

# VIIKONLOPULLINEN VERTAISTUKEA

Leiri Stop Huumeille Ry:n asiakkaille

LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosionomi (AMK)  
Sosiaalipedagoginen aikuistyön suuntautumis-  
vaihtoehto  
Opinnäytetyö  
Syksy 2008  
Piia Koskimaa  
Jonna Väisänen

Lahden ammattikorkeakoulu  
Sosionomi (AMK)

PIIA KOSKIMAA & JONNA VÄISÄNEN:  
Viikonloppullinen vertaistukea  
Leiri Stop Huumeille Ry:n toipuville asiakkaille

Sosiaalipedagogisen aikuistyön suuntautumisvaihtoehdon opinnäytetyö, 42 sivua,  
5 liitesivua

Syksy 2008

## TIIVISTELMÄ

---

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli järjestää viikonloppuleiri Stop Huumeille Ry:n Lahden toimipisteen asiakkaille ja sitä kautta saada tietoa niistä asioista, jotka ovat auttaneet asiakkaita omassa toipumisprosessissaan. Opinnäytetyö on hankkeistettu ja yhteistyökumppanina on Stop Huumeille Ry, joka on erilaisista addiktioista toipuvien vertaistukeen perustuva yhdistys.

Teoriaosuudessa käsitellään vertaistukea, sosiodynaamista ohjausta, päihdeongelmasta toipumista sekä riippuvuutta. Nämä asiat ovat valikoituneet niin Stop Huumeille Ry:n toimintaideologian, asiakkaiden ongelmien pohjalta kuin leirillä toteutettujen tehtävien teorian pohjalta.

Leirin tarkoituksena oli tarjota Stop Huumeille Ry:n asiakkaille mahdollisuus vertaistukeen intensiivisemmin kuin yhdistyksen normaaleissa toiminnoissa. Lisäksi tarkoitus oli tukea osallistujien toipumisprosessia. Leirillä tarjosimme osallistujille mahdollisuuden syventyä omaan itseen sekä kuulla muiden kokemuksia toipumisesta. Leirin kohderyhmäksi valikoituivat Lahden toimipisteen asiakkaat, koska leiri haluttiin pitää pienenä, jotta tehtäville ja niiden purulle jäisi riittävästi tilaa jokaisen osallistujan kohdalla.

Leirillä toteutettujen tehtävien perusteella voi päätellä, että vertaistuen merkitys toipumisprosessissa on monelle erittäin merkityksellinen tekijä. Oppimiskokemuksia tekijöille muutoksista johtuen tuli runsaasti. Näitä oppimiskokemuksia olivat muun muassa kyky muuttaa suunnitelmia nopeassa aikataulussa sekä muuntautumiskyvyn kehittyminen erilaisissa tilanteissa. Leiriä ja sen onnistumista on pohdittu niin palautteen kuin tekijöiden oman reflektoinnin keinoin.

Leiristä saadun palautteen perusteella Stop Huumeille Ry:n asiakkaat kokevat leiritoiminnan mielekkääksi toimintatavaksi ja toivovat leirejä lisää. Tehtävistämme osallistujat olivat saaneet paljon ajattelemisen aihetta liittyen itseen ja omaan elämään. Stop Huumeille Ry:lle jäi leirin ohjelma, joten he voivat hyödyntää sitä omassa tulevassa toiminnassaan.

Avainsanat: sosiodynaaminen ohjaus, Stop Huumeille Ry, toipuva päihteiden käyttäjä, toiminnallinen opinnäytetyö, vertaistuki

Lahti University of Applied Sciences  
Faculty of Social and Health care  
Degree Program in Social Services

KOSKIMAA, PIIA & VÄISÄNEN, JONNA:

WEEKEND OF SUPPORT FOR PEER GROUPS  
Camp to Stop Huumeille ry's clients

Bachelor's Thesis in Social pedagogy for work with adults, 42 pages, 5 appendices

Fall 2008

ABSTRACT

---

The idea of this thesis was to arrange a weekend camp for the clients of Stop Huumeille ry's in Lahti centre so that some information about the things what are helping clients with their recovery could be gathered. The thesis was made in cooperation with Stop Huumeille ry. This association focuses on support of peer groups where everyone is recovering from some addiction.

In the theoretical part we dealt with support of peer groups, sociodynamic counselling, recovery from drug problems and dependency.

