujan tuen tarve sekä päihteisiin retkahtamisen riski ovat usein suuria. Jos samanaikaisesti avohuollon tukitoimiin kiinnittyminen ei ole vielä päässyt tapahtumaan tai avohuollon resurssit vastata kuntoutujan tuen tarpeeseen ovat vähäiset, voisi mahdollisuus osallistua virtuaaliseen ryhmään vahvistaa tukea kokonaisuutena ja auttaa kuntoutujaa selviytymään sekä kiinnittymään mahdollisiin avohuollon palveluihin.

Keskustelin asiasta Väentupa ry:n toiminnanjohtajan ja työtiimini jäsenten sekä Väentupa ry:n muiden yksiköiden työntekijöiden kanssa. Virtuaalisen ryhmän kehittämistä ja pilottointia sekä sen toimivuuden arviointia pidettiin tarpeellisena. Sovimme että opinnäytetyönäni toteutan virtuaalisen keskusteluryhmän kehittämisprosessin ja arvioin sen toimivuutta Hoitokoti Seukalan päihdekuntoutuksen jatkoryhmänä.

Opinnäytetyöni kirjallisessa raportissa kuvaan virtuaalisen ryhmän kehittämis- ja arviointiprosessia. Kehittävän arvioinnin menetelmällä toteutetussa arvioinnissa ovat keskeisiä pilottiryhmään osallistuneiden kertomat kokemukset ryhmän vaikutuksista elämäänsä. Raportissa kerron pilottiryhmän käytännön toteutuksesta sekä siitä saadusta palautteesta tiivistetysti. Lopuksi esittelen arvioinnin tulokset ja niiden pohjalta tekemäni johtopäätökset.

2 PERINTEINEN RYHMÄTYÖSKENTELY OSANA PÄIHDEKUNTOUTUSTA

Perinteiseksi ryhmätyöskentelyksi nimitän opinnäytetyössäni kasvokkain tapahtuvaa ryhmätyöskentelyä, jossa ryhmän jäsenet käyvät yhteistä keskustelua samassa fyysisessä tilassa. Perinteisessä ryhmätyöskentelyssä ryhmän jäsenet käyttävät lukuisia sanattomia vihjeitä sanallisen vuorovaikutuksen lisäksi parantaakseen keskinäistä ymmärtämistä. Esimerkkejä sanattomista vihjeistä ovat katsekontakti, vartalon asento, ryhmän jäsenten fyysinen etäisyys toisistaan, hymyt sekä kulmien kurtistaminen. (Pennington 2005.) Perinteiset ryhmät ovat jo kymmenien vuosien ajan olleet oleellinen osa päihdekuntoutuksen kokonaisuutta. Ryhmässä on mahdollisuus kokea yhteenkuuluvuutta ja osallisuutta arvoiltaan ja toimintatavoiltaan erilaiseen porukkaan kuin päihdeidenkäyttökulttuurissa on kohdannut. Ryhmässä on turvallista harjoitella vuorovaikutustaitoja sekä tunteiden tunnistamista. Ryhmäläiset voivat kokea vertaisuutta ja opetella yhdessä palautteen antamista sekä vastaanottamista. Ryhmässä tulee näkyväksi oman toiminnan ja puheiden vaikutus muihin ihmisiin ja ryhmän tavoitteen mukaiseen toimimiseen kokonaisuutena. Tämä auttaa kuntoutujaa tiedostamaan vastuullisuuttaan ja valintojensa vaikutusta elämässään. Erilaisten asioiden käsittely ryhmässä on käytännön läheistä. Toisten ryhmäläisten kertomien kokemuksien kautta on usein helpompi sisäistää erilaisia vaihtoehtoja selviytymiskeinoiksi haasteellisissa tilanteissa, kuin teoriapainotteisen oppimisen menetelmin. (Koukari 2003.)

Oma kokemukseni keskusteluryhmän vetäjänä on, että päihdetyössä sisäiseen eheytymiseen tähtäävien ryhmien ihannekoko on 4-6 henkilöä. Tätä tukee Penningtonin kirjassa Pienryhmän sosiaalipsykologia mainittu Shawn vuonna 1981 tekemä tutkimus, joka osoitti 3-8 jäsenen ryhmien pystyvän toimimaan tavoitteensa suuntaisesti ja suoriutumaan tehtävistään paremmin kuin suuremmat ryhmät. Ryhmän koon merkitys tulee ymmärrettäväksi myös viestintäsuhteita tarkasteltaessa. Penningtonin mukaan kahden henkilön välisessä vuorovaikutuksessa vaikuttaa vain yksi viestintäsuhde. Henkilöiden lukumäärän noustessa kolmeen, lisääntyy viestintäsuhteiden määrä kuuteen ja neljän jäsenen ryhmässä niitä on jo 25. Seitsemän henkilön ryhmässä todettu viestintäsuhteiden lukumäärä on jopa 966. (Pennington 2005.) Tämä selittää osaltaan miksi sisäisten kipujen ja henkilökohtaisten kokemuksien jakaminen sekä prosessointi on helpompaa, jos ryhmä on kooltaan pieni.

3 HOITOKOTI SEUKKALAN RYHMÄTYÖSKENTELEY

Hoitokoti Seukkalan kuntoutusohjelmaan sisältyy teemallisten keskusteluryhmien lisäksi yhteisöllistä ohjattua toiminnallisuutta. Opinnäytetyössäni näkökulmana painottuu teemallisten keskusteluryhmien osuus, koska juuri näiden kuntoutukseen sisältyvien ryhmien jatkoksi virtuaalinen keskusteluryhmä on tarkoitettu. Olen saanut noin 18 vuoden aikana olla suunnittelemassa ja muokkaamassa Seukkalan ryhmien toimintaa ja sisältöä, ennen kaikkea asiakkaiden tarpeiden mutta myös yhteiskunnassa tapahtuneiden muutosten mukaisesti. Asiakkaiden kertomat kokemukset, ehdotukset ja toiveet ovat olleet tärkeä osa ryhmien toiminnan suunnittelua ja kehittämistä. Yhteiskunnassa tapahtuneiden muutosten vaikutuksesta Seukkalan ryhmiin mainitsen päihdekuntoutukseen keskimäärin myönnettävien jaksojen ajallisen lyhenemisen, joka on vaikuttanut vahvasti Seukkalan ryhmien toiminnan ja muotojen suunnitteluun. Aikaisemmin ryhmiä oli mahdollista toteuttaa suljettuina ryhminä, jolloin ryhmän keskinäinen vuorovaikutus, luottamus ja yhteinen prosessi kasvoivat syvemmälle tasolle. Ryhmien ajallinen kesto oli myös pidempi. 2000-luvun puolivälistä asti ryhmiä on jouduttu toteuttamaan nonstop-periaatteella, jolloin ryhmän kokoonpano voi muuttua useammankin kerran ryhmän aikana. Tämä on mahdollistanut kaikkien sekä lyhyillä että pitkillä kuntoutusjaksoilla olevien asiakkaiden osallistumisen ryhmiin. Samalla se on kuitenkin vaikeuttanut keskinäisen luottamuksen ja asioiden käsittelyn syvenemistä ryhmässä.

Yhteisöhoidon periaatteet ja yhteisöllisyyden toteutuminen ryhmän sisällä ovat Seukkalan ryhmätyöskentelyn lähtökohtina. Yhteisöllisyydessä ryhmän jäsenillä on yhteinen tavoite ja he pyrkivät tietoisesti tukemaan toisiaan sen saavuttamisessa. Ryhmän jäsenillä on mahdollisuus vaikuttamiseen ja ryhmän yhteisistä asioista vastuun kantamiseen. Kokemus yhteenkuuluvuudesta ja osallisuudesta ryhmän sisällä on voimakasta. Seukkalan ryhmien tavoitteena on jokaisen ryhmän muotoutuminen asiakaslähtöisesti, jolloin ryhmäläisten henkilökohtaisten toipumisprosessien vaiheet ja ryhmän keskinäinen vuorovaikutus määrittelevät ryhmässä tapahtuvan keskustelun tasoa ja käsiteltävien teemojen sisältöä. Keskustelu on usein aluksi yleisemmällä ja tiedon jakamisenkin tasolla pysyttelevää. Ryhmäläisten välisen luottamuksen vahvistuessa tulee mahdolliseksi avoin ja rehellinen vuorovaikutus sekä henkilökohtaisten kokemusten, kysymysten ja ajatuksien esille tuominen ja yhdessä pohtiminen, mikä mahdollistaa vertaistuen osuutta. Vertaistuki

muodostuu saman kaltaisesta asiasta tai elämän alueesta kokemusta omaavien henkilöiden keskinäisestä ymmärryksestä ja mahdollisuudesta tukea toisiaan positiiviseen muutokseen tai sen ylläpitämiseen sekä haasteellisissa tilanteissa selviytymiseen.

Hoitokoti Seukkalan ryhmissä käsitellään riippuvuutta ja sen taustalla vaikuttavia asioita. Käydään läpi riippuvuuden eri muotoja ja niiden tunnuspiirteitä sekä niiden ilmenemistä ryhmäläisten omassa elämässä. Rakennetaan yhdessä riippuvuuden puu, johon kirjattavat asiat löytyvät ryhmäläisten omista elämäkokemuksista. Läheisriippuvuus nousee usein yhteisenä ja elämänhallintaan laajasti vaikuttavana asiana tarkempaa käsittelyä vaativaksi teemaksi. Riippuvuuden puun vastakohtaksi ryhmässä tehdään raittiuden puu, joka nivoutuu muutosprosessin ja toipumisen vaiheiden käsittelemiseen. Retkahtaminen ja erityisesti sitä ennakoivat tunnuspiirteet sekä näihin tilanteisiin selviytymiskeinojen etsiminen yhdessä ovat suuri ja tärkeä kokonaisuus. Tunteiden tunnistaminen ja niiden terveen hallinnan oppiminen ovat myös tärkeä teema. Ryhmissä pohditaan elämänasenteita ja niiden merkitystä omiin valintoihin ja elämänhallintaan sekä mahdollisuutta vaikuttaa omiin asenteisiin tulevaisuudessa. Itsetuntemuksen lisääntymistä pyritään tukemaan esimerkiksi persoonallisuuden rakenteisiin liittyviä asioita tarkastelemalla. Tulevaisuuden ja omien tavoitteiden sekä haaveiden pohtiminen yhdessä on tärkeää erityisesti ryhmän ja kuntoutusjakson loppupuolella.

4 VERKKOPALVELUT PÄIHDEKUNTOUTUKSEN TUKENA

A-klinikkasäätiö ylläpitää verkossa jo 20 vuotta toiminutta Päihdelinkki-sivustoa. Sivustolta löytyy laaja-alaisesti tietoa erilaisiin päihteisiin ja muihin riippuvuuksiin liittyen. Siellä voi käydä tekemässä tai tulostaa testejä eri riippuvuuksien tai mielialan tunnistamisen tueksi. Sivustolle on mahdollista kirjoittaa omia tarinoita sekä käydä lukemassa muiden kirjoittamia tarinoita. Päihdelinkki sisältää useita erilaisia vertaistuellisia, myös läheisille suunnattuja keskustelufoorumeita. Aihealueita ovat päihteiden lisäksi esimerkiksi ongelmapelaaminen, internetin käytön hallinta sekä mielenterveyden pulmat ja päihteiden yhteys mielenterveyteen. Päihdelinkin neuvontapalvelussa päihdealan ammattilaiset vastaavat päihteiden käyttöön ja riippuvuuteen liittyviin kysymyksiin. Sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille on oma eKonsultaatio-palvelu. Sivuston mistä apua -osiosta löytyy tiivis perustietopaketti päihdehoidosta, hoitopaikoista, internet- ja puhelinpalveluista sekä vertaistukiryhmistä. A-klinikkasäätiö tarjoaa myös verkkopohjaista päihdekuntoutusta, jossa yhdistyvät verkossa tapahtuva kuntoutujan itsehoito ja päihdealan ammattilaiselta kasvokkain kohtaamisen kautta tuleva tuki. Ohjelman aikana kuntoutuja tekee tehtäviä ja harjoituksia itsenäisesti verkossa ja saa niihin ammattilaiselta henkilökohtaisen palautteen. Ohjelmaan sisältyvät kasvokkain tapaamiset toteutuvat joko A-klinikan toimipisteessä tai videovälitteisesti. Verkkopohjaisen päihdekuntoutuksen kesto on neljä kuukautta, jonka jälkeen on vielä kahden kuukauden seurantajakso. (A-klinikkasäätiö 2016.)

