

---

**”KYL MÄ OON TOSI ONNELLINEN KU PÄÄSEN  
TÄNNE JA SAAN OLLA SELVINPÄIN”**  
Asukkaiden kokemuksia asumisvalmennuksesta



Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö

Sosiaali-alan koulutus

Hämeenlinna, syksy 2016

Jenni Hartikainen





LAHDENSIVU

Degree Programme in Social Services  
Social work

---

<b>Author</b>	Jenni Hartikainen	<b>Year</b> 2016
<b>Subject of Bachelor's thesis</b>	Residents' experiences of coaching for independent living	

---

ABSTRACT

The thesis was made to a supported housing unit which accommodates and delivers treatment to substance misusers. The purpose of the thesis was to find out what kind of experiences the residents had of independent living coaching. The independent living coaching is one of the three communities the unit has. The residents live there approximately one year and its purpose is to prepare the residents for an independent life.

The study was qualitative and was carried out as theme interviews. There were three residents participating in the interview. The gathered data were analyzed by using category analysis. The theoretical background consisted of supported housing, day-to-day life, life management and social work with substance misusers. The theory part in the thesis was based on books, articles and previous studies.

Conclusions were compared to previous studies and the results were similar. The interviews revealed that even though the supported housing is a substance-free environment, substances are still used. The residents hoped for more restrictions on the matter. They were mostly pleased with the rules, but the rules could be more explicit. The residents should also be given more responsibilities and opportunities.

The residents highlighted the importance of activities. It was experienced that there were enough meaningful things to do and it was thought to reduce loneliness since the activities were done in groups. Another important thing according to the study was that the staff do not force anyone to participate. The residents expressed their satisfaction with the independent living coaching unit.

**Keywords** social work with substance misusers, supported housing, life management, communality.

**Pages** 21 p. + appendices 2 p.

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	ASUMISPALVELUIDEN MÄÄRITELMIÄ.....	2
3	PÄIHTEIDENKÄYTTÄJIEN ARKI JA ELÄMÄNHALLINTA .....	3
4	PÄIHDEONGELMAT JA NIISTÄ KUNTOUTUMINEN .....	4
4.1	Päihderiippuvuus.....	5
4.2	Ryhmänä toimiminen ja yhteisöllisyys .....	6
4.3	Vertaistuki.....	6
4.4	Korvaushoito .....	7
5	AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET .....	7
6	TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	9
6.1	Tutkimuksen toteutus .....	9
6.2	Tutkimusaineiston hankinta .....	9
6.3	Aineiston analyysi .....	10
6.4	Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys .....	10
7	TUTKIMUKSEN TULOKSET.....	11
7.1	”Mä olin niin kauheessa kunnossa” - Saapumisen syyt .....	11
7.2	”Huumeita ei pyöri niin avoimesti” - Päihteetön ympäristö .....	12
7.3	”Täähän on tällänen pieni yhteisö” - Kuvauksia asumisvalmennuksesta .....	13
7.4	”Yritetään vähän niinku ryhmätoimintana” – Tekeminen .....	13
7.5	”Ei sais olla ku possut karsinassa” – Säännöt .....	15
7.6	”Henkilökunta täällä on hienoo” - Henkilökunta.....	15
8	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA .....	16
	LÄHTEET .....	19

Liite 1 Suostumuslomake

Liite 2 Infokirje

## 1 JOHDANTO

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos teettää joka neljäs vuosi päihdetapauskaskennan, joka tilastoi kuinka paljon päihdeasiakkaat käyttävät sosiaali- ja terveysalan palveluita. Vuoden 2011 kyselyn mukaan palveluita käyttäneitä päihdeasiakkaita oli yhteensä 12 000. Asiakkaista 32 % oli asioinut terveydenhuollon palveluissa sekä saman verran päihdehuollon erityispalveluissa. 19 % oli asioinut yleisesti sosiaalipalveluissa ja 17 % asumispalveluissa. (Terveysportti 2012.)

Opinnäytetyöni työelämäyhteys on eräs päihdepalvelujen asumispalveluyksikkö. Tutkimukseen osallistuneet henkilöt asuivat yhdessä yksikön kolmesta yhteisöstä, asumisvalmennuksessa. Tutkimukseen osallistuneilla oli erilaisia syitä tulla asumisvalmennukseen, mutta heitä yhdisti yksi asia, asunnottomuus. Asunnottomuus koskettaakin monia tukiasuntoa hakevia ja on melko yleinen ongelma sosiaalialan näkökulmasta. Vuonna 2015 oli ARA:n (2016) teettämän tutkimuksen mukaan 7 989 asunnotonta.

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää asumisvalmennuksen asukkaiden kokemuksiä: mihin toimintoihin ja palveluihin ollaan tyytyväisiä ja mitä tulisi kehittää tai muuttaa. Aukkaita ei voi valita eli voisiko ohjaajien, toiminnan tai jonkin muun avulla muuttaa asumisvalmennusta toimivammaksi, jos tarvetta on? Aukkailla tulisi olla tavoitteiden tai suunnitelman mukaiset taidot itsenäiseen asumiseen asumisvalmennusjakson jälkeen. Aihe valikoitui omien kokemuksieni pohjalta. Olin nähnyt läheltä yhden asumisvalmennuksen toimintaa ja ajatuksena oli saada kehittämisideoita valitulle työelämäyhteydelle.

Tutkimus oli kvalitatiivinen ja haastattelut toteutettiin yksilöille teema-haastattelun muodossa. Haastatteluun osallistui kolme asumisvalmennuksen asukasta. Aineisto analysoitiin kategoria-analyysiä hyödyntämällä. Teoreettinen viitekehys tutkimuksessa on monimuotoinen. Pyrin kuitenkin rajaamaan sen tätä tutkimusta koskeviin olennaisimpiin osaluaisiin. Asumispalvelut, arki ja elämänhallinta ja päihdetyö olivat niitä keskeisimpiä käsitteitä, joita nyt seuraavissa luvuissa avaan.

## 2 ASUMISPALVELUIDEN MÄÄRITELMIÄ

Palveluasuminen on sosiaalihuoltolain (1301/2014 § 21) mukainen palvelu henkilöille, jotka tarvitsevat järjestettyä hoitoa ja huolenpitoa tarjoavan ja tukevan asumismuodon. Palvelu voi olla myös tehostettua, jolloin hoito on järjestetty ympärivuorokauden. Tuettu asuminen on tarkoitettu henkilöille, jotka eivät pärjää omillaan täysin yksin tai tarvitsevat tukea itsenäiseen asumiseen muuttamisessa. Tässä luvussa käsitellään tarkemmin asumispalveluita, mikä johdattaa lukijan tutkimuksen ydinaiheeseen. Tutkimuksen kohderyhmänä ovat päihdeidenkäyttäjät, joten asumispalveluita määritellään heidän näkökulmastaan.

Tukiasunto voi olla käytännössä missä vain. Asuntoihin tehdään perinteinen vuokrasopimus, mutta asiakkaan kanssa sovitaan henkilökohtaisesti tuen muodot, joita hän tarvitsee. (Manninen, Sippu & Tuori 2005, 9.) Työntekijöiden tehtävänä tukiasumisessa on tukea asukkaan itsenäistä asumista. Asunnosta huolehtiminen, elämönhallinnassa opastaminen ja henkisestä hyvinvoinnista huolehtiminen, ovat tyypillisiä työtehtäviä tukiasumisen työntekijälle. Työntekijän rooliin kuuluu motivoida, innostaa ja luoda uskoa ja auttaa asiakasta ymmärtämään heidän omat voimavarat. (Manninen ym. 2005, 17.)

Tukiasumisen alussa työ painottuu usein erilaisten paperiasioiden hoitamiseen ja virastoissa käymiseen. Asukkaan puolesta ei tehdä asioita vaan ollaan henkisenä ja fyysisenä tukena asukkaalle, jos hän sellaista kaipaa. Tukiasumisen tarkoituksena on valmentaa asukasta pärjäämään täysin itsenäisessä asumisessa. Tukiasunnossa asutaan keskimäärin yhdestä kolmeen vuoteen. Asumisjakson aikana on tarkoituksena saada päihdeongelma kuriin sekä ohjata ja tukea asukasta itsenäisesti asumisessa. Kuten kaikissa sosiaalialalla tehtävissä töissä on luottamuksen luominen alkusuhitteessa olennaista työn onnistumisen kannalta. Tukiasumisessa keskustelut, aito dialogi ja läsnäolo ovat asiakkaille tärkeitä asioita. (Manninen ym. 2005, 18–20)

Palveluasuminen on tarkoitettu henkilölle, jotka eivät huonon muistin, heikon fyysisen kunnan tai muun syyn puolesta pysty itsenäiseen asumiseen, mutta eivät kuitenkaan tarvitse laitoshoidoa. Asukkailla on usein haasteita arjesta selviytymisessä. Asunnot ovat usein kodinomaisia ja on tarkoitus ajatella yhteisöä kotina eikä laitoksena. Raitakarim ja Saarnion (2008, 211) artikkelissa lasketaan, että on edullisempaa käyttää avohoidon palveluja kuin erikoissairaanhoidoa, jota useammin itsenäisesti asuvat tarvitsevat verrattuna avohoidon asukkaisiin. Työntekijä luo asukkaalle erinäisiä osatavoitteita sekä interventioita, jotta päästäisiin asumisessa jonkinlaisiin tuloksiin. Palveluasumisessa on tärkeitä turvata asiakkaan perustarpeet ja avustaa arjen asioissa, kuten siivoamisessa, pyykin pesussa ja ruoanlaitossa.