The purpose of the weekend camp was to offer the clients of Stop Huumeille ry a possibility for a more intensive peer group than the association's normal functions. In addition our purpose was to support our clients' recovery. In the camp we offered the clients a possibility to hear others' stories of recovery. Our camp target group became the clients of Lahti office because we wanted to keep our camp small, so that our exercises give enough time for all clients.

The exercises that were done on the camp revealed that the meaning and importance of peer groups in the recovery is a relevant factor. The thesis gave a lot of learning possibilities because of the many changes what came up. Among the things that we learned was the talent to change plans quickly and the talent to change in different situations. The camp and its success were analyzed with the help of the feedback and creators' own reflections.

The clients of Stop Huumeille ry's regarded their experience at the camp as very meaningful and hoped for more such camps. The exercises give clients a lot of food for the thought in agreement with themselves and their own life. The program of the camp remains at Stop Huumeille ry so they can improve it and tailor to their own needs.

Key words: sosiodynamic counselling, Stop Huumeille ry, recovery drug abuser, functional thesis, support of peer groups

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	ENNEN LEIRIÄ	3
2.1	Yhteistyökumppanimme Stop Huumeille Ry	3
2.2	Lähtökohtia suunnitteluun	4
2.2.1	Vertaistuki	4
2.2.2	Asiakaslähtöisyys	6
2.2.3	Sosiodynaaminen ohjaus ja konstruktivismi	7
2.2.4	Toipuva päihteidenkäyttäjä	12
2.2.5	Riippuvuus	13
2.3	Suunnitelmia	16
2.3.1	Alkukartoituksen purku	16
2.3.2	Alkuperäisiä suunnitelmia	18
2.3.3	Muutoksia suunnitelmiin	19
2.4	Osallistujat	21
3	LEIRILLÄ	23
3.1	Yleiskuvaus	23
3.2	Vertaistukiviikonloppu	24
4	LEIRIN JÄLKEEN	27
4.1	Osallistujien palautetta	27
4.2	Yhteistyökumppanin palautetta	28
5	POHDINTA	30
5.1	Toteutus ja sen onnistuminen	30
5.2	Arviointi	33
5.3	Otimme tästä opiksemme	34
	LÄHTEET	38
	LIITTEET	

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyönämme järjestimme Stop Huumeille Ry:n Lahden toimipisteen asiakkaille viikonloppuleirin. Jatkossa käytämme yhdistyksestä vaihtoehtoisesti myös nimeä Stoppi, koska tämä nimitys on vakiintuneessa käytössä yhdistyksen sisällä. Yhteistyökumppanimme valikoitui sillä perusteella, että olimme kiinnostuneita Stopin toiminnasta ja heillä oli tarve leirin järjestämiseen. Valitsimme opinnäytetyömme toteutustavaksi leirin, sillä meillä molemmilla on kokemusta leiritoiminnasta ja olemme havainneet sen hyväksi ja toimivaksi työskentelymuodoksi.

Leirimme tarkoituksena oli tarjota asiakkaille mahdollisuus vertaistuelliseen viikonloppuviettoon erilaisten tehtävien ja muun tekemisen merkeissä. Tavoitteenamme oli tarjota asiakkaille mahdollisuus intensiivisempään kuntoutumiseen kuin normaalioloissa. Tätä haimme tehtäviemme kautta. Tarkoituksena oli syventyä itseen ja omaan elämään. Tutkimukselliseksi näkökulmaksemme valitsimme sen, mitkä asiat ovat leirimme osallistujia auttaneet raitistumisessa.

Eräs omista tavoitteistamme opinnäytetyön suhteen oli saada kokemusta leirin järjestämisestä päihdekuntoutujille. Tämä siksi että tiesimme, ettei kuntoutujille suunnatun leirin järjestäminen ole aivan samanlaista kuin esimerkiksi lasten leirin järjestäminen. Kumpikaan meistä ei ollut aiemmin kohdannut tällaista kohderyhmää leirillä, vaikka kokemusta leiritoiminnasta muuten oli varsin paljon. Lisäksi tavoitteenamme oli saada lisää kokemusta aikuisryhmän ohjaamisesta, koska sitä ei voi koskaan olla liikaa ja kaikki kohderyhmät ovat erilaisia. Tavoitteenamme oli myös saada kokemus teoriapohjan sekä käytännön nivomisesta yhteen kirjallisessa tuotoksessa, siten että kirjallinen tuotos olisi kokonaisuus, josta saa selkeän kuvan opinnäytetyöstämme.