Haastattelin puhelimitse Heidi Ahjoniemeä, joka toimii A-klinikkasäätiöllä verkkopohjaisten hoitopalveluiden projektikoordinaattorina. Hän kertoi verkkopohjaisen päihdekuntoutuksen pilottivaiheen päättyneen toukokuussa 2015, jonka jälkeen A-klinikkasäätiöllä oli jatkettu palvelun kehittämistä. Verkkopohjainen päihdekuntoutus oli Ahjoniemen mukaan otettu A-klinikkasäätiöllä tuotantokäyttöön keväällä 2016. Verkkopohjaiseen päihdekuntoutukseen osallistuva asiakas ei tarvitse lähetettä mutta maksava taho/maksusitoumus hänellä kuitenkin täytyy olla voidakseen siihen osallistua. Ahjoniemi kertoi, että verkkopohjaisessa päihdekuntoutuksessa on ollut hyvin osallistujia ja he ovat olleet motivoituneita sekä sitoutuneita työskentelyyn. Ahjoniemi mainitsi esimerkkeinä kohderyhmistä, joita verkkopohjainen päihdekuntoutus voi palvella opiskelijat, työelämässä olevat sekä sellaiset henkilöt, joille sosiaalinen kasvokkain kohtaaminen

on hankalaa. Tavoitteena on, että verkkopohjainen päihdekuntoutus voisi toimia myös muun hoidon tukena esimerkiksi silloin kun välimatkat ovat pitkiä. Lisäksi sen toivotaan helpottavan perinteiseen A-klinikoilla tapahtuvaan kasvokkain työskentelyyn sitoutumista. Ahjoniemen käsityksen mukaan näin onkin jo tapahtunut joidenkin asiakkaiden kohdalla. Asiakkailta kerätyssä palautteessa keskeisiä asioita ovat olleet etä-työskentelyn helppous silloin kun välimatkat ovat pitkiä sekä anonyymiuden kokeminen hyvänä ja leimaantumista ehkäisevänä tekijänä. Lisäksi henkilöt, joilla on elämässään ollut sosiaalista hankaluutta olivat kokeneet työskentelyn verkossa kasvokkain tapahtuvaa työskentelyä helpompana. Myös työntekijät ovat olleet tyytyväisiä verkkopohjaiseen työskentelyyn. (Heidi Ahjoniemi, henkilökohtainen tiedonanto 15.8.2016.)

Tukinet on Raha-automaattiyhdistyksen rahoittama internet-alusta eri järjestöjen tarjoamille kriisi-, tuki- ja auttamispalveluille. Palvelun ylläpidosta huolehtii ja toiminnan kehittamisestä ja koordinoinnista vastaa Sastamalan mielenterveysseura ry. Tukinetin toiminnassa on mukana yli 40 kansalaisjärjestöä ja yhdistystä. Sivuston kautta on mahdollisuus saada sekä henkilökohtaista että ryhmämuotoista keskustelutukea eri aihealueisiin liittyen. Tukinetissä toimii net-tukipalvelu, johon on mahdollista kirjoittaa asioista ja kysymyksistä, joista kokee tarvetta keskustella. Tuki-netin koulutetut vapaaehtoiset tukihenkilöt tai kriisityöntekijät pyrkivät vastaamaan viesteihin viiden päivän sisällä. Tuki-netin kautta on mahdollista osallistua avoimiin ja suljettuihin sekä liveryhmiin. Avoimissa ryhmissä keskustelu on julkista, jolloin alustalle kirjoitetut viestit ovat kaikkien sivustolla kävijöiden luettavissa. Suljetut ryhmät ovat teemallisia keskusteluryhmiä, joihin voivat osallistua ainoastaan rekisteröityneet ja kyseiseen ryhmään käyttöoikeuden saaneet henkilöt. Liveryhmät puolestaan ovat reaaliajassa toimivia joko avoimiin tai teemaryhmiin liitettyjä keskustelukanavia. (Tukinet 2016.) Tukinetin palvelu ei ole varsinaisesti päihdekuntoutuksen tueksi suunniteltua. Sieltä löytyy kuitenkin tukea erilaisiin elämäntilanteisiin ja mielestäni paljon mahdollisuuksia päihdekuntoutujienkin käytettäväksi.

5 YHTEISTYÖTAHOT JA TOIMINTAYMPÄRISTÖ

5.1 Väentupa ry

Väentupa ry on laukaalainen vuonna 1986 perustettu kolmannen sektorin yhdistys. Sen toiminnan perustana ovat kristillinen arvopohja ja yhteisohoidon periaatteet. Väentupa ry:llä on viisi keskenään yhteistyössä toimivaa yksikköä päihde- ja mielenterveyskuntoutujille: tuetun asumisen yksiköt Kievari, Honkatupa ja Mäkitupa, kuntouttavan työtoiminnan yksikkö Ser sekä päihdekuntoutusta ja pitkäaikaista yhteisöllistä asumispalvelua tarjoava yksikkö Hoitokoti Seukkala. Edellä mainittujen lisäksi Väentupa ry omistaa Kolarin kunnassa Tapojoki-kiinteistön, jota käytetään oman yhdistyksen toiminnassa elämys- ja virkistysmatkojen ja leirien kohteena sekä vuokrataan ulkopuolisille.

Väentupa ry:n kaikki yksiköt ovat opinnäytetyössäni yhteistyökumppaneina ja suuri osa niissä työskentelevistä ohjaajista osallistui virtuaalisen pilottiryhmän kehittämisprosessiin. Pilottiryhmällä tarkoitan opinnäytetyössäni kehitettävällä toimintamallilla ensimmäistä kertaa toteutettavaa ryhmää, jonka avulla pyrin arvioimaan toteutustavan toimivuutta kohderyhmän tukemisessa. Tavoitteena meillä on, että pilottiryhmän toteutuksen ja arvioinnin jälkeen tuloksen ollessa positiivinen virtuaalisesta keskusteluryhmästä tulee pysyvä osa Väentupa ry:n päihde- ja mielenterveyskuntoutujien elämänhallintaa ja raittiutta tukevaa palvelupakettia. Osa kuntoutujista siirtyy Hoitokoti Seukkalan päihdekuntoutuksen jälkeen tuettuun asumiseen Väentupa ry:n asumisyksiköihin sekä/tai jatkaa kuntouttavassa työtoiminnassa Serillä. Tämän vuoksi merkittävä osa virtuaaliseen ryhmään osallistuvista henkilöistä tulee olemaan edellä mainittujen yhteisöjen jäseniä.

Opinnäytetyöni aikana Hoitokoti Seukkala on Väentupa ry:n yksiköistä yhteistyön kannalta keskeisin. Hoitokoti Seukkalan asiakkaiden ikäjakauma on laaja. Omien työskentelyvuosieni aikana (1991 lähtien) se on vaihdellut 18–85 ikävuoden välillä. Seukkalassa on mahdollisuus kuntoutukseen miehille, naisille ja perheille. Suurella osalla asiakkaista on kaksoisdiagnoosi. Kaikille yhteistä on kuitenkin päihde elämänhallintaa haittaavana asiana. Tavoitteena on kehittää virtuaalinen keskusteluryhmä toimimaan jatkoryhmänä Hoitokoti Seukkalan kuntoutukseen sisältyvälle keskusteluryhmälle sekä kuntoutuksesta

kotiin siirtyville asiakkaille nivelvaiheen tueksi. Virtuaalisella ryhmällä tarkoitan internet-verkon välityksellä toteutettavaa ryhmää, jonka jäsenet osallistuvat keskusteluun tietokoneen, tabletin tai puhelimen kautta. Virtuaaliseen ryhmään osallistumisen edellytyksenä tulee olemaan Hoitokoti Seukkalan päihdekuntoutuksen läpikäyminen, näin ollen luontevin kehittämistyön tukikohta on Hoitokoti Seukkala.

5.2 Lähettävät tahot ja tukiverkosto

Pilottiryhmään osallistuvien ryhmäläisten luvalla teen yhteistyötä heidät Seukkalan päihdekuntoutukseen lähettäneiden sekä avohuollon tukiverkostoon kuuluvien tahojen (esimerkiksi päihdepoliiklinikat ja sosiaalitoimistot) kanssa. Osa pilottiryhmään osallistuvista henkilöistä asuu toisella paikkakunnalla. On tärkeää, että myös heidän kohdallaan oman paikkakunnan tuki- ja hoitoverkostot ovat tietoisia ryhmätyöskentelystä. Ryhmäläisten luvalla voin myös kertoa yhteistyötahoille ryhmien teemoista niin, että virtuaaliryhmässä käsitellyt asiat voivat mahdollisimman hyvin tukea heidän kuntoutumistaan kokonaisuutena. Virtuaalisen keskusteluryhmän vakiintuessa osaksi Väentupa ry:n palvelupakettia, tavoitteena on asiakkaan tukiverkostossa tehtävän yhteistyön vahvistaminen entisestään.

6 AIKAISEMPIA AIHEESEEN LIITTYVIÄ TUTKIMUKSIA

Verkkopalvelut ovat lisääntyneet 2000-luvulla ja niitä on pyritty kehittämään eri tahoilla vastaamaan tämän päivän tarpeisiin. Verkkopalvelujen mahdollisuuksien hyödyntäminen perinteisten palvelujen rinnalla ja niiden tukena vaatii mielestäni jatkuvaa kehittämistyökentelyä sekä tutkimuksen alueella, että käytännön työtä tekevien arjessa. Olen tietoisesti valinnut tähän esimerkeiksi sosiaali- ja terveydenhuollon järjestöihin kohdistuneita tutkimuksia. Olen pyrkinyt nostamaan niistä esille opinnäytetyöni aihetta lähelle tulevia asioita.

Selvitys RAY:n avustamista verkkopalveluista – Tietoa ja tukea internetissä kansalaisten terveydellisiin ja sosiaalisiin ongelmiin on Pirjo Kupilan vuonna 2010 tekemä RAY:n avustustoiminnan raportti. Selvityksessä oli tavoitteena kartoittaa sosiaali- ja terveysjärjestöjen RAY:n tuella kehittämien verkkopalvelujen tilannetta Suomessa. Lisäksi tavoitteena oli arvioida verkkopalvelujen kehittämistyön tuloksia toimivuuden ja käyttäjälähtöisyyden näkökulmista. Selvityksen kautta pyrittiin saamaan tietoa myös järjestöillä olleista tavoista kehittää ja ylläpitää omia verkkopalvelujaan. Selvitys kohdistui järjestöissä 2000-luvulla luotuihin ulkoisiin verkkopalveluihin. Internetin todettiin nousseen enenevässä määrin vuorovaikutteisen kanssakäymisen paikaksi järjestöjen toiminnassa, kun se aikaisemmin oli toiminut pääasiassa tiedon siirron välineenä. Selvityksessä esille nostettiin verkon hyvä soveltuvuus vertaistuen ja yhteisöllisyyden välineenä auttamistyössä. (Kupila 2010.)

Tuorempi Raha-automaattiyhdistyksen toimeksiannosta vuonna 2013 tehty raportti on *Kohti käyttäjien vertaisnettiä – Esikuva-analyysi ja uusia avauksia vertaistuen verkkopalveluista osana järjestöjen palvelutarjontaa*. Aalto-yliopiston yhteydessä toimineen VirtualCoach-tutkimusprojektin asiantuntijaryhmän tekemässä selvityksessä oli tutkittu asiantuntija-analyysin keinoin viittä RAY:n rahoittamaa internet-palvelua. Tutkimuksessa oli ollut tavoitteena löytää parhaiten toimivat tavat ja käytännöt, joilla järjestöt jo toteuttivat internetpalveluita toiminnassaan. Toisena tavoitteena oli ollut luoda kuva järjestöjen käytössä olevasta teknologiasta sekä löytää uusia teknologisia mahdollisuuksia parantaa verkkopalveluja. Selvityksessä kuvattiin internettiä ajasta ja paikasta riippumattomaksi ympäristöksi, joka on 2000-luvulla tuonut järjestöille uusia mahdollisuuksia

tuottaa ja kehittää palveluitaan. Selvityksessä arvioitiin tutkittujen järjestöjen internet-sivustojen teknisen toteutuksen tason olleen vähintään kohtuullista. Selkeitä ongelmia kerrottiin esiintyneen jonkin verran palvelujen käytettävyydessä. Järjestöjen kannalta todettiin toimivaksi käytännöksi verkkopalvelujen teknisen toteutuksen tilaaminen ulkopuolisilta tuottajilta. Järjestöille arvioitiin silloin jäävän paremmat mahdollisuudet keskittyä oman varsinaisen ydintoimintansa toteuttamiseen ja kehittämiseen. Tutkimukseen sisältyneessä palvelutarpeenselvityksessä nousi esille selvä tarve vahvistaa vertaisuuden ja kokemusasiantuntijuuden hyödyntämistä verkkopalveluissa. Käyttäjille suunnatun kyselyn perusteella verkkopalvelujen mahdollisiksi kehityssuunniksi nostettiin reaaliaikaisien keskustelujen lisääminen, kahdenkeskiset keskustelut, pienryhmätuki sekä ammattilaistuki. Vastauksissa toivottiin myös verkkopalvelujen löydettävyyden parantamista. Raportin yhteenvedossa suositeltiin vertaisnettipalveluihin panostamista järjestöjen toiminnassa sekä järjestöille suunnattavassa tuessa. (Lagus, Saari, Styrman & Tiainen 2013.)