Palveluasumisessa henkilökunta tarvitsee monipuolista osaamista ja paljon resursseja. Itsessään työhön luo haastetta jo arjen toistuvat ongelmat. Pal-

veluasumista kuvataan myös ainoana paikkana asiakkaille, ”jollei olisi meillä, asuisi asiakas sillan alla.” Palveluasumisen hyödyttävyyttä laskeetaan myös sillä, että asiakas ei ajaudu sairaala jaksolta toiseen. Kotiutuvien mielenterveys ja päihdepotilaiden on vaikea löytää paikkaa mihin mennä. Palveluasuminen onkin hyvä vaihtoehto, periaatteessa saa olla itsenäinen, mutta apua on kuitenkin aina saatavilla. (Raitakari & Saarnio 2008, 217.)

Asumisvalmennusta järjestetään kehitysvammalain nojalla, mutta on sovellettu useiden asiakasryhmien kanssa sosiaalihuoltolakiin viitaten. Päihdeasukkaat ovat yksi niistä. Asumisvalmennuksessa voidaan joko arvioida asumisen onnistumista tai valmentaa itsenäiseen asumiseen. Asumisvalmennus määritellään jokaiselle henkilökohtaisesti eikä se ole paikkaan sidottua. Jotkut laitokset järjestävät asumisvalmennusta, mutta se voi tapahtua myös asiakkaan kotona, erillisessä asunnossa. Asumisvalmennus on tarkoitettu pääasiassa lyhytaikaiseen käyttöön, kuitenkin puolesta vuodesta eteenpäin ja sen tulee olla aina suunnitelmallista. Itsenäiseen asumiseen tai lievästi tuettuun asumiseen tähtääminen on asumisvalmennuksen tavoitteena. (Viljamaa 2011, 20–21.)

Ryhmämuotoinen asumisvalmennus perustuu yhteisöllisyyteen. Ryhmävalmennus muotona vahvistaa asiakkaiden sosiaalista toimintakykyä ja ylipäättään tukee erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Työ asumisvalmennuksessa on tukemista, ohjausta ja motivointia arjessa. Asumisvalmennuksen onnistumisessa on olennaisinta asiakkaan oma motivaatio ja myös sen oikea-aikaisuus. Työntekijän tärkeimpiä tehtäviä on luoda luottamuksellinen suhde sekä tukea, kunnioittaa ja arvostaa asiakasta. (Viljamaa 2011, 21.)

### 3 PÄIHTEIDENKÄYTTÄJIEN ARKI JA ELÄMÄNHALLINTA

Arki muodostuu erilaisista päivän tapahtumista, rutiineista, velvollisuuksista ja tunteista. Arjen rutiinit ovat tärkeitä aivan jokaiselle ihmiselle, myös päihdekuntoutujille. Päivärytmi on useimmiten poikkeuksellinen ja kuntoutuksen sekä yhteisössä elämisen kannalta olisi tärkeää saada rytmiä päiviinsä ja sen kautta rutiineita arkeensa. Jokainen ihminen ajattelee arkeensa kuuluvan erilaisia asioita. Päihdekuntoutujien arki voi olla monenlaista: kuten jo äsken mainittiin, arkea säätelevät monet asiat, kuten raha, aika ja asenteet. Raha on tärkeä osa elämää, sen puute saattaa aiheuttaa huolia ja järkyttää helposti mielenterveyttä.

Syrjäytyminen rinnastetaan helposti päihteenkäyttäjiin. Syrjäytyminen tarkoittaa, että on vaikeuksia elinoloissa, talouden hoidossa, asuinoloissa, sosiaalisissa suhteissa ja poliittisissa resursseissa. Mistä tällainen ilmiö johtuu? Onko syynä ihmisten erilaisuus, onko tärkeää kuulua johonkin yhteiskunnallisesti oikeaan luokkaan? Vai luodaanko syrjäytymistä puhumalla siitä? Luoko yhteiskunta osanaan syrjäytymistä etuus-järjestelmien osalta? (Tikka 2013, 16–17)

Päihdekuntoutajat asioivat etuusjärjestelmään kuuluvissa palveluissa, kansaneläkelaitoksessa, työvoimatoimistossa ja sosiaalitoimistossa. Kansaneläkelaitos eli kela maksaa asumistuen ja työttömyyspäivärahaa saa työtön, jos on oikeutettu siihen (Kela 2013, 48-54). Sosiaalitoimen puolelta on oikeus vielä toimeentulotukeen, jos tulot jäävät muiden etuuksien jälkeen pienemmäksi kuin laskettu minimi (Toimeentulotuki n.d.) Etuusjärjestelmän pirstaleisuus luo haastetta arkeen. Kaikkien etuuksien saamiseen on täytettävä lukuisa määrä lomakkeita ja joka kuukausi on huolehdittava, että on vielä oikeutettu etuuteen, jottei joudu maksamaan niitä takaisin.

Päihteidenkäyttö ylittää usein aiheuttaa arjen hallintaan ja asumiseen. Päihteidenkäyttö vaikuttaa asioiden hoitamiskykyyn ja joskus asunnossa on ylimääräisiä ihmisiäkin, jotka voivat osaltaan aiheuttaa esimerkiksi häädön. (Manninen ym. 2005, 7.)

Asunnottomaksi määritellään ihminen, joka asuu ulkona, tilapäissuojassa, yömajassa tai vastaavassa sekä kaikenlaisissa tilapäismajoituksissa esimerkiksi sukulaisella tai laitoksessa olevat. Useimmiten asunnoton on syrjäytynyt mies, mutta myös naisten ja nuorten sekä maahanmuuttajien määrä on lisääntynyt. Asunnottomuudelle voi syynä olla sosiaaliset syyt, taustatekijät, elämäntilanne ja historia, henkilön ominaisuudet tai rakenteelliset syyt. Joskus asuntoja ei vain tunnu olevan, varsinkaan edullisia vuokra-asuntoja. Asunnottomuus ja varsinkin pitkäaikainen asunnottomuus voi aiheuttaa rikollisuuden ja päihdekäytön lisääntymistä. (Turvallinen kaupunki 2016.)

Päihteidenkäyttäjän on pääosin vaikea saada asuntoa. Päihteidenkäyttäjän leiman otaansa saaneena, luottotiedottomana ja vuokrat maksamatta jättäneenä se ei liene edes hämmästyttävää. Asunnoton päihdehuollon asiakas voi asua väliaikaisesti asuntolassa, vastaanottoyksikössä tai matkustajakodissa. Edellä mainittuihin väliaikaisiin majoituksiin vaaditaan maksusitoumus. Asiakkaat hakeutuvat myös katkaisuhoidon ja laitospäihdehuollon asunnon puutteessa. (Manninen ym. 2005, 7.)

#### 4 PÄIHDEONGELMAT JA NIISTÄ KUNTOUTUMINEN

Erilaisia päihteitä on suunnaton määrä. Suurin kulutus on kuitenkin alkoholilla. Muita päihdyttäviä ja huumaavia aineita ovat esimerkiksi lääkkeet, kasvien osat ja sienet. Yleisimpiä Suomessa tällä hetkellä käytettäviä huumausaineita ovat kannabis, amfetamiini, lääkkeet kuten bentsodiatsepiinit, opiaatit sekä muunto-huumeet. Kaikenlainen sekakäyttö on yhä arkipäiväisempää. Jos ei käytetä kannabista tai suonensisäisiä huumeita yksinä muiden joukossa, käytetään lääkkeitä ja alkoholia. (Manninen ym. 2005, 4.)

Tässä luvussa johdatellaan lukija päihteiden maailmaan. Päihteitä on lukuisia kuten, jo äsken mainittiin ja niihin voi tulla riippuvuus helpostikin. Tämä luku käsittelee kuitenkin myös päihteistä vieroittautumista ja moti-



vaatiota, joka siihen tarvitaan. Luvussa käsitellään myös muutamia menetelmiä esimerkiksi vertaistukea ja opioidiriippuvaisten korvaushoitoa.