Keskeisiä käsitteitä opinnäytetyössämme ovat asiakaslähtöisyys, sosiodynaaminen ohjaus, toipuva päihteidenkäyttäjä sekä riippuvuus ja siitä toipuminen. Käsitteemme nousivat sekä asiakkaiden ongelmien pohjalta että meidän omien kiinnos-

tusten kohteidemme kautta. Pääasiassa teoriapohja opinnäytetyöllemme muodostui näistä käsitteistä, niiden määrittelystä sekä linkityksestä omaan toimintaamme.

Opinnäytetyömme kirjallinen tuotos jakautuu johdannon sekä pohdinnan lisäksi kolmeen pääosaan jotka ovat Ennen leiriä, Leirillä sekä Leirin jälkeen. Päätimme tehdä tällaisen jaottelun, koska se kuvaa mielestämme prosessia parhaiten ja selkeimmin. Ennen leiriä -kohdassa käsittelemme pitkälti teoriapohjaa sekä liittymistä toimintaamme ja lisäksi kerromme tässä osassa suunnitelmistamme leirin ohjelmasta ja muista leirin valmisteluun liittyvistä asioista. Leirillä -osiossa käsittelemme leiriämme yleisesti sekä kerromme myös hieman tarkemmin vertaistuki-viikonlopusta, koska se oli se osuus joka oli kokonaisuudessaan meidän vetämämme. Viimeisessä osiossa, eli Leirin jälkeen, olemme käsitelleet leiristä saamaamme palautetta.

## 2 ENNEN LEIRIÄ

### 2.1 Yhteistyökumppanimme Stop Huumeille Ry

Päätettyämme valita opinnäytetyömme toteutustavaksi toiminnallisen opinnäytetyön lähdimme kartoittamaan mahdollisia yhteistyökumppaneita. Stop Huumeille Ry nousi nopeasti parhaaksi vaihtoehdoksi ja niinpä varasimme ensimmäisen palaveriajan. Stop Huumeille Ry:n Lahden toimipiste suostui kanssamme yhteistyöhön ja niin suunnittelu saattoi alkaa. Suoritimme molemmat viimeisen ammatillisen harjoittelumme Stop Huumeille Ry:n Lahden toimipisteessä, joten saimme etukäteen hieman tuntumaa sekä heidän toimintatapoihinsa että asiakkaisiinsa.

Stop Huumeille Ry on päihdekuntoutujien vertaistukeen keskittyvä yhdistys, joka toimii Helsingissä, Lahdessa, Kotkassa, Seinäjoella ja pian myös Porvoossa. Yhdistyksen tiloissa on mahdollista tavata sekä henkilökuntaa että muita päihdekuntoutujia. Stopilla on tarjolla joka arkipäivä kahvia, aamiaista sekä lounas. Lisäksi on mahdollista pelata esimerkiksi biljardia tai muita pelejä, lukea lehtiä tai viettää aikaa vain oleillen päihteettömästi. Henkilökunnalta saa myös tarvittaessa apua esimerkiksi virastoasioiden hoitamiseen tai hoitoon hakeutumiseen. (Stop Huumeille Ry.)

Stop Huumeille Ry järjestää myös päihteettömiä tapahtumia. Näistä esimerkkeinä ovat Stopin omat Vappubileet sekä Juhannusleiri. Yhdistyksellä on lisäksi monenmuotoista harrastustoimintaa. Lahdessa on esimerkiksi mahdollisuus pelata salibandya ja kesällä jalkapalloa. Lisäksi yhdistys on mukana monissa päihteettömyyttä edistävissä hankkeissa, kuten vaikkapa kesäkuussa järjestetyssä YK:n huumeiden vastaisessa päivässä. Stop Huumeille Ry:n toimintaan kuuluvat myös erilaiset päihteisiin sekä yhdistykseen liittyvät infotilaisuudet ja esimerkiksi tukihenkilökoulutukset. (Stop Huumeille Ry.)

Vertaistukitoiminta on juuri sosiaali- ja terveysjärjestöjen keskeisimpiä toimintamuotoja. Tällainen toimintamuoto soveltuukin järjestöille hyvin, sillä niiden toiminta perustuu usein yhdessä tekemiseen ja yhdessä jaettaviin kokemuksiin sekä arvoihin. Järjestöt tarjoavat matalan kynnyksen kanavan vertaistoiminnalle koamalla samankaltaisissa tilanteissa olevia ihmisiä vaikuttamaan, keskustelemaan ja toimimaan yhdessä. (Kuuskoski 2003, 32.)