Valitsemistani tutkimusesimerkeistä laajin on Anne Rahikan vuonna 2013 valmistunut väitöskirja *Dialogi auttavissa verkkopalveluissa – Sosiaali- ja terveysjärjestöjen ammatillaisten kertomuksia kommunikaatiosta*. Tutkimuksessa oli kerätty aineistoa sosiaali- ja terveysjärjestöissä työskenteleviltä 18:lta verkkotyötä tekevältä ammattilaiselta aktiivisen teemahaastattelun avulla. Tutkimuksen kohteena väitöskirjassa oli ammattilaisten toteuttama niin sanottu auttava verkkopalvelutyö, joka määrittyi kertomuksissa ajasta ja paikasta riippumattomaksi, nimettömäksi sekä palveluketjussa siirtymävaiheen palveluksi. Väitöskirjassa sosiaali- ja terveysjärjestöjen verkkopalvelut jaetaan tieto- ja vuorovaikutteisiin palveluihin. Keskusteluryhmät, joihin opinnäytetyöni pilottiryhmäkin kuuluu ovat osa vuorovaikutteisia palveluja. Järjestöjen kerrottiin tarjoavan avoimia, suljettuja ja puoliavoimia ryhmiä. Näistä osan kerrottiin olevan toteutukseltaan reaaliaikaisia ja osan ei reaaliaikaisia. Väitöskirjassa oli tutkittu verkkopalvelutyötä myös yhteisöllisyyden näkökulmasta. Internetryhmiä kuvattiin siinä verkkoyhteisöiksi, joiden kautta on mahdollista vastata ihmisillä olevaan uudenlaiseen yhteisöllisyyden tarpeeseen. Verkkokommunikaation avulla arvioitiin olevan myönteinen mahdollisuus ylläpitää ja vahvistaa ihmisten sosiaalisia suhteita, jotka saattavat nykyään olla hajautuneita eri yhteisöihin. Väitöskirjan tutkimuksessa haastateltujen työntekijöiden kokemuksien pohjalta Rahikka kuvasi verkkopalveluja matalaksi kynnykseksi, jonka yli on helpompi tulla hakemaan ensivaiheen apua. Verkkopalvelujen arvioitiin auttavan asiakasta siirtymään palveluketjussa eteenpäin pitkäkestoisen palvelun piiriin. (Rahikka 2013.)

7 MENETELMÄLLISET RATKAISUT JA ARVIOINTIASETELMA

7.1 Kehittävä arviointi

Opinnäytetyössäni käytin tutkimusotteena *arviointia* eli *evaluaatiota*, jossa on keskeisintä käytännön palautejärjestelmien antama arvio työn tai toiminnan vaikuttavuudesta. Arviointitutkimuksessa selvitetään kehitettävän toiminnan vaikutuksia. Todettujen vaikutuksien pohjalta pyritään löytämään toimivampia ja parempia strategioita toiminnan toteuttamiselle jatkossa. Arviointitutkimuksessa yhdistyvät teoria ja prosessin kautta selvitetty tieto. (Virtuaaliammattikorkeakoulu 2007.) Arvioinnin viitekehyksenä käytin opinnäytetyössäni kehittävä arviointia. Pattonin mukaan kehittävä arvioinnin päämääränä ja tärkeimpänä tarkoituksena on tukea kehittämistä. Kehittämisen tukeminen on lähtökohta, joka mahdollistaa arvioinnin hyödyntämisen käytännössä. Arviointi tuottaa tulokseksi tietoa siitä, mikä toimii käytännössä ja mikä ei. Arvioinnista saadun tiedon avulla pystytään testaamaan toiminnan ja sen vaikutusten todellisuutta. Kehittävässä arvioinnissa nähdään tarve vastata toimintaympäristöjen jatkuvaan muutokseen ja sen vuoksi myös toiminnan kehittämisen tarpeen ajatellaan olevan jatkuvaa. Kehitettävän ja arvioitavan toiminnan ei odoteta tulevan täydelliseksi tai täysin valmiiksi. (Patton 2011, 3-11.)

Kuvaan ensin opinnäytetyössäni käytettyjä menetelmällisiä ratkaisuja ja kehittävä arvioinnin vaiheita pääpiirteissään. Kehittävä arvioinnin vaiheiden toteutumiseen käytännössä palaan tarkemmin alaluvussa 7.3.

Kehittävä arvioinnin vaiheiden mukaisesti pysähdyin prosessin eri vaiheissa yhdessä pilottiryhmän jäsenten ja Väentupa ry:n yksiköiden työtiimien kanssa pohtimaan ja arvioimaan virtuaalisen ryhmän kehittymistä ja toimivuutta sekä vastaako se kohderyhmän tarpeisiin. Yhteisessä arvioinnissa esille tulleet asiat toimivat välineinä, kun määrittelin ryhmätyöskentelyn kehittämisen suuntia ja tein valintoja niiden suhteen. (Thitz 2015.)

Virtuaalisen ryhmäprosessin alkukartoitusvaiheessa sovelsin arvioinnin tyypeistä *tarpeiden arviointia* ja tein *tarveanalyysia*. Pilottiryhmän toteutusvaiheessa tein jatkuvaa *prosessien arviointia* ja samanaikaisesti pyrin *tarveperustaisesti havainnoimaan* millä tavalla ja kuinka hyvin pilottiryhmä pystyi vastaamaan ryhmäläisten tarpeisiin. *Vaikutusten*

arviointia pyrin tekemään jo pilottiryhmän toteutusvaiheen aikana esimerkiksi ryhmäläisiltä jokaisen ryhmän kokoontumiskerran lopuksi saamani palautteen pohjalta. Vaikutusten arviointi korostui ryhmäprosessin päättymisen jälkeen ryhmäläisiltä, heidän tukiverkostoiltaan, Väentupa ry:n toiminnanjohtajalta ja ohjaajilta keräämäni palautteen sekä omien havaintojeni pohjalta tekemässäni arvioinnissa. (Robson 2001, 77-83.)

Aineiston keruumenetelminä opinnäytetyössäni olivat keskeisiä *srukturoimattomat* ja *puolistrukturoidut haastattelut* sekä *havainnointi* niiden pohjalta. Lisäksi Väentupa ry:n johtoryhmän kokouksessa ja Hoitokoti Seukkalan kehittämispäivässä käydyissä keskusteluissa sovelsin *fokusryhmähaastattelua*. Haastattelutilanteet olivat vapaamuotoisia ja sen säilyttämisen vuoksi en nauhoittanut keskusteluja. Haastatteluaineiston tallentamismenetelmänä käytin kirjaamista. (Robson 2001, 126-127 ja 140-143.) Pyrin kirjaamaan keskustelut mahdollisimman tarkasti haastattelutilanteiden aikana. Lisäksi tarkensin kirjaamistani ja tein yhteenvedon haastattelujen sisällöstä välittömästi haastattelutilanteiden jälkeen. Samoin toimin tallentaessani pilottiryhmä Virtuaaliväentuvan kokoontumiskerroilla käydyistä keskusteluista saamaani aineistoa. Jokaisen ryhmän kokoontumisen aikana kirjasin muistiinpanoja siinä käydyistä keskustelusta ja ryhmän aikana tekemistäni havainnoista. Ryhmäkertojen jälkeen tarkensin muistiinpanojani ja tein mahdollisimman tarkasti kuvatun yhteenvedon ryhmästä.

7.2 Arviointiasetelma

Arviointiasetelman eli opinnäytetyön keskeisten tavoitteiden, arviointikysymyksien ja arviointikriteerien määrittelemisen selkeytti pilottiryhmän käytännön toteutuksen sekä sen käyttämisen kehitettävän toimintamallin arvioinnin välineenä suunnittelemista. Vastamalla arviointikysymyksiin arviointikriteerien mukaisesti, saatiin selville pystyikö pilottiryhmä täyttämään virtuaaliselle ryhmätoimintamallille asetetut tavoitteet. Koko opinnäytetyön tavoitteen eli virtuaalisen keskusteluryhmän käytännön toimivuuden arvioiminen tapahtui siis arviointiasetelmassa määriteltyjä asioita mittareina käyttäen. Esittelen seuraavaksi arviointiasetelman sisältämät asiat.

Opinnäytetyön keskeiset tavoitteet:

Virtuaalisen ryhmätoimintamallin edellytysten ja toimivuuden arviointi kuntoutujalle tarjottavien tukitoimien vahvistamisessa laitospalvelun ja avohuollon tukitoimien nivelvaiheessa.

Virtuaalisen ryhmätoimintamallin vaikutusten arviointi kuntoutujien päihteettömyyden ja elämänhallinnan säilymisessä sekä yhteisöllisyyden, osallisuuden ja rakentavan vertais-tuen lisääntymisessä kuntoutusjakson jälkeen.

Virtuaalisen ryhmätoimintamallin vakiintumisen osaksi Väentupa ry:n tarjoamaa palvelupakettia edellytysten arvioiminen.

Arviointikysymykset:

Miten päihdekuntoutuksen jatkona toteutettava virtuaalinen ryhmä on vahvistanut kuntoutujille tarjottavia tukitoimia palveluverkostossa?

Millaiset ovat olleet virtuaalisen ryhmätoimintamallin vaikutukset ja miten ne ilmenevät pilottiryhmään osallistuneiden kuntoutujien elämässä?

Millä edellytyksillä virtuaalinen ryhmätoimintamalli voidaan vakiinnuttaa toimintamallina osaksi Väentupa ry:n palvelupakettia Hoitokoti Seukkalan päihdekuntoutuksen jatkoryhmänä?

Arviointikriteerit:

Lopputuloksena on suotuisa, jos virtuaalisen ryhmän toteuttaminen on lisännyt yhteistyötä pilottiryhmään osallistuneiden tukiverkostoissa ja näin lisännyt tuen määrää sekä vaikuttanut positiivisesti kuntoutujan omaan sitoutumiseen hänelle tarjolla oleviin avohuollon tukitoimiin.

Virtuaalisen ryhmätyöskentelyn vaikutukset ovat suotuisat, jos pilottiryhmään osallistuneet ovat säilyttäneet päihteettömyyden tai mahdollisen retkahduksen sattuessa ovat ha- keutuneet heti tuen piiriin ja kyenneet katkaisemaan päihteen käytön nopeasti. Lisäksi arvioinnin kriteerinä ovat pilottiryhmään osallistuneiden kokemukset positiivisesta vai- kutuksesta yhteisöllisyyden, osallisuuden ja rakentavan vertaistuen lisääntymisestä arjen elämässään.

Virtuaalinen ryhmätyöskentely on mahdollista vakiinnuttaa toimintamuotona osaksi Vä- entupa ry:n palvelupakettia, jos ryhmän merkitys pilottiryhmään osallistuneiden elämässä on ollut positiivinen. Lisäksi edellytyksenä on, että pilottiryhmän toteuttamisen aikana on onnistuttu rakentamaan käytännön resurssit ja virtuaalisesta ryhmästä vastaavan ohjaajan ja muiden Seukkalan ohjaajien työnkuvien suunnittelu niin, että ryhmän toteuttaminen pysyvänä toimintamuotona on mahdollista.

7.3 Kehittävän arvioinnin vaiheet käytännössä

Arvioinnin aloittaminen

Alkukartoituksessa tein kohderyhmien kanssa ennakoivaa arviointia, jossa arvioin virtu- aalisen keskusteluryhmän kehittämisen tarpeellisuutta ja pilottiryhmän toteuttamisen mahdollisuuksia käytännössä (Thitz 2015; Virtuaaliammattikorkeakoulu 2007). Työs- kentelin kesän 2015 omassa työssäni Hoitokoti Seukkalassa ja toimin kuntoutusohjel- maan kuuluvien keskusteluryhmien vetäjänä. Kesän aikana kerroin kuntoutujille tavoit- teesta aloittaa opinnäytetyönäni virtuaalisen ryhmän suunnittelu sekä ryhmän pilotointi. Kartoitin ensin vapaamuotoisten keskustelujen kautta pilottiryhmään osallistumisesta kiinnostuneita henkilöitä. Heinäkuun lopulla annoin kuudelle pilottiryhmään osallistumi- sesta kiinnostuneelle kirjallisen kyselyn, jossa tiedustelin heidän kokemuksiaan Seukka- lan kuntoutukseen sisältyvistä ryhmistä, heidän ajatuksiaan virtuaalisen jatkoryhmän tar- peellisuudesta ja heidän halukkuuttaan osallistua pilottiryhmään. Lisäksi kysyin heidän toiveitaan virtuaaliryhmässä käsiteltävistä teemoista ja ryhmän käytännön toteuttamiseen liittyvistä asioista. Kerroin pilottiryhmän käytännön toteutuksen alkavan todennäköisesti keväällä 2016 ja sovimme että olen heihin silloin yhteydessä sähköpostin ja puhelimen välityksellä.