#### 4.1 Päihderiippuvuus

Yllä on lueteltu muutamia yleisesti käytettyjä päihteitä ja niiden käyttötavat vaihtelevat. Käyttöä luokitellaan satunnaiskäyttöön ja tapakäyttöön johon luokitellaan esimerkiksi satunnaiset saunakaljat. Suurkäytöstä puhutaan, kun henkilö pystyy vielä itsenäisesti säätelemään määriä, lopettamaan juomisen ja käyttö on pääasiassa sosiaalista. (Vuori-Kemilä, Stengård, Saarelainen, Annala 2007, 34.)

Riippuvuusikäyttö on asia erikseen. Ihminen on jo niin koukuttunut päihteiden käyttöön, että on haastavaa olla päiväkin selvin päin. Toleranssi eli tarvittavan päihteen määrä on noussut korkeaksi, eikä käyttöä pysty lopettamaan kuten ennen. Riippuvuus syntyy eritavoilla. Alkoholismi saattaa kulkeutua sukupolvelta toiselle, mutta itse ajattelen, että omat valinnat vaikuttavat kuitenkin enemmän kuin perinnöllisyys. Psykologiset asiat kuten masennus voi aiheuttaa riippuvuutta päihteisiin, koska ihminen voi niin sanotusti lohduttautua ja unohtaa murheet hetkeksi reilusti humaltamalla. Alkoholistiksi voi myös opetella. Jos esimerkiksi kahden vuoden ajan juo joka päivä muutaman oluen ja viikonloppuisin reilulla kädellä, voi puhua jo riippuvuudesta. Osa henkilöistä on myös niin sanottuja tuurijuoppoja. He kerran vuodessa ovat monta viikkoa putkeen päihtyneenä ja hyvässä lykyssä menettävät vaimon, kodin, työpaikan ja sitten seuraavan vuoden ovat taas selvin päin ja korjaavat tilannetta, kunnes taas sama uudestaan. (Vuori-Kemilä, ym. 2007, 35–36.)

Kaikki kuntoutuksessa lähtee asiakkaan omasta motivaatiosta. Työntekijän, ehkä tärkeimpänä tehtävän alussa on motivoida asiakasta ja saada hänet ymmärtämään kuntoutumisen tarve. Jos motivaatio ei ole kohdallaan, on kuntoutusta melko turhaa lähteä rakentamaan. Kuntoutussuunnitelman teko onkin tärkeää tehdä kuntoutuksen alkumetreillä, mutta myös tarkastaa ja tehdä muutoksia noin puolen vuoden välein. Siihen saadaan kartoitettua asiakkaan omat tavoitteet, halut sekä voimavarat. Tavoitteita ei aluksi kannata asettaa kovinkaan pitkälle, eikä katsoa kovin kauaksi tulevaisuuteen. Parasta on edetä niin sanotusti päivä kerrallaan. Retkahduksia päihdekuntoutujille usein tulee, ja jo viikon selvänä oloa kannattaa juhlia. Eikä retkahdusta kannata jäädä murehtimaan vaan ottaa ne oppimisen kannalta. Motivaatiota saa kasvatettua lähipiiriin sekä sosiaalityön ammattilaisen kannustuksella ja tuella. Oman itsensä tarkastelu on myös yksi tärkeä motivaation kasvattaja. Omia ongelmiaan on usein vaikea myöntää. (Kähäri-Wiik, Niemi & Rantanen 2007, 29–32.)

Riippuvuudesta, varsinkin henkisestä, on vaikea päästä eroon ja se vie useasti vuosia aikaa. Päihteiden käytölle onkin hyvä löytää korvaavaa toimintaa. Joskus käytetään myös opiaattiriippuvuuksiin korvaushoitoa. Päihdekuntoutuksessa käytetään monenlaisia toimintoja. Yleisintä ja te-

hokkainta on toimia ryhmässä. Käytetään esimerkiksi keskusteluryhmiä, erilaisia terapioita, akupunktiota sekä erilaisia toiminnallisia ryhmiä. Myös vertaistuella on usein yllättävän paljon voimaa.

#### 4.2 Ryhmänä toimiminen ja yhteisöllisyys

Ryhmässä toimiminen on kaikille osapuolille antoisaa, koska toiselta voi oppia jotakin ja saada palautetta omasta oppimisestaan. Ryhmän toiminen vaatii kuitenkin ryhmältä sekä ryhmän ohjaajalta sitoutumista ja yhteisiä pelisääntöjä. Parhaimmillaan ryhmässä työskennellään tasavertaisesti, toista kuunnellen ja kunnioittaen. (Kielikompassi n.d.)

Yhteisöllisyyden toteutumisen perustana on avoin vuorovaikutus. Vuorovaikutuksen luomiseksi tarvitaan tasavertaista suhdetta, kuitenkin niin, että henkilökunnalla on päävastuu. Yhteisökuntoutuksen yhtenä tavoitteena on parantaa asiakkaiden itsetuntoa ja vahvistaa heidän minäkäsitystä. Esimerkiksi osallisuuden kokemukset vahvistavat itsetuntoa. Henkilökunnan ja asukkaidenkin tärkeimpänä tehtävänä yhteisökuntoutuksessa on motivoida toisiaan ja aktivoida heitä osallistumaan ja saada heidän oma äänensä kuuluviin. (Heiskanen 2008, 10.)

Yhteisökuntoutus hyödyntää olemassa olevaa yhteisöä hoidollisten, kuntoutuksellisten ja kasvatuksellisten tavoitteiden toteuttamisessa. Se tukee kuntoutujia myös yksilötasolla. Kuntoutus on pääsääntöisesti pitkäkestoisia ja säännöt on tuotava selkeästi esille, muun muassa turvallisuuden vuoksi. Hyvä keino ylläpitää yhteisön demokratiaa on järjestää aamupalaveriä ja yhteisökokouksia, joihin osallistuu sekä henkilökunta että asukkaat. Ryhmässä toimimisesta on hyötyä elämänhallinnan-, kommunikaation- ja vuorovaikutustaitojen opettelussa. Vertaisryhmävaikutus on voima, joka vie hoitoa eteenpäin. (Heiskanen 2008, 6–10.)

#### 4.3 Vertaistuki

Vertaistuen ideana on, että samassa tilanteessa olevat ihmiset jakavat kokemuksiaan. Oma- apuryhmä, itse- apuryhmä ja keskinäisen tuen ryhmä ovat nimityksiä, joita vertaistuesta joskus käytetään. Kohtaamisen ja kokemustiedon jakamisen ajatellaan olevan vertaistuessa olennaisimmat asiat. Ryhmässä asioille ja ongelmille etsitään erilaisia merkityksiä ja ratkaisuja. Orjasniemi (2014, 182) tutkimuksessaan selvittää, että ihmisten, jotka ovat ennen käyttäneet päihteitä porukassa, on helpompi myös lopettaa ryhmässä. Vertaisryhmät tai ylipäättään sosiaalinen tuki toimii niin hyvässä kuin pahassakin. Tukeen voi jäädä riippuvaiseksi tai ryhmästä voi saada pelkästään negatiivisia kokemuksia tai vääränlaisia kavereita. Mutta vertaistuella on saavutettu myös paljon onnistumisia. (Orjasniemi 2014, 181–182.)

Vertaisryhmiä on useita erilaisia. Ryhmissä käsitellään usein arkeen ja elämäntilanteeseen, ihmissuhteisiin ja tunteisiin liittyviä asioita. Ryhmiä ei

ole pelkästään päihdeongelmallisille vaan myös heidän omaisilleen. Ver-  
taistuen ryhmiä on muun muassa A-killoilla, Irti huumeista ry:llä ja sini-  
nauhaliitoilla. (Vertaistukiryhmät 2016.)

#### 4.4 Korvaushoito

Korvaushoidon toteutus on kuntakohtaista, mutta perustuu Sosiaali- ja ter-  
veysministeriön asetukseen 33/2008 opioidiriippuvaisten vieroitus-, kor-  
vaus- ja ylläpito-hoidosta eräillä lääkkeillä. Lääkkeet, joita hoidossa käyte-  
tään, ovat bubrenorfiinia tai metadonia sisältäviä valmisteita. Hoitoon pää-  
seminen edellyttää lähetettä ja arviointia. Arvioinnissa selvitetään aiemmat  
vieroitusyritykset ja hoitoon sitoutuneisuus. Arvioinnin jälkeen asiakas  
aloittaa hoidon osastolla, jossa pystytään tarkkailemaan lääkeannoksen  
riittävyttä ja tehdään jatkohoitosuunnitelma.