Stop Huumeille Ry:llä on mahdollista saada sekä ammattilaisen että vertaisen apua ja tukea (Stop Huumeille Ry). Kuuskoski (2003, 34) korostaakin sitä, että nämä kaksi tukimuotoa eivät suinkaan ole toistensa kilpailijoita, vaan tarvittaessa täydentävät toisiaan. Vertaisilta voi saada sekä aivan konkreettisia neuvoja ongelmiinsa että kannustusta hakeutua ammattiavun piiriin. Ammattilaiset voivat sitä vastoin kannustaa asiakkaitaan hakeutumaan vertaistuen piiriin.

## 2.2 Lähtökohtia suunnitteluun

### 2.2.1 Vertaistuki

Monella on hyviä kokemuksia siitä, kuinka johonkin ongelmaan liittyvien kokemusten jakaminen sellaisen henkilön kanssa joka on itse kokenut saman, on auttanut selviytymään. Tällaista apua nimitetään vertaistueksi. Vertaistuen tarkoitus on, että yksilö voisi kokea itsensä hyväksytyksi juuri sellaisena kuin on sekä tasa-vertaiseksi muiden kanssa. Tällainen tukimuoto todistaa yksilölle, ettei hän ole yksin ongelmiensa kanssa. (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2008, 222.)

Vertaistuki on kahden tai useamman yksilön välistä vuorovaikutusta ja näin ollen sillä on kaksi puolta. Ensinnäkin muiden kertomat henkilökohtaiset selviytymiskokemukset luovat uskoa ja toivoa yksilön omaan selviytymiseen. Toiseksi muiden auttaminen kohottaa itsetuntoa ja lisää mahdollisesti tunnetta omasta elämänhallinnasta. Näin ollen vertaistilanteissa hyötyvät yleensä molemmat osapuolet. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 222.)



Vertaistukea on annettu aina ja siinä korostuu ennen kaikkea arjen arvostus. Esimerkiksi perheet ja naapurustot ovat aina olleet keskeisiä vertaistuen tapahtumipaikkoja. Vertaisiltaan saa aivan käytännön elämässä toteutuskelpoisia vinkkejä, jotka voivat olla hyvinkin merkittäviä ihmisen arkipäivän elämässä. (Kuuskoski 2003, 30.)

Kuuskoski (2003, 31) katsoo vertaistukitoiminnan arvopohjaksi ennen kaikkea tasa-arvoisuuden, avoimuuden sekä toisen ihmisen kunnioittamisen. Lisäksi kyseinen tukimuoto on hänen mukaansa aina vapaaehtoista, vastavuoroista sekä siinä mukana olevien ihmisten näköistä. Erittäin tärkeäksi vertaistuen muodoksi Kuuskoski nimeää esimerkiksi tukihenkilötoiminnan, joka on olennainen osa myös Stop Huumeille Ry:n toimintaa.

Vallalla olevan toimintatavan mukaan asioita saatetaan nimittää liiankin helposti vertaisuudeksi. Sanan yhteydessä korostetaan helposti me-henkeä ja yhteisen kokemusmaailman jakamista, joten helposti käy niin että saman kokemuksen omaaminen peittää alleen kyseisen ilmiön esiintymisen peruspiirteet. Vertaisuudessa on kuitenkin aina kyse tietystä asiasta ja etenkin vielä sen erityisestä ilmenemismuodosta. Vertaistuen voima on todella vahva, joten siihen olisi suhtauduttava sekä arvostavasti että kunnioittaen. (Hokkanen 2003, 267.)

Ihmisen perusolemukseen kuuluu itsensä jatkuva vertailu suhteessa muihin ihmisiin. Vertaistukiryhmät ovat päihdekuntoutujalle oivallinen vaihtoehto, sillä näissä ryhmissä kuntoutuja ei tunnekaan itseään välttämättä poikkeavaksi tai muita huonommaksi. (Ojanen 1994, Ulmasen 2005, 28 mukaan.) Tämän saman tosiasian kuulumme myös leiriläisiltämme useaan kertaan.

Ulmanen (2005, 60–62) on eritellyt vertaistukiryhmän erilaisia rooleja ja niiden merkityksiä toipumisprosessinsa juuri aloittaneella päihdeongelmalliselle. Vertaistukiryhmä on ennen kaikkea opastava tuki, kannustava palautteen antaja, toivon luoja, voiman antaja, ratkaisujen ja päihdeettömänä pysymisen mahdollistaja, kasvattaja, peili, uusi ystävä sekä myöskin pettymysten tuottaja. Edellä mainittuihin kohtiin viitaten eräs Ulmasen (2005, 61) haastattelemista kuntoutujista kertoo

saaneensa erittäin myönteisen kokemuksen siitä, kun yhtäkkiä saa monelta ihmiseltä välittämistä viestivää palautetta. Tällaisen kommentin kuulimme myös eräältä omalta leiriläiseltämme.