Kesän 2015 aikana keskustelin Hoitokoti Seukkalan ohjaajien, Väentupa ry:n toiminnanjohtajan ja Väentupa ry:n muiden yksiköiden ohjaajien kanssa sekä vapaamuotoisesti pohdiskellen että raporteilla ja henkilökuntapalavereissa. Pohdimme virtuaalisen ryhmän tarpeellisuutta ja mahdollisia toteutustapoja. Kesän aikana käytyjen keskustelujen ja kyselyjen pohjalta arvioin virtuaalisen ryhmän kehittämiseksi ja pilotoimiseksi olevan käytännön työstä ja erityisesti kuntoutujien tilanteista sekä toiveista nouseva tarve.

Arviointipalaverit

Prosessiarvioinnin välineinä käytin arviointipalavereja ja niissä tapahtunutta yhteisöllistä ja sisäistä arviointia sekä itsereflektointia. Jokaisen ryhmäkerran lopussa pyysin ryhmäläisiltä palautetta sen kertaista ryhmästä ja siinä olleen aiheen tarpeellisuudesta. Analysoin ja kirjasin ryhmän toimintaa sekä siinä käytyä keskustelua ja sen merkitystä ryhmäläisten arkeen jokaisen kokoontumiskerran jälkeen. Analysoin ja pyrin kehittämään omaa toimintaani ryhmän vetäjänä koko prosessin ajan. Pidimme Hoitokoti Seukkalan ohjaajien ja Väentupa ry:n toiminnanjohtajan kanssa arviointi- ja kehittämispalavereita virtuaaliryhmän pilotointivaiheen aikana. Arviointiin osallistui myös ohjaaja siitä tuetun asumisen yksiköstä, missä yksi ryhmäläisistä asui. Kirjasin palavereissa esille nousseet asiat ja käytin niitä ryhmän arvioinnin ja kehittämisen välineinä. (Thitz 2015; Virtuaaliammatikorkeakoulu 2007.)

Loppukartoitus

Yhteisen ryhmätyöskentelyn päätyttyä pyysin ryhmäläisiltä suullisen palautteen lisäksi kirjallisesti laajempaa palautetta virtuaalisen ryhmän toiminnasta sekä kehittämisideoita. Pyysin heitä arvioimaan ryhmän merkitystä ja vaikuttavuutta omassa arjen elämässään.

Pidimme Hoitokoti Seukkalan ja sen asumisyksikön, jossa yksi ryhmäläisistä asui ohjaajien kanssa yhteenveto-/loppuarviointipalaverin. Pyysin heitä arvioimaan ryhmän vaikutuksia opinnäytetyöni tavoitteiden, arviointikysymysten ja arviointikriteereiden mukaisesti. Kirjasin palaverissa esille nostetut asiat mahdollisimman tarkasti muistioon.

Kokosin yhteen kehittämis- ja arviointiprosessin aikana saamani tiedon ja tein sen pohjalta todentavaa arviointia pilottiryhmän vaikutuksista ryhmäläisten elämässä sekä ryhmän tarpeellisuudesta ja toimivuudesta käytännössä. (Thitz 2015; Virtuaaliammattikorkeakoulu 2007.)

8 PILOTTIRYHMÄ VIRTUAALIVÄENTUPA

8.1 Suunnitteluvaihe

Tammikuussa 2016 osallistuin Väentupa ry:n johtoryhmään, jossa Väentupa ry:n toiminnanjohtaja ja kaikkien yksiköiden vastaavat käsittelivät toiminnassa olleita ajankohtaisia asioita. Kerroin heille opinnäytetyöni etenemisestä. Sain johtoryhmän jäseniltä rohkaisua virtuaalisen ryhmän tarpeellisuudesta ja kehittämisideoita. Tammikuussa pidimme myös toiminnanjohtaja Jarmo Hakkaraisen kanssa suunnittelu- ja kehittämispalaverin opinnäytetyöhöni liittyen. Teimme kirjallisen sopimuksen opinnäyteyhteistyöstä sekä keskustelimme ryhmän käytännön toteutukseen liittyvistä selvitettävistä asioista. Sovimme että Väentupa ry maksaa mahdolliset kustannukset, joita tulee esimerkiksi tietoturvallisen alustan hankkimisesta virtuaaliselle ryhmälle.

Helmikuun 2016 aikana selvitimme yhteistyössä toiminnanjohtaja Jarmo Hakkaraisen kanssa virtuaalisen alustan tietoturvallisuuteen liittyviä kysymyksiä. Olimme yhteydessä TNNettiin, Inmics oy: hyn ja Well Works oy: hyn. Kaikista edellä mainituista paikoista saimme yhtenevän ohjeen teknisestä toteutuksesta ryhmän pilottivaiheessa. Heidän suosituksiensa mukaan pilottivaiheessa olisi järkevää hyödyntää internetistä valmiina löytyviä mahdollisimman tietosuojattuja alustoja. Lisäksi he suosittelivat tietosuojan varmistamista nimimerkkien käyttämisellä pilottiryhmässä. (Pekka Pellinen, henkilökohtainen tiedonanto 4.2.2016; Jussi Rautalampi, henkilökohtainen tiedonanto 4.2.2016.)

Maaliskuussa 2016 pidimme toiminnanjohtaja Jarmo Hakkaraisen kanssa palaverin, jossa kävimme läpi vaihtoehdot ja sovimme virtuaalisen ryhmän teknisestä toteutuksesta, sekä ryhmän aloittamisen ajankohdan.

Maaliskuun 2016 aikana olin yhteydessä kaikkiin kesällä 2015 pilottiryhmään osallistumisesta kiinnostuneisiin henkilöihin. Tiedustelin heidän mahdollisuuksiaan sen hetkessä elämäntilanteessaan osallistua huhtikuussa 2016 alkavaan virtuaaliseen ryhmään. Kuudesta aikaisemmin kiinnostuksensa ilmaiseesta kolme koki edelleen tarpeellisenä ja oli halukas osallistumaan ryhmään. Kolmea aikaisemmin kiinnostunutta en useista yrityksistäni huolimatta onnistunut tavoittamaan. Pohdimme Hoitokoti Seukkalan ohjaajien

kanssa löytyisikö kesän 2015 jälkeen kuntoutuksessa olleista henkilöistä sellaisia, jotka voisivat hyötyä pilottiryhmästä. Rajasimme että pilottiryhmään osallistuvat henkilöt olisivat kaikki minulle aikaisemmasta työskentelystä tuttuja. Silloin ryhmän pilotointi vastaisi mahdollisimman hyvin sitä tarkoitusta, mihin sitä ollaan kehittämässä. Olin yhteydessä kahteen henkilöön, joista toinen oli halukas osallistumaan alkavaan ryhmään.

Maaliskuun 2016 lopussa keskustelin kaikkien ryhmään ilmoittautuneiden kanssa puhelimitse. He kertoivat minulle sen hetkisestä elämäntilanteestaan sekä vaiheistaan Seukkan kuntoutusjakson jälkeen. Keskustelimme asioista, joissa he kokivat tarvitsevansa lisää tukea sekä heidän toiveistaan ryhmässä käsiteltäviksi teemoiksi. Kerroin ryhmän aloittamiseen, esimerkiksi virtuaaliselle alustalle pääsemiseen ja tietoturvasuuteen liittyvistä asioista ja sovimme ryhmän aloittamisen ajankohdan. Sovitusti lähetin heille kaikille sähköpostiin yhteenvedon puhelimesta keskustelemistamme asioista.

8.2 Käytännön toteutus

Virtuaaliväentupa-ryhmän ensimmäinen kokoontuminen oli 12.4.2016. Yksi osallistumishalukkuutensa aikaisemmin ilmaissut henkilö ilmoitti elämäntilanteensa muuttuneen niin, ettei hänen ollut mahdollista osallistua pilottiryhmään. Ryhmän lopulliseksi jäsenmääräksi muodostui kolme ryhmäläistä sekä ryhmänohjaaja. Erona useimpiin verkossa toimiviin ryhmiin Virtuaaliväentuvassa käytiin reaaliaikaista keskustelua mikrofonien välityksellä puhuen. Chat-mahdollisuus oli olemassa mutta sitä käytettiin ainoastaan varajärjestelmänä silloin, jos jonkun ryhmäläisen mikrofoni lakkasi toimimasta. Kuva-toimintoa ryhmässä ei käytetty. Ryhmä kokoontui seitsemän kertaa 12.4.2016 – 31.5.2016 välisenä ajanjaksona tiistaisin klo 10.00 – 12.00.

Ensimmäinen ryhmäkerta piti sisällään tutustumista ja kuulumisten vaihtamista. Heti ryhmän alussa totesimme, että kaikki ryhmän jäsenet tunnistivat toisensa äänen perusteella. Siitä huolimatta sovimme nimimerkkien käytöstä ryhmässä tietoturvasuuden varmistamiseksi. Kaikki kertoivat kokevansa tuttuuden positiivisena asiana, ei mennyt aikaa ”hukkaan” tutustumisessa ja luottamuksen etsimisessä. Aloituskerralla sovimme ryhmän säännöistä ja suunnittelimme yhdessä ryhmässä käsiteltäviä teemoja. Ryhmän keskustelusta

välittyi innokas ja rento ilmapiiri. Yhteisenä toiveena oli raittiutta tukevan vertaistuen kokeminen virtuaalisen ryhmän kautta.

Hoitokoti Seukkala on kristillisellä arvoperustalla toimiva yksikkö. Seukkalan kuntoutusohjelmaan kuuluvat ryhmät aloitetaan yleensä yhteisellä alkurukouksella. Virtuaaliväentupaa aloittaessamme kysyin ryhmän jäseniltä, miten he toivovat rukouksen suhteen ryhmässä meneteltävän. Kaikkien yksimielinen toive oli, että jokainen ryhmäkerta aloitettaisiin rukouksella. Osa ryhmäkerroista myös päätettiin ryhmäläisten toiveesta rukoukseen. Toinen jokaisella ryhmäkerralla toistuva asia oli ryhmien alussa käyty kuulumis- ja tunnelmakierros. Siinä jokaisella oli mahdollisuus kertoa ja jakaa toisten ryhmäläisten kanssa elämäänsä kuuluvia tai mieltään painavia asioita. Kuulumiskierroksella vaikuttanut vertaistuki oli selvästi havaittavissa. Lisäksi kuulumis- ja tunnelmakierroksen kautta saimme usein lähestymiskulmaa kyseisellä ryhmäkerralla käsiteltävään teemaan. Jokaisen kokoontumiskerran lopuksi kävimme lyhyen palautekeskustelun, miten ryhmän ilmapiiri oli koettu, oliko käsitelty aihe ollut tarpeellinen ja olivatko kaikki kokeneet saaneensa riittävästi mahdollisuuksia tuoda ajatuksiaan esille. Ryhmäläisten toivomuksesta tein jokaisesta ryhmässä käsitellystä teemasta ja siitä käydystä keskustelusta yhteenvedon, jonka lähetin heille sähköposteihin.

8.3 Virtuaaliväentupa-ryhmässä käsitellyt teemat

Ryhmä 1: Aloitus: Ryhmän raameista ja säännöistä sopiminen sekä teemojen yhteinen suunnittelu.

Ryhmä 2: Elämän sisältö / tyhjyyden kokeminen. Keskustelua elämään sisältöä tuovista asioista tai niiden puuttumisesta ja keinojen pohtimista uusien löytämiseksi.

Ryhmä 3: Raitis elämäntapa. Keskustelua siitä mitä raitis elämäntapa tarkoittaa käytännössä. Miten se toteutuu omassa elämässä. Millaiset asiat voisivat tukea siihen paremmin.

Ryhmä 4: Valintojen tekeminen. Keskustelua omien valintojen merkityksestä elämänhallintaan. Miksi usein on helpompaa tehdä ”huono valinta” kuin ”hyvä valinta”. Millaiset asiat ovat auttaneet hyvien valintojen tekemisessä.

Ryhmä 5: Ihmissuhteet – haasteet niissä. Keskustelua tärkeimmistä ihmissuhteista sekä ryhmäläisten niissä kokemista haasteista arjen vuorovaikutuksessa. (Sovimme jatkavamme teemaa seuraavalla ryhmäkerralla.)

Ryhmä 6: Ihmissuhteet – vahvuudet ja voimavarat. Keskustelua ryhmäläisten vahvuuksista jotka auttavat hyvään vuorovaikutukseen, sitoutumisesta ystävyYTEEN sekä parisuhteeseen, läheisriippuvuuden vaikutuksen ja terveiden rajojen tunnistamisen tärkeydestä heidän kohdallaan. Yhteistä pohdintaa ihmissuhdetaitojen oppimisen ja vahvistamisen mahdollisuuksista.

Ryhmä 7: Raitis elämä – mistä nautit, mistä olet ylpeä. Keskustelua raittiuden kokemisesta tällä hetkellä (pakko vai vapautta?). Keskustelua asioista joista saa nautintoa tai on ylpeä ja mitkä eivät olisi mahdollisia ilman raittiutta sekä tulevaisuuden toiveista. Tunnelmat ryhmän loppuessa ja palautetta koko ryhmästä.