Korvaushoitoa toteutetaan opioidiriippuvaisille terveyskeskuksissa, van-  
keinholaitoksissa, A- ja K-klinikoilla ja melkein missä vain missä on  
riittävästi osaamista korvaushoidon toteuttamiseksi. Korvaushoidon järjes-  
tämiseksi tarvitsee olla lääkäri saatavilla, joka on perehtynyt asiaan. Kor-  
vaushoito ohjelmia on kaksi, haittoja vähentävä- ja kuntouttava korvaus-  
hoito. Eroa hoito-ohjelmilla on se, että kuntouttavassa- ohjelmassa olevilla  
ei saa olla oheiskäyttöä ja heidän olisi hyvä sitoutua esimerkiksi jonkinlai-  
seen kuntouttavaan työhön tai opiskeluun. Haittoja vähentävässä oheis-  
käyttöä ei seurata säännöllisesti, mutta asiakkaan tulee olla sellaisessa  
kunnossa, että lääkkeenanto on turvallista. Kuntouttavassa hoidossa pyri-  
tään käymään keskusteluja muutaman kerran kuukaudessa, tarvittaessa  
useamminkin ja tavoitteena on motivoida asiakasta kuntoutumaan. Haitto-  
ja vähentävässä ei lääkkeen annon lisäksi useinkaan ole resursseja kuin  
kriisi luontoiseen apuun. Ohjelman pääasiallisena tavoitteena on parantaa  
elämän laatua. (Saukkonen n.d.)

## 5 AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET

Suoranaisesti päihteidenkäyttäjien asumisvalmennuksesta ei tutkimuksia  
ole mutta tukiasumisesta on tutkimuksia tehty runsaasti. Tähän tutkimuk-  
seen valittiin niistä kolme, jotka olivat eniten samankaltaisia kuin tämä  
tutkimus.

Ensimmäinen opinnäytetyö, jonka valikoin oli Arkonahon ja Viippolan  
(2015) Aukkaiden kokemuksiä yhteisöllisyydestä, asiakaslähtöisyydestä  
ja osallisuudesta asumisyksikön arjessa. Tutkimus oli kvalitatiivinen ja ai-  
neisto kerättiin yksilö- ja ryhmähaastatteluilla. Ryhmähaastatteluun osal-  
listui viisi asukasta ja se toteutettiin teemahaastatteluna. Yksilöhaastatte-  
luihin osallistui seitsemän asukasta. Analysointimenetelmänä tutkimukses-  
sa käytettiin aineistolähtöistä sekä teoriaohjaavaa sisällönanalyysiä.

Opinnäytetyön tuloksista kävi ilmi, että asukkaat pääosin pitävät asumisesta asumisyksikössä. Ilmapiiri on hyvä ja kaikki korostivat omaa asuntoa, jonne työntekijät tulevat vain sovitusti. Asunnon menettämistä esimerkiksi päihteiden käytön takia pelättiin ja oltiin valmiita hakeutumaan hoitoon, jos asunnon menetys olisi ajankohtaista. Sääntöjen noudattaminen oli vaihtelevaa ja omilla asenteilla koettiin olevan sopeutumisen kannalta suurin merkitys.

Asukkaat kokivat itsemääräämisoikeuden tärkeänä eli vapaaehtoisuuden osallistua toimintaan. Oikeastaan kaikki haastatellut korostivat henkilökunnan, yhteisön ja asukkaiden tuen merkitystä. Saatujen tulosten perusteella ohjaajia oli helppo lähestyä. Luottamus on ansaittu ja näin ollen asiakaslähtöisyyden on koettu onnistuneen. Osallisuuden koettiin selkeästi lisääntyvän ”kerroskokouksessa”. Osallisuuden tukeminen työntekijöiden kannalta toteutui retkien ja asioinnin kautta sekä yhteisien juttelu- tuokioiden kautta.

Hannolan (2010, 21–22) opinnäytetyö Tuettu asuminen Porin kaupungin päihdepalvelujen kuntoutumisyksikössä on toinen tutkimus jonka valitsin. Haastattelussa käytettiin teemahaastattelua yksilöille. Aineiston keruu oli kvalitatiivista ja aineistoa analysoitiin sisällönanalyysin avulla. Toisenkin opinnäytetyön haastateltavat korostivat kodin merkitystä. Tulokset osoittivatkin, että tarvetta tuettuun asumiseen on. Kukaan neljästä haastateltavastakaan ei kuitenkaan tiennyt kuinka tuettuun asumiseen pääsisi. Tämäkin opinnäytetyö tuo selkeästi ilmi päihteiden vaikutuksen asiakkaan ongelmiin ja etenkin asioiden hoito kykyyn.

Kolmas, jonka valitsin, oli Syrjälän (2015) Pro gradu -tutkielma Elämää auttamisjärjestelmän reunalla – Tukiasumisen saamat merkitykset ja moraalijärjestyksen rakentuminen asukkaiden kerronnassa. Tutkielmassa kuvataan asukkaiden kokemuksia tukiasumisesta. Haastatteluita käytiin läpi kerronnallisen teemahaastattelun kautta ja aineisto analysoitiin diskurssi-analyysin avulla.

Syrjälän (2015, 95–96) tutkimuksesta kävi ilmi ihmisten vaikeat tilanteet ennen tukiasumisen piiriin pääsyä ja näin ollen positiivisuus välittyy nykyisestä elämäntilanteesta. Yhteisön läsnäolo koetaan hyväksi, mutta myös vapaus ja oikeudet valita nousevat tärkeiksi. Elämän perustarpeiden tyydytys koetaan täyttyvän tukiasunnossa. Säännöt ja valvonta mietityttävät haastatteluihin osallistuneita. Pohditaan, että on kurjaa kun valvotaan ja ehkä määrälläänkin, mutta ymmärretään kuitenkin sääntöjen tärkeys yleisen viihtyvyyden ja muiden asukkaiden kannalta. Ajatellaan, että säännöt osaltaan sitouttavat päihteettömään elämään.

## 6 TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tämän opinnäytetyön tutkimustehtävänä oli tutkia erään päihdepalvelujen asumispalveluyksikön ja tarkemmin asumisvalmennuksen asukkaiden kokemuksia.

- Tutkimuskysymys oli: Minkälaisia kokemuksia päihdepalveluyksikön asukkailla on asumisvalmennuksesta? Tavoitteena oli saada asukkaiden ääni kuuluviin heidän omien kokemusten kautta.

### 6.1 Tutkimuksen toteutus

Tässä luvussa kuvataan tutkimuksen prosessia. Tein tutkimukseni yhdessä asumispalvelukeskuksessa. Tutkittavanani oli kolme asumisvalmennuksen asukasta. Olin ajatellut kohderyhmäksi viittä asukasta, mutta vain kolme asukasta suostui haastatteluun. Tutkimukseni on laadullinen eli kvalitatiivinen.

Laadullinen tutkimus kuvaa lähtökohtaisesti todellista elämää. Periaatteena on kerätä aineisto sellaisella metodilla, että tutkittavien ääni tulee kuuluviin mahdollisimman hyvin. Tässä aineistossa menetelmänä on käytetty teemahaastattelua. Tutkijan omien näkökulmien ei pitäisi vaikuttaa laadullisessa tutkimuksissa tuloksiin, koska tutkittavien oma näkökulma on keskeisin asia, jota tutkimuskysymyksiin etsitään. Kvalitatiivisen tutkimuksen aineistoon valikoidaan pieni tutkimusryhmä ja tuloksia tutkitaan laadun, ei tilastoiden valossa. Tähän tutkimukseen valittiin laadullinen tutkimusmetodi, koska kohderyhmä oli pieni eikä tutkimuskysymyksen tulosten saaminen vaatinut laskennallisia tai tilastollisia tuloksia vaan tutkittavien omat kokemukset riittivät. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004, 151–157.)

### 6.2 Tutkimusaineiston hankinta

Aineistonkeruutapana käytettiin teemahaastattelua. Teemahaastattelun valinta oli selkeä. Kohderyhmä, jolle haastattelut oli tarkoitus tehdä, oli enemmän keskustelevaa kuin esimerkiksi kirjoittaja tyyppiä. Haastattelukysymykset olivat myös luonteeltaan henkilökohtaisia ja vastauksiksi haluttiinkin haastateltavien omia mielipiteitä, joita oli helpoin kysyä yksilöllisesti. Teemoiksi nousivat tutkimuskysymyksen pohjalta aika ennen asumisvalmennukseen tuloa, aika valmennuksessa ja valmennuksen jälkeen. Haastattelut äänitettiin ja litteroitiin eli nauhoitettu puhe kirjoitettiin tekstin muotoon. Haastattelut kestivät puolesta tunnista tuntiin ja litteroitua tekstiä tuli yhteensä seitsemän sivua. Teemahaastattelu on Hirsjärven ja Hurmeen (2010, 47–49) määritelmän mukaan keskustelu, joka käydään läpi ennalta määriteltujen teemojen pohjalta.

### 6.3 Aineiston analyysi

Tässä tutkimuksessa on analysointimenetelmänä käytetty kategoria-analyysia. Välimaa (2011, 27-28) lainaa väitöskirjassaan Harvey Sacksia, joka on todennut, että kategorioita on kaikkialla. Ihmiset ja asiat sijoitetaan kielessämme valitsemiimme kategorioihin. Kategoriat ovat vahvasti sidoksissa kulttuuriin ja moraliin. Niiden avulla oikeutetaan tai puolustetaan, selitetään tai ilmaistaan syytöksiä. Olennaista kategoria-analyysin käytössä analyysimetodina on se, että kategoriat ovat tutkittavien itsensä kielenkäytössä valitsemia, eivätkä tutkijan tulkintoja. Kategoria-analyysi on tutkimuksen aineiston sisällönanalyttinen menetelmä, jonka avulla saadaan selville tutkittavien tulkintoja, kokemuksiä tai mielipiteitä tutkitavasta asiasta.

Analyysi toteutettiin etsimällä ensin aineistosta kategorioita eli sanoja, jotka olivat tutkittavien kokemuksiä asumisvalmennuksesta. Käytännössä tämä tapahtui niin, että haastateltujen asumisvalmennuksen asukkaiden puheesta etsittiin asumisvalmennuksen synonyymejä ja niihin liittyviä piirteitä. Kategoriat järjestettiin yhdeksi listaksi, josta ne jaettiin kategoriaryhmiin. Kategorioista löytyi yhteensä kuusi ryhmää, jotka muodostivat tämän tutkimuksen tulokset. Ryhmiksi muodostui, asumisvalmennukseen saapumisen syyt, päihteiden ympäristö, kuvauksia asumisvalmennuksesta, tekeminen, säännöt ja henkilökunta

### 6.4 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksessa on säilytetty haastateltavien nimettömyys kaikissa mahdollisissa tilanteissa. Nimettömyyden säilyttämiseksi analyysitekstistä on poistettu kohtia, joista asukkaat olisi ollut tunnistettavissa. Opinnäytetyössä on muutettu myös asuinpaikan nimitys, jotta paikkakunta, jossa tutkimus toteutettiin, pysyisi anonyyminä.

Asukkaille pidettiin viikkoa aikaisemmin infotilaisuus, jossa kerrottiin tekeillä olevasta opinnäytetyöstä ja annettiin heille infokirje, joka on liitteenä. Infokirjeessä oli mainittu opinnäytetyöni aihe ja että tutkimuksesta on oikeus kieltäytyä, sekä että haastattelut nauhoitetaan ja tuhoetaan työn valmistuttua. Samat asiat eli tärkeimpänä oikeus kieltäytyä missä vaiheessa tahansa haastattelua, lukivat suostumuslomakkeessa, joka on myös liitteenä opinnäytetyössä. Haastattelun aluksi haastateltavat lukivat lomakkeen läpi ja molemmat, tutkija sekä haastateltavat, allekirjoittivat sen.

Tutkimuksen luotettavuuteen on saattanut vaikuttaa se, että asumispalvelut olivat tutkijalle entuudestaan tuttu paikka. Kuitenkin luotettavuudesta kertoo se, että samankaltaisia tuloksia on saatu aikaisemminkin. Haastattelijan nauhoittaminen ja niiden huolellinen litterointi lisää myös tutkimuksen luotettavuutta.

## 7 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tässä luvussa kuvataan tutkimustulokset, jotka kategorioiden avulla litteroidusta aineistosta löydettiin. Kategoriaryhmiä muodostui yhteensä kuusi. Taulukossa 1 on listattuna kategoriaryhmät ja lukumäärät, kuinka usein ne aineistossa toistuivat. Pääteetön ympäristö nousi eniten esille haastattelussa, mutta laitoin raporttiin kuitenkin ensimmäiseksi asumisvalmennukseen saapumisen syyt, jotta opinnäytetyön tulokset olisivat loogisessa ja aikajanan kannalta järkevämmässä järjestyksessä.

Taulukko 1. Kategoriaryhmät ja aineistossa esiintyneiden kategorioiden lukumäärät.

KATEGORIA RYHMÄT	KATEGORIODEN LUKUMÄÄRÄ
Saapumisen syyt	19
Päihteetön ympäristö	30
Kuvauksia asumisvalmennuksesta	27
Tekeminen	22
Säännöt	10
Henkilökunta	5
Yhteensä	113

### 7.1 ”Mä olin niin kauheessa kunnossa” - Saapumisen syyt

Haastattelujen alussa oli yleistä keskustelua asukkaiden lähtötilanteista ja taustasta. Puhuimme myös siitä, oliko heillä ollut asuntoa ennen asumisvalmennukseen tuloa.

*Ei mulla ollu (asuntoa), miten mä muuten menin katkolle. Mä en muista ees miten mä sinne ekan kerran menin. Ainiin, itse asiassa äiti toi mut tänne, ku mä olin niin kauheessa kunnossa ja täältä ne ohjas mut katkolle.*

*Nytku oon asunnoton ja mulla on sitä alkoholitaustaa.*

*Mä tulin sit maanantaina tänne selviämään ja pääsin sit täältä katkolle, et olisin pari viikkoo siinä, mut sit tulikin seuraava lauantai, tuli tieto et mulla asunto ja mä tulinki sit jo seuraavana tiistaina tänne.*

*Onhan täällä niitä joilla on pantajalassa, tänne saa niinku tulla suorittaa loppu tuomion.*

*Eiku (tukiasunto X:ssä) asuin kans, mutta siellä menny ihan sillee, siellä ei oo mitään rajoja tehty, ni ja sääntöjä, ni ei pystyny, niinku ei tarvinu olla, niinku ei ollu niitä sääntöjä. No ei se ollu vaikeeta, mä olin koukussa huumeisiin ni. Mä pääsin korvaushoitoon ja sen takiahan mä tänne tulin. Se korvaushoitokun alko, ni kaks kuukautta ku mä olin siinä niin, mä pyysin tolt kuka täälläki johtaa, et tarvii saada päihteetön ympäristö, nimenomaan se oli se sen takia mä tänne tulin.*

Aukkaat keskustelivat avoimesti taustastaan. Haastatteluissa kävi ilmi, että asumispalveluihin on mahdollista tulla suorittamaan myös koevapautta. Aukkailla oli kokemusta asunnottomuudesta ja osa oli ollut asunnoton juuri ennen asumisvalmennukseen tuloa, josta koevapauden suorittamisenkin osaltaan kertoo. Aineiston analyysi paljasti aukkaiden olleen katkolla muun muassa huonon kunnan takia. Aukkaat kuvasivat aika vaka-  
viakin päihdeongelmia, joista esimerkiksi haastateltavan korvaushoidon aloitus kertoi. Korvaushoidon alkaessa edellisessä paikassa asuminen oli ollut mahdotonta, koska siellä ei ollut asetettu rajoja, eikä oikein ollut edes sääntöjä. Tutkittava oli pyytännyt johtajalta päihteetöntä ympäristöä ja päässyt asumaan asumisvalmennukseen.

## 7.2 ”Huumeita ei pyöri niin avoimesti” - Päihteetön ympäristö

Asumispalvelut, jossa tutkimus toteutettiin, on päihteetön ympäristö. Haastattelussa mainittiin useasti päihteiden käyttö ja aukkaat olivat mielisään, että niiden käyttöä rajataan ja käyttöön puututaan.

*Täällä ei niitä päihteitä nimenomaan oo, tai päihteitä voi olla, mutta huumeita ei pyöri niin avoimesti kun tuolla kaupungilla.*

*Tarvis just sitä semmosta että rajotetaan ettei täällä voi käyttää ja sit kumminki, aina ku tuun jostain reissusta tuolta, ni kyl mä oon tosi onnellinen, ku pääsen tänne ja saa olla selvin päin.*

*Tuettuu asumista, sillee, tuettuu sillee siihen päihteettömyyteen. Kyllä se ihan hyvin tukeekin. Se rajottaa silleen et täällä ei voi heiluu ihan sekasin, eikä rampata porukkaa. Ne on ne suurimmat. Eihän tää vankila oo, et jos haluu sekoilla voi lähtee jonnekin muualle.*

Haastateltavat toivat ilmi haastattelussa tavalla tai toisella, että pitävät tärkeänä ympäristöä, joka mahdollistaa selvin päin olemisen. Kuvaukset päihteettömästä ympäristöstä olivat ristiriitaisia suhteessa asumispalvelujen sääntöön päihteettömyydestä. Asumispalvelun koetaan tukevan päihteettömyyteen sillä tavalla, että alueella ei saa käydä rajattomasti ulkopuolisia, eikä siellä saa olla ”ihan sekaisin”. Tutkimusaineistossa tuli kuitenkin



kin esille, että asukkaat toivovat käyttöä alueella rajoitettaisiin enemmän. Haastatteluissa mainittiin, että asumispalveluissa oli päihteitä saatavilla ja korostuksena, että jonkin verran myös huumeita. Tutkittava vertasi asumispalveluita vankilaan. Asumispalveluiden ei koettu olevan vankila, koska sieltä oli vapaus lähteä, jos niin haluaa, toisinkuin vankilasta.