8.4 Yhteenvetoa ryhmän toiminnasta

Kokonaisuutena kaikilla ryhmäkerroilla käyty keskustelu oli luontevaa. Yhdessä ryhmäläisten kanssa totesimmekin, ettemme kokeneet suurta eroa virtuaalisessa ryhmässä ja perinteisessä ryhmässä tapahtuvan keskustelun välillä. Merkittävimmäksi eroksi tunnistimme sanattomien viestien vähyyden. Virtuaalisessa keskusteluryhmässä ei ollut mahdollista nähdä puhujan ilmeitä ja eleitä. Tämän vuoksi ryhmissä korostui tulkintojen ja keskinäisen ymmärtämisen varmistaminen tekemällä tarkentavia kysymyksiä. Virtuaali-väentupa-ryhmässä ymmärtämistä helpotti ryhmäläisten aikaisempi tuttuus, sen myötä esimerkiksi äänenpainot vahvistivat toisen sanallista viestiä. Keskustelu oli avointa ja rehellistä, ryhmässä uskallettiin puhua kipeistäkin asioista. Myös omista epäonnistumisista kerrottiin ja niistä selviytymiseen pohdittiin keinoja yhdessä.

Ryhmäläiset sitoutuivat ryhmään hyvin, jos joku ei päässyt osallistumaan ryhmäkerralle hän ilmoitti siitä minulle aina ennen ryhmän alkamista. Olin valinnut ryhmän aloitusajankohdan klo 10.00 tarkoituksella. Mielestäni se ei ollut liian aikainen mutta oli kuitenkin riittävästi aamupäivällä voidakseen tukea niin sanotun päivärytmin löytämistä tai säilyttämistä arjessa. Osa ryhmäläisistä kertoi ajankohdan vaikeuttaneen ryhmään osallistumistaan ja aiheuttaneen pari poissaoloa ryhmästä. Ryhmän ajankohdan perustelu kuitenkin ymmärrettiin ja sen tunnistettiin tukevan raitista elämäntilannetta.

Teknisiä vaikeuksia esiintyi ryhmäkokonaisuuden aikana yllättävän vähän. Opinnäytetyöni suunnitelmassa olin nimennyt haasteena virtuaalisen ryhmän onnistumiselle huonosti toimivat internet-yhteydet koska tiesin osan ryhmäläisistä asuvan alueella missä yhteydet saattavat katketa usein. Ensimmäisellä ryhmäkerralla erään ryhmäläisen mikrofoni lakkasi yllättäen toimimasta ja hän osallistui keskusteluun hetken aikaa chat-toiminnon kautta. Lisäksi ryhmäalustalle pääsemiseen tarvittavissa linkeissä oli aluksi ongelmia. Ne onnistuimme selvittämään puhelinta apuna käyttäen. Virtuaaliväentupa-ryhmän edetessä tekninen osaamisemme vahvistui ja ongelmat vähenivät. Ajoittain keskustelua hieman häiritsi verkkoyhteyden tason vaihtelusta johtunut puheäänien katkonaisuus.

9 VIRTUAALIVÄENTUPA-RYHMÄSTÄ SAATU PALAUTE

9.1 Ryhmän jäsenten antama yhteinen palaute ryhmäkertojen lopussa

Ryhmäkertojen lopussa kävimme yhteistä keskustelua siitä, miten kukin oli sen kertaisen ryhmän kokenut. Ryhmäläisten antamassa palautteessa toistui jokaisella ryhmäkerralla yhteinen kokemus siitä, että he olivat kokeneet keskustelun ja käsitellyn teeman olleen tarpeellisia. Keskustelu oli koettu huojentavana ja ajatuksia eteenpäin vievänä. Ryhmän koettiin auttavan oman pohdinnan syventämistä. Ryhmässä käydyn keskustelun kerrottiin antaneen työkaluja arkeen. Samoin yhteisessä palautteessa toistui ryhmäläisten kuvaama kokemus turvallisesta ilmapiiristä, missä voi puhua vapaasti. Ainoastaan yhden ryhmäkerran palautteessa tätä ei oltu erikseen mainittu. Yli 50 %:ssa palautteesta esille nousivat porukan tiiviiksi kokeminen sekä vertaistuen, ymmärryksen ja yhteenkuuluvuuden tunteiden kokemukset. Osa ryhmäläisistä kertoi odottavansa ryhmän kokoontumiskertaa koska koki ryhmän tuovan sisältöä viikon ohjelmaan. Ryhmäläiset uskalsivat ryhmäkertojen aikana antaa myös korjaavaa palautetta, jos esimerkiksi keskustelu lähti liikaa ”rönsyilemään”. Lisäksi he uskalsivat keskustelun aikana tuoda esiin eriäviäkin mielipiteitä. Nämä ovat asioita jotka antavat itselleni luottamusta siihen, että ryhmäläisiltä saamani palaute oli rehellistä ja luotettavaa.

9.2 Ryhmäprosessin päättymisen jälkeen ryhmäläisiltä kerätty palaute

Koko ryhmän päättymisen jälkeen jokainen ryhmäläinen vastasi henkilökohtaisesti seuraaviin kysymyksiin. Heidän vastauksistaan olen tehnyt tiivistetyn yhteenvedon niin, ettei kenenkään henkilöllisyyttä voi tunnistaa.

Minkälainen kokemus sinulle on ollut Virtuaaliväentupa-ryhmään osallistuminen?

Kaikissa vastauksissa ryhmään osallistuminen oli koettu positiivisena kokemuksena. Asioiden jakaminen ja yhdessä pohtiminen oli koettu tärkeänä. Ryhmän kerrottiin palauttaneen mieleen asioita, joita on tarpeellista huomioida omassa elämässä. Vastauksissa kerrottiin myös luottamuksen kokemisesta ryhmässä: ”On ollut lupa olla oma itsensä.”

Olivatko ryhmässä käsitellyt aiheet mielestäsi tarpeellisia?

Vastauksissa oli yhteistä kokemus ryhmässä käsiteltyjen aiheiden tarpeellisuudesta. Aiheiden kerrottiin olleen hyviä, ajankohtaisia ja tarpeellisia. Ryhmäläiset kertoivat kokeneensa, että aiheita oli suunniteltu ja ne oli valittu yhdessä. He kertoivat kokeneensa vaikuttamisen mahdollisuuden erittäin positiivisena.

Lisäkö ryhmään osallistuminen vertaistuen ja yhteyden kokemista omalla kohdallasi?

Jokainen ryhmäläinen kertoi ryhmän lisänneen hyvällä tavalla vertaistuen ja yhteyden kokemista omalla kohdallaan. Keskustelut oli koettu vertaistuelliseksi ja niissä oli koettu ymmärretyksi tulemisen tunnetta.

Millä tavalla ryhmään osallistuminen vaikutti käytännön/arjen elämääsi?

Vastauksissa kuvattiin ryhmällä olleen suuri merkitys raittiuden ylläpitämiseen. Osa kertoi omassa elämässään olleista asioista, jotka olivat vaikeuttaneet ryhmään osallistumista. Heidänkin vastauksissaan kerrottiin ryhmän tuoman mahdollisuuden puhumiseen ja vertaistukeen olleen hyvä ja tukea tuonut asia. Tämän kerrottiin auttaneen omassa elämässä olleiden haasteellisten asioiden kanssa jaksamisessa. Ryhmän kokoontumisten kerrottiin tuoneen sisältöä elämään.

Oliko ryhmästä tukea raittiuden säilyttämisessä ja jaksamisessa?

Osassa vastauksista kerrottiin ryhmästä olleen suuri tuki raittiuden ylläpitämisessä. Osa koki olleensa raittiuden suhteen jo ennestään melko vahvalla pohjalla ja sen vuoksi ryhmän merkitystä omaan raittiuteen oli vaikea erottaa. Vertaistuen ja asioiden jakamisen kerrottiin antaneen voimaa ja vahvistaneen jaksamista.

Kannattaako mielestäsi virtuaalista ryhmää jatkaa ja kehittää pysyväksi osaksi Väentuvan palveluja, jatkoryhmäksi Seukkalan kuntoutukselle?

Tähän kysymykseen ryhmäläiset vastasivat toisistaan tietämättä samoilla sanoilla: ”Ehdottomasti kannattaa!”. He kertoivat kokevansa, että uudenlaisia tukimuotoja kaivataan ja ryhmän voivan vastata tähän tarpeeseen. He kokivat virtuaalisen ryhmän antaneen itselleen työkaluja arjen elämään. Ryhmäläiset kertoivat uskovansa saman asian toteutumiseen tulevaisuudessa myös uusien ryhmäläisten kohdalla.

Haluatko kertoa vetäjälle muuta palautetta tai kehitysideoita?

Ryhmäläiset rohkaisivat minua jatkamaan virtuaalisen ryhmän kehittämistä. He kertoivat kokeneensa, että olin ryhmän vetäjänä kuunnellut heitä ja antanut heille vastuuta ja mahdollisuuden vaikuttaa.

9.3 Väentupa ry:n toiminnanjohtajan ja ohjaajien antama palaute

Kävimme Väentupa ry:n toiminnanjohtajan ja eri yksiköiden, erityisesti Hoitokoti Seukkalan ohjaajien kanssa palautekeskustelua sekä Virtuaaliväentupa-ryhmän prosessin aikana pidetyissä kehittämis- ja arviointipalavereissa, että ryhmän päättymisen jälkeen. Olen koonnut tähän keskeiset palautekeskusteluissa esille tulleet asiat.

Väentupa ry:n yksiköiden ohjaajat kertoivat tavanneensa ryhmän jäseniä ryhmäprosessin aikana. He kertoivat ryhmäläisten ottaneen itse Virtuaaliväentuvan aiheena esille. Ohjaajat kertoivat ryhmäläisistä kuvastuneen innostuneisuuden ryhmää kohtaan. Heille oli välittynyt ryhmäläisten kokemuksista jopa ryhmän pitäminen ”ykkösasiana” elämässä. Ohjaajat kertoivat myös ymmärtäneensä, että ryhmä oli tuonut sisältöä ja lisännyt vertaistuen määrää kohtaamiensa ryhmäläisten kohdalla. (Arviointi-/palautekeskustelu Hoitokoti Seukkalan kehittämispäivässä 11.5.2016; palautekeskustelu Väentupa ry:n ohjaajien kanssa 3.6.2016.)

Väentupa ry:n ohjaajat ja toiminnanjohtaja antoivat minulle positiivista palautetta kokonaisvaltaisesta ja hyvästä ryhmän suunnittelusta. He kertoivat pitävänsä ideaa virtuaalisesta ryhmästä loistavana. Arviointipalaverissa käytiin keskustelua virtuaalisen työskentelyn kehittämisestä osana Väentupa ry:n palvelupakettia myös laajemmin. Toiminnanjohtaja Jarmo Hakkarainen kertoi ajattelevansa, että virtuaalinen ryhmä tuo oleellista ja merkityksellistä lisää Väentupa ry:n palveluihin. Koko työtiimi kertoi olevansa innostunut opinnäytetyöni kautta aukeamassa olevasta uudesta työalueesta ja mahdollisuuksista tukea sen kautta asiakkaitamme. (Arviointi-/palautekeskustelu Hoitokoti Seukkalan kehittämispäivässä 11.5.2016; palautekeskustelu Väentupa ry:n ohjaajien kanssa 3.6.2016.)

9.4 Ryhmäläisten tukiverkostoilta saatu palaute

Ryhmäläisten tietosuojan varmistamiseksi en tässä raportissa kerro tukiverkostoihin kuuluvien henkilöllisyyksiä, toimipaikkoja tai paikkakuntia. En kuvaa myöskään mitään sellaista palautetta, joka liittyy ryhmäläisten kuntoutumisprosessiin niin, että heidät voisi siitä tunnistaa.

Virtuaaliryhmän aloitusvaiheessa olin yhteydessä ryhmäläisten tukiverkostoihin kuuluviin tahoihin. Kerroin heille opinnäytetyöstäni ja siihen kuuluvasta virtuaalisesta keskusteluryhmästä sekä tavoitteesta kehittää ryhmää niin, että se voisi tulevaisuudessa toimia pysyvänä osana Väentupa ry:n palvelupakettia. Keskustelimme tarpeista joihin virtuaalinen ryhmä voisi vastata sekä yhteistyön vahvistamisen mahdollisuuksista ryhmän kautta. Henkilöt joiden kanssa keskustelin, pitivät virtuaalisen ryhmän kehittämistä hyvänä ja mielenkiintoisena asiana sekä rohkaisivat minua prosessin eteenpäin viemisessä. He kertoivat uskovansa ryhmän mahdollisuuksiin vahvistaa omien asiakkaidensa tukea tukiverkostossa. (Virtuaaliväentupa-ryhmän jäsenten tukiverkostoihin kuuluvien henkilöiden kanssa käydyt puhelinkeskustelut 17.6.2016.)