### 7.3 ”Tähän on tällänen pieni yhteisö” - Kuvauksia asumisvalmennuksesta

Haastateltavat ilmaisivat viihtyvänsä asumisvalmennuksessa ja asukkaat kuvasivat asumisvalmennusta pääosin positiivisesti.

*No tää on vähä niinku, että mun mielestä, tää on niinku opetellaan elämään, tai niinku tai sillai, niinku lyhyesti sanottuna. Mä en niinku osaa sanoa mikä asumisvalmennus on, mutta tähän on tällänen pieni yhteisö, että johon niinku kuuluu 12345 paikkaako tässä on.*

*Ei tää sillain laituskuntoutus oo.*

*Emmä pystyis asuun missää tavallisessa paikassa, se menis kyllä ihan käsistä sitten.*

*Joo kyllä mä ihan mielelläni oon ollu täällä. Ei mulla oo mitään kiirettä pois täältä.*

*Mut yleisesti ottaen täällä on tosi hieno, olla aivan upeeta.*

Asumisvalmennus kuvattiin pienenä yhteisönä, jossa opetellaan elämään. Siellä mainittiin olevan viisi asuntoa, jotka muodostavat yhteisön. Haastatteluissa kerrottiin, että olisi haastavaa asua missään muualla, ainakaan selvin päin. Keskusteluissa viitattiin, ettei asumisvalmennusta ainakaan laituskuntoutukseen voi verrata. Asumisvalmennusta kuvattiin sanoilla ”Tosi hieno olla” ja ”aivan upeeta”. Asukas kertoi haastattelussa, että on mielellään ollut asumisvalmennuksessa, eikä hänellä ole kiirettä pois.

### 7.4 ”Yritetään vähän niinku ryhmätoimintana” – Tekeminen

Haastateltavat kertoivat, minkälaista tekemistä asumisvalmennuksessa on. Tekemistä heidän mielestään oli riittävän usein ja monipuolisesti.

*Yritetään vähän niinku ryhmätoimintana, ettei niinku jää ihan yksin, sillai tulee meinaan tosi yksinäinen olo, jos on kämpässä viikkotoisensa jälkeen yksin. Ei oo sit niin hirveen kivaa, mut sit ku aamulla, ku aina aamulla porukka kokoontuu tähän palaveriin, ni tietää et on ainakin jotain tekemistä, ehkä tai jotain.*

*Kesäsin täällä ainaki on tos pihalla on kaikennäköstä. On noi heittelee petanquee ja tikkataulu on vieressä.*

*Jos, menee niin menee, ketään ei väkisin pakoteta. Kyllä sitä ihminen ite tietää mitä haluaa tehdä, jos halua maata kämpällä perse homeessa, niin sittenhän makaa, mutta kyllä mä ite mielummin teen jotain.*

*Kyllä musta tarjontaa on aikalailla ihan laidasta laitaan ja paljonhan se on itestä kiinni mitä haluaa tehdä. Ku aattelee yleensä, kyllähän täällä on joka viikko jotakin. Ei kaikesta voi kaikki tykätä.*

*Sehän se just varmasti motivoi tekemään ja sitten että ei jää torppaan tönöttämään, et on sitä olemista ja tekemistä.*

Tutkittavat kuvasivat asumispalvelussa oloa yksinäiseksi, jos esimerkiksi on viikko toisensa jälkeen vain asunnossa. Aamupalavereihin kokoontuminen koettiin mielekkääksi yhteishengen luojaksi. Tutkittavat kertoivat porukan kokoontumisesta palaveriin aamuisin ja siitä kuinka palaveripäivinä tietää, että on ehkä jotakin tekemistä, joka poistaa yksinäisyyttä. Aukkaat kuvasivat, että ainakin kesäisin ohjelmaa on, muun muassa petanquee ja tikkaa heitetään. Haastateltavat kokivat, että joka viikko on jotakin ja aikalailla jokaiselle. Haastatteluissa viitattiin myös viikko-ohjelmaan jonka arveltiin motivoivan tekemään jotakin tai ainakin tulemaan pois asunnostaan. Myös sitä, että pakko ei ole tehdä mitään, pidettiin tärkeänä asiana.

*Emmä kyllä oikeen muuta tukee, mut et sit tietty ohjelmaa ja tekemistä, ettei aika käy pitkäks tai tylsäks. No emmä tiä, ehkä joskus vois olla enemmän tekemistä, mut joskus tuntuu ettei jaksa käydä edes aamupalavereissa.*

Keskustelua haastateltavien kanssa käytiin aiheesta, minkälaista tukea he tarvitsisivat. Aukkaat kokivat tekemisen olevan tärkeä osa tukea, mutta siihen ei osattu vastata tarvitsisiko ohjelmaa olla enemmän. Haastateltavat kertoivat aamupalavereihin tulemisenkin olevan joskus haasteellista.

### 7.5 ”Ei sais olla ku possut karsinassa” – Säännöt

Tutkittavilla oli asumispalvelukeskuksen säännöt mielessä. Säännöt jakoi-  
vat mielipiteitä tutkittavien kesken.

*Pitäis olla ihan kunnan laitos, jos pitäis enempi rajottaa, et-  
tä ei. Tääl on just sopivasti, hyvä kun annetaan se mahdolli-  
suus ja vähän sitä vastuuta.*

Haastateltavien puheesta huokui, että säännöt ovat tärkeitä, mutta oltiin  
myös sitä mieltä, että tämä asumispalvelukeskus ei ole laitos. Eli enempiä  
ei voi rajata vaan antaa vastuuta ja mahdollisuuksia asukkaalle itselleen.

*Nääki kaverit ketä täällä on on ollu pidempään ku minä, ni  
ne ei välttämättä vieläkään saa tiskiä tiskattua. Onko se sit-  
ten vähän sitä välinpitämättömyyttä, vai pitäskö olla tiukem-  
pi sääntöjen suhteen. Puhutaan just siitä oma koti asumises-  
ta --- Niin pitäsköhän siihen sitten panostaa talon puolesta  
enempi, olla tiukempi sääntöjen puolesta. Ei sais olla ku  
possut karsinassa, tavallaan se on kuitenkin sitten jokaiselle  
asiakkaalle yksilöllistä, kuka mitenki toimii, mutta tuntuu  
vaan sitten, että onko tää toisille vaan paikka missä käy yö-  
pymässä.*

Aukkaiden puheissa oli toinenkin kanta. Aukkaat ihmettelivät, että miten  
osa asukkaista ei saa esimerkiksi tiskejä tiskattua, vaikka on asunut jo pi-  
dempään asumisvalmennuksessa. Tutkittavat pohtivat, että tarvitsisiko  
sääntöjä kiristää. Haastateltavat miettivät myös onko se vaan aukkaiden  
välinpitämättömyyttä, olla välittämättä esimerkiksi asunnon kunnosta vai  
onko asumisvalmennus toisille vain paikka mihin mennä yöksi.

### 7.6 ”Henkilökunta täällä on hienoo” - Henkilökunta

Henkilökunnasta tuli melko vähän keskustelua haastatteluissa. Puhe oli  
kuitenkin positiivista ja haastateltavat kokivat saavansa apua ja tukea hen-  
kilökunnalta.

*Henkilökunta täällä on hienoo, ja jos on jotain ongelmia,  
niin kyllä apua löytyy siinä vaiheessa.*

*Jos sitä apuu tarvii ni tonne (toimistoon) voi aina mennä ja  
jos tää ei riitä niin aina voi jonnekki kuntouttavaan paikkaan  
mennä.*

*Kyl ne aika ahkeraan käy siel oven takana. Mut kyl ne kui-  
tenkin aika hyvin on tajunnu et me ollaan kuitenkin päih-  
teidenkäyttäjiä, et jos haluu olla rauhas ni sit täytyy antaa  
olla rauhassa, saattaa mielialatkin vaihdella.*

Aukkaat kertoivat haastattelussa, että henkilökuntaa on aina saatavilla ja tuki jota asumispalvelukeskuksesta saa, on ainakin heidän mielestään riittävää. Toimisto koettiin paikaksi, jossa on aina avoimet ovet ja he tuumasivat, että jollei asumispalvelukeskuksen tarjoama tuki riitä voi lähteä jonkin muualle asumaan. Henkilökunnan koettiin käyvän usein oven takana, mutta tuntui, että kuitenkin asumispalveluissa kunnioitetaan asukasta ja annetaan olla rauhassa, jos asukas niin haluaa.