Ryhmäprosessin päätyttyä olin yhteydessä samoihin tukiverkostoihin kuuluviin yhteistyötahoihin. Keskustelimme siitä oliko ryhmä jollain tavalla näkynyt ryhmäläisten kohdalla heidän yhteistyössään. Lisäksi keskustelimme yhdessä pilottiryhmän kautta nousseista ajatuksista, millä tavoin virtuaaliseen ryhmään liittyvää yhteistyötä voisimme tulevaisuudessa kehittää. Pohdimme esimerkiksi tilannetta jossa tulevaisuudessa ryhmään osallistuisi henkilö, joka tarvitsisi tukea ryhmätyöskentelyyn sitoutumisessa tai vastaavasti avoimuuden tukitoimiin kiinnittymisessä. Keskustelimme näissä tilanteissa tiiviimän puhelimitse tapahtuvan yhteistyön mahdollisuuksista. (Virtuaaliväentupa-ryhmän jäsenten tukiverkostoihin kuuluvien henkilöiden kanssa käydyt puhelinkeskustelut 17.6.2016.)

9.5 Ryhmänohjaajan havaintoja

Omaa työskentelyäni Virtuaaliväentupa-ryhmän ohjaajana helpotti se, että jokainen ryhmän jäsenistä oli osallistunut aikaisemmin minun vetämiini Seukkalan kuntoutukseen sisältyneisiin keskusteluryhmiin. Lisäksi olin toiminut myös omahoitajana heille jokaiselle Seukkalan kuntoutusjaksojen aikana. Pohdinkin ensin vääristääkö tämä pilottiryhmän kautta tehtävää arviointia virtuaalisen ryhmän toimivuudesta. Virtuaalisen ryhmän tavoite on toimia tulevaisuudessa jatkoryhmänä Hoitokoti Seukkalan kuntoutuksen käyneille henkilöille. Näin ollen yksi sen toimimisen ydinasioita tulee olemaan ryhmänohjaajan ja ryhmäläisten välinen tuttuus kuntoutusjaksojen ajalta. Sen vuoksi ajattelen pilottiryhmässä vallinneen tilanteen enemmänkin antaneen todenmukaisen pohjan arvioinnille kuin vääristäneen sitä.

Ryhmänohjaajana koin, että virtuaalisen ryhmän vetäminen asetti minulle erilaisia haasteita verrattuna perinteiseen ryhmään. Virtuaalisessa työskentelyssä en nähnyt ryhmäläisten ilmeitä, eleitä, enkä muuta kehon kieltä. Näiden puuttuessa minun oli kiinnitettävä erityisen tarkasti huomiota äänen sävyihin tai siihen jättäytyikö joku esimerkiksi keskustelussa taka-alalle, oliko hiljaa normaalia pitempään. Havaitsin kysymisen olevan tehokain keino varmistaa, että jokainen tuli huomioitua tarpeellisella tavalla. Pilottiryhmässä olleiden ryhmäläisten määrä ei ollut suuri. Edellä mainitut haasteet huomioiden ajattelen ryhmän pienen koon olleen positiivinen asia toteutuneen keskustelun kannalta. Tämän kokemuksen perusteella arvioin virtuaalisen keskusteluryhmän ihannekooksi 4-5 jäsentä sekä ryhmänohjaaja.

Vertaistuki ryhmän jäsenten kesken oli selvästi havaittavaa koko Virtuaaliväentupa-ryhmän prosessin ajan. He kertoivat avoimesti elämässään olleista tilanteista ja tekivät toisilleen kysymyksiä sekä konkreettisia ehdotuksia. He myös antoivat toisilleen käytännön apua ja neuvoja. Kuulumis- ja tunnelmakierroksen merkitys vertaistuellisen keskustelun avaajana ja mahdollistajana oli mielestäni suuri. Vertaistuen ja yhteisöllisyyden toteutumisen näkeminen ryhmässä vahvisti minulla käsitystä virtuaalisen ryhmän tarpeellisuudesta Hoitokoti Seukkalan kuntoutuksen jatkona.

Virtuaaliväentupa-ryhmän jokainen jäsen oli vapaaehtoisesti ilman minkäänlaista ulkopuolelta tulevaa painetta tehnyt päätöksen osallistumisestaan ryhmään. Vapaaehtoisuuden vaikutus ryhmän ilmapiiriin oli mielestäni merkittävä. Virtuaalisen ryhmän toteuttamisessa Hoitokoti Seukkalan kuntoutuksen jatkoryhmänä myös pysyvänä toimintana, on tärkeää säilyttää ryhmään osallistumisen vapaaehtoisuus. Palvelu on suunniteltava niin, että ryhmään osallistuminen on mahdollista jokaiselle Seukkalan kuntoutuksen läpikäyneelle esimerkiksi maksusitoumuksiin liittyvien asioiden estämättä. Päätäntävalta ryhmään osallistumisesta tulee kuitenkin säilyttää kuntoutujalla itsellään.

Pilottiryhmä-Virtuaaliväentupa lisäsi yhteydenpidon määrää tukiverkostoissa verrattuna aikaisempaan kuntoutuksen päättymisen jälkeiseen normaalitilanteeseen. Virtuaaliväentupa-ryhmään liittynyt keskustelu nosti esille yhteistyön kehittämisen tarpeita ja mahdollisuuksia. Tulevaisuudessa kun virtuaaliseen ryhmään osallistuminen aloitetaan siirtymävaiheessa kuntoutuksesta kotiin, on yhteistyön suunnittelu ja siitä sopiminen luontevaa esimerkiksi kotiutumista edeltävissä verkostopalavereissa. Arvioin virtuaalisen ryhmätyöskentelyn lisäävän tulevaisuudessa kuntoutujan kotiutumisen jälkeen tapahtuvan yhteistyön määrää tukiverkostoissa. Lisäksi arvioin sen parantavan tukitoimien nivelvaiheen yhteistyömuotojen kehittämisen mahdollisuuksia.

10 ARVIOINTIKYSYMYKSIIN VASTAAMINEN ARVIOINTIKRITEERIEN MUKAISESTI JA JOHTOPÄÄTÖKSET

10.1 Miten päihdekuntoutuksen jatkona toteutettu virtuaalinen ryhmä vahvisti kuntoutukselle tarjottavia tukitoimia palveluverkostossa?

Arviointikriteerien mukaan lopputulos on suotuisa, jos virtuaalisen ryhmän toteuttaminen on lisännyt yhteistyötä pilottiryhmään osallistuneiden tukiverkostoissa ja näin lisännyt tuen määrää sekä vaikuttanut positiivisesti kuntoutuksen omaan sitoutumiseen hänelle tarjolla oleviin avohuollon tukitoimiin. Virtuaaliväentupa-ryhmä tarjosi osallistujilleen uuden tukimuodon heillä jo aikaisemmin olleiden avohuollon tukitoimien ja -muotojen lisäksi. Se toimi uutena säännöllisesti kokoontuvana vertaistuellisena ryhmänä heidän elämässään. Virtuaaliväentupa-ryhmä lisäsi yhteistyön määrää tukitoimien palveluverkostossa. Asiakkaan kotiuduttua päihdekuntoutuksesta yhteyden pito Hoitokoti Seukkalan ja avohuollon tukiverkoston kesken oli aikaisemmin päätynyt. Virtuaaliryhmään liittyen verkostossa käytiin puhelinkeskusteluja, joissa mietittiin asiakkaiden tilanteita ja tuen vahvistamisen mahdollisuuksia heidän kohdallaan sekä yhteistyön kehittämistä jatkossa. Osan ryhmään osallistuneiden kohdalla ryhmässä käyty keskustelu vahvisti heidän yhteyden pitoaan ja sitoutumistaan avohuollon tukitoimiin. Päihdehuollon työntekijöiltä ja ryhmäläisiltä saadun palautteen sekä omien havaintojeni kautta voidaan todeta ryhmän täyttäneen kriteerit ja lopputuloksen olevan suotuisa.

10.2 Millaiset olivat virtuaalisen ryhmätyöskentelyn vaikutukset ja miten ne ilmenivät pilottiryhmään osallistuneiden kuntoutujien elämässä?

*Virtuaalisen ryhmätyöskentelyn vaikutukset ovat suotuisat, jos pilottiryhmään osallistuneet ovat säilyttäneet päihdeettömyyden tai mahdollisen retkahduksen sattuessa ovat ha-
keutuneet heti tuen piiriin ja kyenneet katkaisemaan päihteen käytön nopeasti. Lisäksi arvioinnin kriteerinä ovat pilottiryhmään osallistuneiden kokemukset positiivisesta vaikutuksesta yhteisöllisyyden, osallisuuden ja rakentavan vertaistuen lisääntymisestä arjen elämässään. Virtuaaliväentupa-ryhmän jäsenet säilyttivät päihdeettömyyden ryhmän aikana. Ryhmän jäseniltä itseltään ja päihdehuollon työntekijöiltä saaduista palautteista*

voidaan päätellä Virtuaaliväentupa-ryhmään osallistumisen tuoneen ryhmäläisten elämään lisää sisältöä ja mielekkyyttä. Samoin palautteista voidaan päätellä ryhmään osallistumisen lisänneen yhteisöllisyyden, osallisuuden ja vertaistuen kokemista heidän kohdallaan. Ryhmässä oli mahdollista jakaa ja käsitellä elämässä olleita haasteellisia asioita sekä purkaa tunteita ja saada rohkaisua. Ryhmäläisten antamissa palautteissa tuli esille, että ryhmässä käytyjen keskustelujen kautta he saivat lisää voimavaroja sekä työkaluja/selviytymiskeinoja, joiden avulla jaksaminen ja arjen elämänhallinta paranivat. Virtuaaliväentupa-ryhmään osallistumisella oli ryhmäläisten omien sanojen mukaisesti ”suuri merkitys raittiuden ylläpitämiseen”. Ryhmässä käydyt keskustelut palauttivat ryhmäläisten mieliin asioita, joihin oli tarpeellista kiinnittää huomiota säilyttääkseen raittiuden. Tämä puolestaan auttoi heitä tunnistamaan esimerkiksi elämässään olleita riskitekijöitä. Tunnistetuista riskitekijöistä oli mahdollista keskustella ryhmässä ja yhteisen keskustelun kautta osa ryhmäläisistä kertoi löytäneensä toimintatapoja, joilla oli pystynyt muuttamaan tilannetta. Virtuaaliväentupa-ryhmä lisäsi myös yksinkertaisesti mukavan yhdessäolon määrää samanhenkisten ihmisten kanssa. Ryhmä koettiin ”meidän porukkana”, hyvänä porukkana, johon sai kuulua, jossa oli ”lupa olla oma itsensä”. Virtuaaliväentupa-ryhmästä saadun palautteen ja omien havaintojeni kautta voidaan todeta ryhmän täyttäneen nämä kriteerit ja lopputuloksen olevan suotuisa.

10.3 Millä edellytyksillä virtuaalinen ryhmätyöskentely voidaan vakiinnuttaa toimintamallina osaksi Väentupa ry:n palvelupakettia Hoitokoti Seukkalan päihdekuntoutuksen jatkoryhmänä?

Virtuaalinen ryhmätyöskentely on mahdollista vakiinnuttaa toimintamuotona osaksi Väentupa ry:n palvelupakettia, jos ryhmän merkitys pilottiryhmään osallistuneiden elämässä on ollut positiivinen. Lisäksi edellytyksenä on, että pilottiryhmän toteuttamisen aikana on onnistuttu rakentamaan käytännön resurssit ja virtuaalisesta ryhmästä vastaavan ohjaajan ja Seukkalan muiden ohjaajien työnkuvien suunnittelu niin, että ryhmän toteuttaminen pysyvänä toimintamuotona on mahdollista. Virtuaaliväentupa-ryhmästä saadun palautteen pohjalta arviointikriteerien mukaisesti arvioituna, ryhmän merkitys osallistujien elämässä oli positiivinen. Pilottiryhmän toteutusvaiheen sekä sitä seuraavien kahden kuukauden aikana suunnittelimme Väentupa ry:n toiminnanjohtajan ja Hoitokoti Seukkalan ohjaajien kanssa käytännön resursseja ja yhteisiä työnkuvia tulevaisuudessa

niin, että virtuaalisen ryhmän vakiinnuttaminen pysyväksi toimintamuodoksi osana Väentupa ry:n palvelupakettia tulisi mahdolliseksi. Hoitokoti Seukkalan henkilökunnan palaverissa sovimme heinäkuussa 2016, että virtuaalinen ryhmä otetaan käyttöön pysyvänä toimintamuotona tammikuussa 2017. Virtuaalisen ryhmän toteutuksesta ja sen edelleen kehittämisestä sekä mahdollisesti myös muiden virtuaalisten palvelumuotojen kehittämisestä osaksi Väentuvan palvelupakettia, tulee vastaamaan silloin opintovapaalta töihin palaava allekirjoittanut Susanna Pennanen. Toiminnanjohtaja Jarmo Hakkaraisen mukaan ryhmän toteutukseen tarvittavat tekniset järjestelyt saadaan tehtyä siihen mennessä. (Hoitokoti Seukkalan henkilökuntapalaveri 25.7.2016.) Voidaan siis todeta virtuaalisen ryhmätyöskentelyn vakiinnuttamiselle asetettujen edellytysten täyttyneen arviointikriteerien mukaisesti.