## 8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuoda asumisvalmennuksen asukkaiden omia kokemuksiä, siitä millaista on asua tuetusti. Tutkimuskysymyksenä oli: Minkälaisia kokemuksiä päihdepalveluyksikön asukkailla on asumisvalmennuksesta? Kategoria-analyysiä hyödyntäen muodostuikin kokonaisuus, johon liittyi puhetta asumisvalmennuksen kokemuksista kuten, saapumisen syistä, päihteettömästä ympäristöstä, asumisvalmennuksen kuvauksista, päivittäisestä toiminnasta, säännöistä ja henkilökunnasta. Analyysi muodostui kattavaksi ja täytti tutkimuksen tavoitteet.

Aukkaiden huonokuntoisuus, päihteiden käyttö ja asunnottomuuden ongelmat nousivat selkeiksi syiksi tulla ja hakeutua tukiasumiseen. Aukkaiden päihdeongelmat ovat tutkimustulosten mukaan melkein pääsääntönä tukiasumista hakevilla myös Hannolan (2010, 27) tutkimuksessa. Tulosten perusteella voisi todeta, että asumisvalmennuksessa tällä hetkellä asuvat tarvitsevat kyllä tukea, jota sieltä on saatavilla.

Asumispalvelut päihteettömänä ympäristönä oli tärkeä kaikille asukkaille. Päihteiden käyttö asukkaiden keskuudessa oli yleistä, vaikka itse asumispalveluissa ei niitä ollut niin paljon kuin esimerkiksi kaupungilla. Haastattelujen perusteella voisi päätellä, että kun asukkaat ovat paikalla, on heille tärkeää saada mahdollisuus olla selvin päin. Asukkaat kokivat olennaiseksi myös sen, että ulkopuolisia ihmisiä ei alueella juuri käy. Aikaisemmissa tutkimuksissa ei ollut samankaltaisia tuloksia päihteettömästä ympäristöstä.

Tutkittavat kuvasivat asumisvalmennusta paikaksi, ”josta ei ole kiirettä pois”. Tämän tutkimuksen ja Arkonahon ja Viippolan (2015, 36) tutkimuksen perusteella asukkaat viihtyvät hyvin ja asuvat mielellään tuetusti. Muut kuvaukset valmennuksesta olivat pieneen yhteisöön viittaamista ja laitostuntoutukseen vertaamista. Laitostuntoutukseen verrattiin muutama kerran haastatteluissa. Asumispalveluita ei koettu laitostuntoutukseksi vaan mietittiin, että sellaiseen voi lähteä jos asumisvalmennuksen tuki ei ole riittävää.

Asumisvalmennuksessa kuvattiin olevan runsaasti tekemistä ja monipuolisesti. Haastatteluissa heräsi kysymys, että onko tekemistä liikaa vai liian vähän. Tutkittavat miettivät, että on jokaisen asukkaan oma asia osallistua vai ei, mutta pakottaakaan ei henkilökunnan puolelta saa. Pääsään-

töisesti tekeminen kuitenkin oli ryhmässä tapahtuvaa ja puheesta kuului aamuisin pidettävät aamupalaverit, jotka määrittivät päivän kulkua. Arkonahon ja Viippolan (2015, 52) tutkimuksessa oli samankaltaisia tuloksia. Heidän tutkimuspaikassansa oli myös aktiivisesti ohjelmaa ja asukkaat osallistuivat sinne vaihtelevasti. Heidän tutkimuksessaan osa syynä aktiivisesta osallistujaryhmästä oli tarjolla oleva ilmainen ruoka tai muu houkutin.

Rajaaminen ja säännöt oli tutkimuksessa mielipiteitä jakava aihe. Säännöt koettiin tärkeiksi ja välttämättömiksi kuten Arkonahon ja Viippolan (2015, 40) tutkimuksesta kävi ilmi. Osa asukkaista mietti kuitenkin, että enempää ei voisi rajata ja asettaa sääntöjä, vaan asukkaille itselleen tulisi antaa enemmän mahdollisuuksia ja vastuuta. Kolikon kääntöpuolena oli, että sääntöjä tulisi mahdollisesti kiristää, koska osa asukkaista ei saa suoraa lainausta käyttäen edes ”tiskiä tiskattua”. Asukas mietti, että eivätkö toiset välitä ja käyvät vain nukkumassa täällä. Tiskien tiskaaminen voi kuvastaa myös arjen hallinnan taitoja, joita Syrjälä (2015, 56) pitää yhdenlaisena mittarina tukiasumisen tarpeellisuudessa.

Kokemukset asumisvalmennuksesta olivat pääosin positiivisia. Henkilökunnan puoleen koettiin olevan helppo kääntyä. Tärkeää oli myös, että toimistossa on aina joku saatavilla. Kotona tulisi asukkaiden mukaan olla tietynlainen rauha ja osaa asukkaista on hieman ärsyttänyt se, että henkilökunta käy usein oven takana. Tärkeänä pidettiin kuitenkin sitä, että henkilökunta ei pakota mihinkään toimintaan. Asukkaat ilmaisivat viihtyvänsä asumisvalmennuksen yhteisössä hyvin.

Aineiston kerääminen sujui aikalailta suunnitelmien mukaan. Sain haastatella kolmea viidestä asukkaasta, joka oli hyvä suhde silloisten asukkaiden kuntoon, elämäntilanteisiin ja muihin asioihin verrattaessa. Tein vähän töitä eli tutustuin ja loin suhdetta asukkaisiin jo etukäteen. Heidän oli helppompaa avautua asioistaan mahdollisimman laajasti, kun haastattelija oli entuudestaan tuttu.

Aiheeni, joka tutkimukseen valikoitui, oli helppo valita. Minulla oli ennalta hieman kokemuksia yhdestä asumisvalmennuksesta ja toiminta osaltaan siellä ei ehkä aina vastannut alkuperäistä toimintasuunnitelmaa eikä tavoitetta itsenäisestä asumisesta usein saavutettu. Tavoitteeni tutkimuksen suhteen oli saada asukkaiden omia kokemuksia asumisvalmennuksesta ja niiden pohjalta mahdollisesti tärppejä työn kehittämiseen. Ehkä varsinaisia kehittämiskohtia löytyi sääntöjen tarkennuksessa sekä niiden täytäntöönpanossa. Pohdin myös, että millä keinoin asukkaiden motivaatiota saataisiin lisättyä viitaten lainaukseen ”ei välttämättä vieläkään saa tiskiä tiskattua”.

Kaiken kaikkiaan opinnäytetyötä oli mielekästä tehdä vaikka ylä- ja alämäkiä osui matkalle. Huomasin, että tutkimusta olisi kannattanut tehdä säännöllisesti viikoittain, jotta tutkimuskysymys ja ylipäättään tutkimus olisi pysynyt kirkaana mielessä. Aina uudestaan pidemmän ajan jälkeen

oli vaikeuksia aloittaa, eikä aihekaan oikeastaan innostanut. Mutta sitten kun taas vähän aikaa teki töitä tutkimuksen parissa, oli tutkimus todella mielenkiintoista. Teknisiäkin haasteita toki oli. Haasteita oli aluksi kategorioiden muodostamisessa ja myöhemmin haasteeksi osoittautui niukka kirjoitustyyli. Kokonaisuutena kuitenkin opinnäytetyöstä tuli itseni näköinen työ.

Jatkotutkimusaiheena voisi olla tutkia yhteisössä elämisen vaikutuksia, suhteessa asumiseen ja asumisvalmennukseen. Onko yhteisö hyvässä vai pahassa asemassa asumisen onnistumisessa nyt ja varsinkin jatkossa. Miten yhteisöä tulisi kehittää, jotta pitkään päihteitä käyttäneet asukkaat saataisiin pärjäämään vähän tuetussa tai täysin itsenäisessä asunnossa.

## LÄHTEET

Arkonaho, A. & Viippola, M. 2015. Aukkaiden kokemuksiä yhteisöllisyydestä, asiakaslähtöisyydestä ja osallisuudesta asumisyksikön arjessa. Opinnäytetyö.

<https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/89888/Vanha%20viertotie%2026.4.2015.pdf?sequence=1>

ARA. 2016. ARA:N teettämä tutkimus asunnottomista vuonna 2015. Viitattu 18.9.2016.

[http://www.ara.fi/fi-FI/ARAtietopankki/Tilastot\\_ja\\_selvitykset/Asunnottomuus/Asunnottomat\\_2015\(38041\)](http://www.ara.fi/fi-FI/ARAtietopankki/Tilastot_ja_selvitykset/Asunnottomuus/Asunnottomat_2015(38041))

Hannola, L. 2010. Tuettu asuminen Porin kaupungin päihdepalvelujen kuntoutumisyksikössä. Opinnäytetyö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Viitattu 8.9.2016

[https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/13672/liisa\\_hannola.pdf?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/13672/liisa_hannola.pdf?sequence=1)

Heiskanen, A. 2008. Maxwell Jonesin demokraattinen terapeuttinen yhteisö Mainiemen kuntoutumiskeskuksen toiminnan perustana – Maxwell Jonesin demokraattisen yhteisön teoria ja humanistinen ihmiskäsitys. Viitattu 15.8.2016.

<http://docplayer.fi/427185-Maxwell-jonesin-demokraattinen-terapeuttinen-yhteiso-mainiemen-kuntoutumiskeskuksen-toiminnan-perustana.html>

Hirsjärvi, S. Remes, P. & Sajavaara, P. 2004. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2010. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.

Kela. 2013. Kelan tuet päihinänkuoressa – opas asiantuntijoille. Viitattu 18.2.2016.

[http://www.kela.fi/documents/10180/578772/Kelan\\_etuudet\\_pahkinankuorressa2013\\_netti.pdf/0de16b5e-4b73-47ee-9b00-6a18c9e18f9e](http://www.kela.fi/documents/10180/578772/Kelan_etuudet_pahkinankuorressa2013_netti.pdf/0de16b5e-4b73-47ee-9b00-6a18c9e18f9e)

Kielikompassi. n.d. Tietoa ryhmän määrittelystä. Jyväskylän yliopiston kielikeskus. Viitattu 3.10.2016.

[https://kielikompassi.jyu.fi/puheviestinta/tietomajakka/maja\\_viestintaryhmassa\\_maarittely.shtml](https://kielikompassi.jyu.fi/puheviestinta/tietomajakka/maja_viestintaryhmassa_maarittely.shtml)

Kähäri-Wiik, K. Niemi, A. Rantanen, A. Kuntoutuksella toimintakykyä. Helsinki: WSOY.

Manninen, M., Sippu, P. & Tuori, T. 2005. Tuettu asuminen A-klinikkasäätiöllä, tuetun asumisen projekti 2001–2004. A-klinikkasäätiön monistesarja nro 52. Viitattu 23.8.2016.

<http://www.a-klinikka.fi/sites/default/files/quickuploads/file/tuettuasuminen.pdf>

Raitakari, S. & Saarnio, S. 2008. Vaikuttavuuden osoittamisen vaatimukset mielenterveys- ja päihdetyössä. Teoksessa Jokinen, A. & Juhila, K. (Toim.) Sosiaalityö aikuisten parissa. Tampere: Vastapaino, 196–223.

Saukkonen, A. N.d. Artikkel, lääke yksin ei riitä korvaushoidossa. Viitattu 30.9.2016.

<http://www.a-klinikka.fi/tiimi/1138/laake-yksin-ei-riita-korvaushoidossa>

Sosiaalihuoltolaki. 1301/2014 §21. Finlex. Viitattu 18.9.2016.

<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301#Lidp3673376>

Sosiaali- ja terveysministeriön asetus opioidiriippuvaisten vieroitus-, korvaus- ja ylläpito- ja eräillä lääkkeillä 33/2008. 17.1.2008. Finlex. Viitattu 5.9.2016.

<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2008/20080033>

Syrjälä, J. 2015. Elämää auttamisjärjestelmän reunalla – Tukiasumisen saamat merkitykset ja moraalijärjestyksen rakentuminen asukkaiden kerroissa. Pro gradu -tutkielma. Sosiaalialan maisteriopinnot. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Tampereen yliopisto. Viitattu 11.9.2016.

<http://urn.fi/URN:NBN:fi:uta-201510232370>

Tikka, T. 2013. Kodittomien miesten puheenvuoro - Asuntolan miesten stigma Erving Goffmanin teorian ja kehysanalyysin näkökulmasta. Pro Gradu. Viitattu 13.8.2016.

<https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/84407/gradu06603.pdf?sequence=1>

Terveysportti. 2012. Terveyskirjaston internetsivujen uutinen. Viitattu 30.9.2016.

[http://www.terveyskirjasto.fi/terveysportti/uutissorvi\\_uusi.uutissivu?p\\_uutis\\_id=16209&p\\_palsta\\_id=23](http://www.terveyskirjasto.fi/terveysportti/uutissorvi_uusi.uutissivu?p_uutis_id=16209&p_palsta_id=23)

Toimeentulotuki. n.d. Sosiaali- ja terveysministeriön nettisivut. Viitattu 18.2.2016.

<http://stm.fi/toimeentulotuki>

Turvallinen kaupunki. 2016. Taustatietoa: Asunnottomuus. Viitattu 18.1.2016.

<http://www.turvallinenkaupunki.fi/turvallisuusteemat/sosiaalisesti-turvallinen-elinymparisto/taustatietoa/asunnottomuus>



Vertaistukiryhmät. 2016. Päihdelinkin nettisivut. Viitattu 30.9.2016.  
<http://www.paihdelinkki.fi/fi/mista-apua/vertaistukiryhmat>

Viljamaa, M. 2011. Asuntola-asumisesta asumisvalmennukseen, Lahden A-klinikkatoimen tuetun asumisen kehittämistyö. Opinnäytetyö. Sosiaalialan kehittämisen ja johtamisen koulutusohjelma. YAMK-tutkinto. Lahden ammattikorkeakoulu. Viitattu 28.9.2016.  
[https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/38691/Viljamaa\\_Maria.pdf?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/38691/Viljamaa_Maria.pdf?sequence=1)

Vuori-Kemilä, A. Stengård, E. Saarelainen, R. & Annala, T. 2007. Mielenterveys ja päihdetyö: Yhteistyötä ja kumppanuutta. Helsinki: WSOY.

Välimaa, O. 2011. Kategoriat ongelman selontekoina - Pitkäaikaistyöttömyydestä neuvottelemisen ja sen rakentuminen haastattelu puheessa. Akateeminen väitöskirja. Tampere: Yliopistopaino.

## Suostumuslomake

Liite 1

### Hämeen ammattikorkeakoulu

### Sosiaalialan koulutusohjelma, Sosionomi (AMK)

#### Tutkimuksen nimi

Asumisvalmennus

#### Tutkijan yhteystiedot

Jenni Hartikainen, Sosionomi opiskelija, [jenni.hartikainen@student.hamk.fi](mailto:jenni.hartikainen@student.hamk.fi)

#### Tutkimuksen taustatiedot

Hämeen ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi (AMK)

Tutkimus on valmis joulukuussa 2016, aineistoa kerätään huhti- toukokuun aikana.

Aineisto kerätään käyttämällä yksilöllisiä haastatteluja. Aineistoa opinnäytetyössä käytetään täysin nimettömästi.

#### Tutkimusaineiston säilyttäminen

Aineisto säilytetään lukkojen takana tutkijan kotona ja hävitetään viimeistään joulukuussa 2016.

#### Tutkimuksen tarkoitus, tavoite ja merkitys

Asumisvalmennus on tarkoitettu lyhytaikaiseen asumiseen, jonka tarkoituksena on valmentaa itsenäiseen asumiseen. Opinnäytetyöni tarkoituksena on saada tietoa asukkaiden kokemuksista, odotuksista ja toiveista asumisvalmennuksessa. Tavoitteena on saada asukkaiden kokemusten pohjalta mahdollisia kehittämissideita.

#### Tutkittavan suostumus

Olen perehtynyt tämän tutkimuksen tarkoitukseen ja sisältöön. Suostun haastatteluun ja annan luvan nauhoittaa keskustelun. Annan myös luvan käyttää osioita haastattelusta nimettömänä valmiissa opinnäytetyössä. Minulla on oikeus kieltäytyä tutkimuksesta tai keskeyttää se perusteluitta ilman, että se vaikuttaa oikeuteeni saada tarvitsemia hoito- tai muita palveluja.

---

Päiväys

Tutkittavan allekirjoitus

---

Päiväys

Tutkijan allekirjoitus

## **Asumisvalmennus**

### **Pullakahvia tarjolla viikolla 19!**

Olen tekemässä opinnäytetyötä Sotkan asumispalvelukeskuksen asumisvalmennukseen.

Asumisvalmennus on tarkoitettu lyhytaikaiseen asumiseen ja sen tarkoituksena on valmentaa itsenäiseen asumiseen.

Opinnäytetyöni tarkoituksena on saada tietoa asukkaiden kokemuksista, odotuksista ja toiveista asumisvalmennuksessa.

### **Tärkeintä on saada asukkaiden ääni ja ajatukset kuuluviin.**

Tarkoitukseni on haastatella jokaista asumisvalmennuksen asukasta. Nauhoitan haastattelut ja kaikki aineisto käsitellään nimettömänä ja tuhotaan valmiin opinnäytetyön valmistuttua.

Tutkimukseen osallistumisesta voi kieltäytyä tai sen voi keskeyttää perusteluitta ilman, että se vaikuttaa oikeuteen saada tarvitsemiasi hoito- tai muita palveluja.

**P.S. pullaa on tarjolla, jos osallistut haastatteluun.**  
tapamisiin haastattelutuokion merkeissä!

*Jenni Hartikainen*  
*sosionomi opiskelija*