11 VIRTUAALISELLA RETKELLÄ REPPUUN PAKATTUA

Opinnäytetyössäni minulla oli tavoitteena arvioida virtuaalisen keskusteluryhmän toimivuutta Hoitokoti Seukkalan päihdekuntoutuksen jatkoryhmänä. Ryhmän käytännön toimivuuden arviointiin mielestäni sisältyivät opinnäytetyössäni nimetyt muut keskeiset tavoitteet. Ensimmäinen edellytys virtuaalisen ryhmän toiminnalle oli se, onko sille tarvetta ja mistä tarve muodostuu. Omassa työssäni olin havainnut tarpeen jo kauan ennen kuin ymmärsin virtuaalisen ryhmän voivan olla yksi tapa vastata kyseiseen tarpeeseen. Oman ymmärrykseni lähtökohtana olivatkin kuntoutujien kertomat kokemukset ja heidän nimeämänsä tarpeet tuen jatkumiselle vielä kuntoutusjakson jälkeenkin. Varsinaisen opinnäytetyöni prosessin aloitin kartoittamalla sillä hetkellä Seukkalassa olleilta kuntoutujilta sekä Seukkalan ja muiden Väentupa ry:n yksiköiden ohjaajilta heidän näkemyksiään asiasta. Haastattelujen ja vapaamuotoisten keskustelujen tuloksena näkyviin tuli selvä tarve virtuaaliselle kuntoutuksen jatkoryhmälle.

Virtuaalisen keskusteluryhmän käytännön toimivuuden arvioinnissa keskeistä oli ryhmässä käydyn keskustelun onnistuminen. Oliko ryhmän jäsenten välinen vuorovaikutus luontevaa vai vaikeuttivatko esimerkiksi tekniset asiat tai ”kasvottomuus” sitä liikaa? Lisäkö virtuaalinen ryhmä vertaistuen, yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemista jäsentensä elämässä? Kokivatko virtuaalisen ryhmän jäsenet ryhmässä tapahtuneen työskenteilyn vahvistaneen omaa raittiuttaan ja elämönhallintaansa? Kokivatko he saaneensa lisää voimavaroja ja sisältöä arjen elämäänsä? Olivatko ryhmän vaikutukset kokonaisuutena positiivisia? Ryhmäläisiltä sekä ryhmäprosessin aikana saamassani, että ryhmän päättämisen jälkeen keräämässäni palautteessa tuli selvästi esille, että virtuaalinen ryhmä oli pystynyt heidän kohdallaan vastaamaan sille asetettuihin tavoitteisiin. Hoitokoti Seukkalan ja Väentupa ry:n muiden yksiköiden ohjaajilta sekä tukiverkostoilta saamani palaute oli saman suuntainen ryhmäläisten palautteiden kanssa. Johtopäätöksenä voin todeta pilottiryhmän kautta saatujen tulosten osoittaneen virtuaalisen ryhmän toimineen hyvin käytännössä. Näin ollen arvioin sen toimivuuden Hoitokoti Seukkalan päihdekuntoutuksen jatkoryhmänä hyväksi.

Pilottiryhmässä toteutettu työskentely vastasi mielestäni suurelta osin hyvin virtuaaliselle kuntoutuksen jatkoryhmälle Hoitokoti Seukkalan pysyvänä toimintamuotona asetettuja raameja. Erona tulevaisuudessa toteutettavaan kuntoutuksen jatkoryhmään pilottiryhmä oli täysin suljettu ryhmä, jonka kokoonpano pysyi alusta loppuun samana. Pysyvänä Seukkalan toimintamallina kuntoutuksen jatkoryhmä tullaan toteuttamaan niin, että se on suljettu siltä osin, että siihen osallistujat ovat kaikki käyneet Seukkalan kuntoutusjakson ja siihen sisältyneet ryhmät. Seukkalan kuntoutuksen päättyessä kuntoutujille tullaan antamaan tunnukset, joilla he voivat halutessaan osallistua ryhmään. Jatkoryhmän käytännön toimivuuden kannalta on välttämätöntä, että se toteutetaan niin sanotulla nonstop-periaatteella, jolloin ryhmien kokoonpano voi vaihdella eri kokoontumiskerroilla. Toisen eroavaisuuden ryhmien välisiin olosuhteisiin aiheutti allekirjoittaneen ryhmänohjaajan työstään Hoitokoti Seukkalassa opintovapaalla oleminen pilottiryhmän alkamista edeltävinä kuukausina. Opintovapaan vuoksi en osallistunut ryhmäläisten kuntoutuksesta kotiutumista edeltäviin verkostopalaveriin tai muuhun tukiverkoston kanssa tehtyyn kotiutumisen jälkeisen tuen suunnittelutyöskentelyyn. Tätä vajetta pyrin paikkaamaan olemalla yhteydessä ryhmäläisten tukiverkoston kuuluviin henkilöihin ja heidät kuntoutukseen lähettäneisiin tahoihin sekä ennen pilottiryhmän alkamista, että ryhmän päättymisen jälkeen. Arvioin kuitenkin pysyvänä käytäntönä toteutettavalla kuntoutuksen jatkoryhmällä olevan suuremman positiivisen vaikutuksen tukiverkoston kanssa tehtävään yhteistyöhön, kuin pilottiryhmässä oli mahdollista saavuttaa.

Virtuaalisen jatkoryhmän käytännön tarpeesta ja toimivuudesta kertoo mielestäni myös Hoitokoti Seukkalan ohjaajien innostus asiaa kohtaan sekä yhteinen halu kehittää ryhmää pysyvänä toimintamallina. He ovat olleet asiasta innostuneita koko prosessin ajan ja jo viime kesänä (2016) suunnittelimme yhdessä työnkuviamme niin, että vuoden 2017 alussa kun itse palaan töihin, voin aloittaa ryhmän toteuttamisen käytännössä. Opinnäytetyöni prosessin aikana olemme pohtineet Väentuvan toiminnanjohtajan ja Seukkalan ohjaajien kanssa myös muita virtuaalisten/verkkopalveluiden kehittämisen mahdollisuuksia Väentuvan olemassa olevien palveluiden tueksi. Olen iloinen myönteisestä ja kehittämistyöskentelyyn valmiista ilmapiiristä työtiimissämme. Näenkin yhteisössämme olevan mahdollisuuksia myös uuden jatkotutkimuksen tai kehittämishankkeen aloittamiselle. Tutkimuksen tai hankkeen kohteeksi ehdotan laajempien virtuaalisten/verkkopalvelujen kehittämistä Väentupa ry:n toimintaan. Ehdotan että hanke- ja tutkimustyöskentelyä pyrittäisiin toteuttamaan Sininauhaliiton, jonka jäsenjärjestö myös Väentupa ry on,

kanssa yhteistyössä. Väentupa ry voisi mielestäni olla pilotoimassa uutta kolmannen sektorin kristillisiin päihdejärjestöihin kehitettävää verkkopalvelutoimintaa. Pilotointivaiheen jälkeen tavoitteena voisi mielestäni olla hyväksi havaittujen toimintamallien siirtäminen myös muihin kristillisiin Sininauhaliiton jäsenjärjestöihin.

Aikaisemmin tehdyt tutkimukset, joihin tutustuin opinnäytetyötä tehdessäni rohkaisevat osaltaan verkossa tapahtuvan työskentelyn kehittämiseen laajemminkin. Anne Rahikan väitöskirjassa *Dialogi auttavissa verkkopalveluissa – sosiaali- ja terveysjärjestöjen ammattilaisten kertomuksia kommunikaatiosta* kuvataan verkkopalvelujen hyödyntämisen mahdollisuuksia yhteisöllisyyden ja osallisuuden vahvistamisessa sekä sosiaalisten suhteiden tukemisessa. Verkossa toteutettavien matalan kynnyksen palveluiden kautta arvioidaan olevan myös mahdollista helpottaa uusien asiakkaiden palvelujen piiriin tulemistä sekä kiinnittymistä pitkäkestoisemman kasvokkain toteutettavan tuen piiriin. (Rahikka 2013.) Omat toiveeni virtuaalisen ryhmän mahdollisuuksista jo ennen käytännön toteutusta olivat hyvin samansuuntaisia kuin Rahikan väitöskirjassaan esille tuomat tutkitut asiat. Virtuaaliväentupa-ryhmästä saatu palaute ja tulokset vahvistavat mielestäni Rahikan väitöskirjassa tutkittujen asioiden paikkansa pitävyyttä yhteisöllisyyden ja osallisuuden vahvistamisen suhteen.

RAY:n raportissa *Kohti käyttäjien vertaisnettiä – Esikuva-analyysi ja uusia avauksia vertaistuen verkkopalveluista* osana järjestöjen palvelutarjontaa kerrotaan tutkimukseen sisältyneessä palvelutarpeen selvityksessä esille nousseista vertaisuuden ja kokemusasian-tuntijuuden hyödyntämisen tarpeista järjestöjen tuottamissa verkkopalveluissa. Tutkimuksessa tehdyn käyttäjäkyselyn tulokset osoittavat verkkopalvelujen käyttäjien toivovan reaaliaikaisten ja kahdenkeskisten keskustelujen sekä pienryhmätyöskentelyn ja ammatillisen tuen lisäämistä ja kehittämistä järjestöjen verkkopalveluissa. (Lagus, Saari, Styrman & Tiainen 2013.) Virtuaaliväentupa osoitti virtuaalisen kuntoutuksen jatkoryhmän omalta osaltaan voivan vastata juuri näihin kehittämisen tarpeisiin. Tutkimuksessa kuvatut asiat sekä antavat suuntaa että, vahvistavat Väentupa ry:ssä pohdittuja verkkopalvelujen kehittämisen mahdollisuuksia. Lisäksi RAY:n omassa selvityksessä todetuilla asioilla voidaan perustella Väentuvalla mahdollisesti käynnistettävän uuden hankkeen tarpeellisuutta. Tämä saattaa parantaa myös RAY:ltä haettavan rahallisen tuen saamisen mahdollisuuksia.

A-klinikkasäätiön verkkopohjaisten palvelujen projektikoordinaattorin Heidi Ahjonien kanssa käymäni puhelinkeskustelu oli minulle merkityksellinen. Oli hienoa keskustella ammattilaisen, joka oli perehtynyt verkkopalveluihin ja niiden kehittämiseen ja jolla oli myös jo olemassa olevaa tietoa palvelujen käyttäjien näkökulmista kanssa. Oli myös ihana aistia hänellä oleva innostus kehittää verkkopalveluja edelleen sekä luottamus niiden mahdollisuuksiin vahvistaa päihdekuntoutujille tarjolla olevaa tukea. A-klinikkasäätiöllä saadut kokemukset ja heidän asiakkailtaan saama palaute olivat rohkaisevan positiivisia. Puhelinkeskustelumme aikana mieleeni nousi useitakin uusia ajatuksia, miten Väentuvalla olisi mahdollista kehittää verkossa toteutettavaa työtä. Vahvana kokemuksena puhelinkeskustelumme jälkeen mieleeni jäi mahdollisuus eri palvelun tarjoajien välisestä yhteistyöstä. Meillä jokaisella on oma paikkamme ja hieman erilainen tehtäväkentämme päihdehuollon alueella. Mielestäni meillä ei ole tarvetta kokea toisiamme kilpailijoina vaan ennemminkin voimme kokea täydentävämme toisiamme ja yhdessä muodostavamme parhaan mahdollisen palvelukokonaisuuden Suomessa tehtävän päihdetyön kentälle.

Virtuaaliväentupa ja sen toimivuuden arvioiminen on ollut opinnäytetyönä ja prosessina erittäin mielenkiintoinen ja antoisa. Olen saanut ammentaa aikaisemmin oppimastani ja kohtuullisen pitkstä käytännön kokemuksestani ryhmänohjaajana asioita, joiden olen kokenut palvelleen virtuaalisen ryhmätoimintamallin suunnittelemista ja sen toteuttamista käytännössä. Opinnäytetyöhöni tarvittava uusi tieto mitä olen saanut etsiä ja löytää ammattikirjallisuudesta, aikaisemmin tehdyistä tutkimuksista ja hankeraporteista sekä olemassa oleviin verkkopalveluihin tutustumisen ja verkkotyötä käytännössä toteuttaneiden ammattilaisten kanssa keskustelun kautta on ollut mittaamattoman arvokasta. Itselleni uuden tiedon vaikutuksesta olen saanut vahvistusta ja rohkaisua omalle ammatilliselle osaamiselleni. Sen kautta olen myös saanut tunnistaa kehittämisen ja oppimisen tarpeita sekä mahdollisuuksia omassa työskentelyssäni. Opinnäytetyön prosessin kautta saamani tieto on avannut myös aivan uusia näköaloja päihdetyön toimintamallien kehittämiseen ja palveluntarjoajien välisen yhteistyön mahdollisuuksiin. Oman ammatillisen osaamiseni ja tulevaisuuden työnkuvieni kannalta opinnäytetyöni on tuottanut merkittävän tuloksen. Sosionomi-koulutuksen päätyttyä saan aloittaa virtuaalisen ryhmän toteuttamisen pysyvänä toimintamuotona Hoitokoti Seukkalan päihdekuntoutuksen jatkoryhmänä. Opinnäytetyöni on mielestäni avannut oven ja näköalat virtuaalisen työskentelyn mahdollisuuksiin osana Väentupa ry:n palveluja. Töihin palattuani saan ikään kuin astua

enemmän sisälle näihin mahdollisuuksiin. Uskon siitä alkavan laajemman pitkäkestoisen ja jatkuvan kehittämisen prosessin, jossa yhdessä työtiimini kanssa saan olla etsimässä ja löytämässä virtuaalisen työskentelyn mahdollisuuksia asiakkaidemme tukemiseen. Opin- näytetyöni on siis tuottanut positiivisen tuloksen prosessin aikana minussa tapahtuneessa oppimisessa ja ammatillisuuteni lisääntymisessä. Lisäksi opinnäytetyöni positiivisena tuloksena oman ammatillisen kasvuni kannalta voidaan nähdä jatkuvan kehittämistyön alkaminen omassa työssäni itselleni aikaisemmin vieraalla työskentelyalueella.

LÄHTEET

- Ahjoniemi, Heidi 2016. Projektikoordinaattori, verkkopohjaiset hoitopalvelut. A-klinikkasäätiö. Helsinki. Henkilökohtainen tiedonanto 15.8.2016.
- A-klinikkasäätiö 2016. Päihdelinkki.fi. Viitattu 11.8.2016. www.paihdelinkki.fi.
- A-klinikkasäätiö 2016. Verkkopohjainen päihdekuntoutus – Hoitoa ammattilaisen tuella. Viitattu 11.8.2016. www.hoitoaverkossa.fi/mita.
- Diak 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opin-
näytetöitä varten. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja. Tampere
2010.
- Hoitokoti Seukkalan ohjaajat 2016. Arviointi-/palautekeskustelu. Hoitokoti Seukkalan
kehittämispäivä. Hankasalmi 11.5.2016.
- Hoitokoti Seukkalan ohjaajat 2016. Hoitokoti Seukkalan henkilökuntapalaveri. Laukaa
25.7.2016.
- Kekki, Tuula & Partanen, Airi 2008. Päihdepalvelujen seudullinen kehitys 2008. Stakesin
työpapereita 38/2008. Helsinki 2008. Viitattu 30.11.2015. [https://www.jul-
kari.fi/bitstream/handle/10024/75927/T38-2008-VERKKO.pdf?se-
quence=1](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/75927/T38-2008-VERKKO.pdf?sequence=1).
- Koukari, Minna 2003. Ryhmähoidon perusteet. Viitattu 11.8.2016. [www.sosiaalisai-
raala.fi/koulutusmateriaalia/ryhmanohjaus.pdf](http://www.sosiaalisai-
raala.fi/koulutusmateriaalia/ryhmanohjaus.pdf). Tallennus tekijän hallussa.
- Kupila, Pirjo 2010. Selvitys RAY:n avustamista verkkopalveluista – Tietoa ja tukea In-
ternetissä kansalaisten terveydellisiin ja sosiaalisiin ongelmiin. RAY:n
avustustoiminnan raportteja 24. <https://www2.ray.fi/download/503>.
- Lagus, Krista; Saari, Juho; Haaranen, Lassi; Styrman, Tuula & Tiainen, Ilkka 2013. Kohti
käyttäjien vertaisnettia – Esikuva-analyysi ja uusia avauksia vertaistuen
verkkopalveluista osana järjestöjen palvelutarjontaa. RAY:n avustustoi-
minnan julkaisuja. [https://kampanjat.ray.fi/legacy/files/emmi_me-
diabank/Raportti_Kohti_kayttajien_vertaisnettia_2013.pdf](https://kampanjat.ray.fi/legacy/files/emmi_me-
diabank/Raportti_Kohti_kayttajien_vertaisnettia_2013.pdf).
- Patton, Michael Quinn 2011. Developmental evaluation : applying complexity concepts
to enhance innovation and use. New York: Guilford Press.
- Pellinen, Pekka 2016. Avainasiakaspäällikkö, Inmics oy. Jyväskylä. Henkilökohtainen
tiedonanto 4.2.2016.
- Pennington, Donald C.2005. Pienryhmän sosiaalipsykologia. Helsinki: Gaudeamus Kirja.

- Rahikka, Anne 2013. Dialogi auttavissa verkkopalveluissa – Sosiaali- ja terveysjärjestöjen ammattilaisten kertomuksia kommunikaatiosta. Sosiaalitieteiden laitoksen julkaisuja 2013:16. Helsinki: Helsingin yliopisto. Väitöskirja. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/41885/rahikka_vaitoskirja.pdf?sequence.
- Rautalampi, Jussi 2016. Toimitusjohtaja. WellWorks oy. Jyväskylä. Henkilökohtainen tiedonanto 4.2.2016.
- Robson, Colin 2001. Käytännön arvioinnin perusteet – Opas evaluaation tekijöille ja tilaajille. Helsinki: Tammi.
- Thitz, Päivi 2015. Lehtori. Kehittävä arviointi. Luento Tutkimus ja kehittäminen 3 -opintojaksolla. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Pieksämäki. Luentomateriaali.
- Tukinet 2016. Viitattu 11.8.2016. <https://www.tukinet.net/keskustelu/index.tmpl>.
- Virtuaaliammattikorkeakoulu 2007. Ylemmän AMK-tutkinnon metodifoorumi. Viitattu 15.2.2016. [www.amk.fi>opintojaksot](http://www.amk.fi/opintojaksot).
- Virtuaaliväentupa-ryhmän jäsenten tukiverkostot 2016. Puhelinkeskustelut 17.6.2016.
- Väentupa ry:n ohjaajat 2016. Palautekeskustelu Hoitokoti Seukkalassa. Laukaa 3.6.2016.

LIITE 1: Alkukartoituskysely virtuaalisesta ryhmästä kiinnostuneille Hoitokoti Seukkalan kuntoutujille kesällä 2015

Hei!

Aloitan opinnäytetyöni suunnittelua tänä syksynä 2015. Tavoitteenani on suunnitella Seukkalan nykyisen ryhmätoiminnan jatkoksi virtuaaliryhmä, sekä toteuttaa ryhmätyöskentely käytännössä ns. pilottiryhmän kanssa. Tavoitteena on kehittää toimiva jatkotyöskentelymuoto, mikä voisi jäädä pysyväksi osaksi Seukkalan päihdekuntoutusohjelmaa.

Virtuaaliryhmä toteutetaan verkkotyöskentelynä niin, että siihen on mahdollisuus osallistua kuntoutusjakson päättymisen jälkeen kotoa käsin. Sen tavoitteena on tukea kotona selviytymistä ja raitista elämönhallintaa. Pilottiryhmään on mahdollista osallistua myös Seukkalassa ollessa, jos kyseessä on pitempiaikainen asumispalvelujakso ja kun ryhmään osallistuminen sopii henkilökohtaisen kuntoutumisen ja sen suunnitelman vaiheeseen.

Ryhmän suunnittelun tueksi toivon, että voisit ystävällisesti vastata seuraaviin kysymyksiin.

1. Millaisena olet kokenut Seukkalan ohjelmaan kuuluvan ryhmätyöskentelyn, mihin olet osallistunut?

2. Koetko tarpeelliseksi virtuaaliryhmän kehittämisen jatkoksi nykyiselle ryhmätyöskentelylle ja miksi?

3. Oletko kiinnostunut osallistumaan pilottiryhmään, jossa kehitetään em. virtuaaliryhmän toimintamallia?

4. Millaisia aiheita toivoisit virtuaaliryhmässä käsiteltävän?

5. Olisiko sinulle helpompaa, jos ryhmäkeskustelu toteutettaisiin verkossa chat-muotoisesti kirjoittamisen kautta, vai puhuttuna keskusteluna? (Puhuttu keskustelu edellyttäisi ryhmäläisiltä kuulokemikrofonin hankkimista itselleen.)

6. Olisiko mielestäsi hyvä, että ryhmäläiset olisivat keskusteluissa mukana omilla nimillään, vai nimimerkkien kautta?

7. Tuleeko mieleesi muita ajatuksia tai ehdotuksia vinkiksi ryhmän suunnitteluun?

8. Laittaisitko tähän vielä yhteystietosi, myös sähköpostiosoitteen, jos sellainen on ja jos olet halukas osallistumaan pilottiryhmään?

Kiitos!!!

Susanna

LIITE 2: Virtuaaliväentupa-ryhmän pelisäännöt

1. LUOTTAMUKSELLISUUS

- Muiden asioista ei puhuta ryhmän ulkopuolella.
- Huolehditaan yhdessä siitä, että ryhmässä on turvallinen ilmapiiri puhua ja olla.

2. REHELLISYYS

3. PÄIHTEETTÖMYYS RYHMÄSSÄ

4. NIMIMERKKIEN KÄYTTÖ

- Ryhmän keskusteluissa kaikki käyttävät aina nimimerkkejä.
- Ryhmäläiset tunnistavat toisensa nimimerkkien takaa. Se ei haittaa, mutta nimimerkit varmistavat tietosuojaa ulkopuolisia kohtaan.

5. TOISEN PUHEENVUORON KUNNIOITTAMINEN

- Annetaan jokaiselle mahdollisuus sanoa ajatuksensa.
- Ei puhuta päällekkäin.

6. OMISTA ASIOISTA PUHUMINEN

- Ryhmässä ei keskustella ryhmän ulkopuolisten henkilöiden asioista.

7. AIKATAULUJEN NOUDATTAMINEN

- Jokainen tulee ryhmään sovittuna aloitusaikana.
- Tauko pidetään ryhmän puolivälissä, klo 11.00.

TEHDÄÄN YHDESSÄ HYVÄ RYHMÄ ☺ !!!

LIITE 3: Palautekysely ryhmäläisille Virtuaaliväentupa-ryhmän päättymisen jälkeen

MOI KAIKKI RAKKAAT RYHMÄLÄISENI ☺ !!!

Tässä teille vielä muutamia kysymyksiä ryhmäämme liittyen.

Kuten aikaisemmin jo olen kertonutkin, opinnäytetyössäni arvioin miten virtuaalinen ryhmä voisi toimia Seukkalan kuntoutuksen jatkoryhmänä ja kannattaako se ottaa osaksi Väentuvan palveluja. Teidän jokaisen ajatukset ja kokemukset, sekä kehitysideat ovat äärimmäisen tärkeitä, että pystyn arviointia tekemään. Kenelläkään muulla, kuin teillä ei ole kokemusta asiasta ☺ !

Olisin siis todella kiitollinen, jos jaksaisitte vielä antaa palautetta ja vastata näihin kysymyksiin!

1. Minkälainen kokemus sinulle oli virtuaaliseen ryhmään osallistuminen?
2. Olivatko ryhmässä käsitellyt aiheet mielestäsi tarpeellisia? (Aiheita olivat: aloitus/pelissäännöt, raitis elämänhallinta, valintojen tekeminen, ihmissuhteet ja haasteet niissä, vapaus elää raittiina, sekä mistä nautit raittiudessa ja mistä olet ylpeä elämässäsi.)
3. Lisäsikö ryhmään osallistuminen vertaistuen ja yhteyden kokemista omalla kohdallasi?

4. Millä tavalla ryhmään osallistuminen vaikutti käytännön/arjen elämääsi?

5. Oliko ryhmästä tukea raittiuden säilyttämisessä ja jaksamisessa?

6. Kannattaako mielestäsi virtuaalista ryhmää jatkaa ja kehittää pysyväksi osaksi Väentuvan palveluja, jatkoryhmäksi Seukkalan kuntoutukselle?

7. Haluatko kertoa ryhmänvetäjälle muuta palautetta tai kehitysideoita?

Jokaiselle teille ihan mielettömän suuret kiitokset mukana olosta ☺ !!!

Jokainen kuljette mukana ajatuksissani ja rukouksissani myös tästä eteenpäin!

Opinnäytetyöni kirjallisessa raportissa ei kuvata ryhmiemme keskustelujen sisältöä, eikä siellä tule ilmi kenenkään teidän henkilöllisyyttä. Raportissa keskitytään arvioimaan ryhmän toimintaa menetelmänä.

Olen vielä lyhyesti yhteydessä niihin henkilöihin (avotyöntekijät), joille teidän luvallanne soitin ennen ryhmän alkamista. Kerron ryhmän päättyneen ja siitä, miten itse koin virtuaalisen ryhmän menetelmänä ohjaajan näkökulmasta.

Voimia teille kaikille ja ollaan välillä yhteydessä ☺ !

Susanna