Koska Stop Huumeille Ry on vertaistukeen keskittyvä yhdistys, tuli vertaistuesta erittäin luonnollinen osa myös meidän leiriämme. Leiriläisemme olivat kaikki päihdeongelmaisia, joten siinä mielessä heidän oli oikein hyvä vaihtaa ajatuksia keskenään sekä keskustella kokemuksistaan. Osa leiriläisistämme mainitsikin vertaistuen saaneen erittäin merkittävän osan elämässään.

### 2.2.2 Asiakslähtöisyys

Väestöliiton internetsivuilla asiakslähtöisyyttä määritellään siten, että näkökulmia joista asiakslähtöisyyttä voidaan kuvata, ovat ihmisoikeus-, perusoikeus- sekä vapausoikeusnäkökulmat. Näistä näkökulmista katsottuna on tärkeää, että asiakasta koskevia päätöksiä tehtäessä otetaan asiakkaan yksilölliset tarpeet ja toivomukset huomioon. Tämä takaa asiakkaan arvokkuuden tunteen säilymistä. On huomioitava sekä asiakkaan tunnevaltainen ja tiedollinen omaehtoisuus että hänen henkilökohtainen vakaumuksensa. Kun joihinkin toimenpiteisiin pyydetään asiakkaan lupa, on sekin asiakslähtöisyyttä. Se mihin asiakkaan suostumus todella antaa luvan, kerrotaan asiakkaalle tarkasti. Valitsimme Väestöliiton määritelmän, koska mielestämme se oli lähinnä omaa näkemystämme asiakslähtöisyydestä.

Ihminen asiakkaana on sekä ainutkertainen yksilö että oman elämänsä asiantuntija. Hän on jakamaton ja tunteva ihminen, jolla on voimaa, taitoa, tahtoa sekä tietoa. Hän on lisäksi aina aktiivinen toimija, joka tekee päätöksiä koskien itseään ja omaa elämäänsä. Asiakas on yhdenvertainen ihminen suhteessa muihin. Tämä yhdenvertaisuus on työntekijän ja asiakkaan välisen suhteen ydin. Asiakkaalla on jonkinlaisia voimavaroja ja mahdollisuuksia ja näiden perusteella häntä tuetaan tulemaan toimeen omillaan. Asiakkuuteen vaikuttavat jossain määrin ikä, asuminen, talous sekä elämän kuluessa muovautunut elämän malli. Asiakslähtöi-

sydessä kuitenkin kohdataan kokonainen ihminen huolimatta asiakkuuteen mahdollisesti vaikuttavista tekijöistä. On myös hyvä huomioida se, että asiakas kuuluu omaan kontekstiinsa, mutta edustaa kuitenkin yksilöllisesti esimerkiksi ikäryhmäänsä, uskonnollista taustaansa tai kulttuuritaustaansa. (Kiikkala 2000, 117.)

Kiikkala (2000, 199) kirjoittaa artikkelissaan myös siitä, että työntekijää sitovat asiakkuutta ja toimintaa koskevat arvot. Näihin arvoihin kuuluu muun muassa se, että työntekijä toimii asiakkaan kanssa yhdenvertaisena ihmisenä ja juuri silloin on kyse asiakaslähtöisestä toiminnasta. Työntekijä osoittaa olevansa asiakasta varten, eli hän kuuntelee, keskustelee, auttaa ja uskoo muutokseen. Kiinnostus ja näkökulma suuntautuvat aina ihmiseen kokonaisuutena, eikä vain ongelmaan. Asiakaslähtöinen työntekijä menee asiakkaidensa luokse, toimii rohkeasti ja avoimesti omana persoonanaan sekä tukee asiakasta riippumattomuuteen ja itsenäisyyteen. Siirtyminen asiakaslähtöiseen toimintaan vaatii arvojen tarkistamista, asiakasta koskevien arvojen selkiyttämistä, toiminnan uudistamista sekä työntekijältä ammatillista kehittymistä.

Lähdimme toteuttamaan leiriämme täysin asiakaslähtöiseltä pohjalta. Käytännössä tämä tarkoittaa siis sitä, että halusimme rakentaa kaikki leirin toiminnot leiriläistemme toiveiden ja tarpeiden mukaan. Tässä kohtaa keskeiseksi ajatukseksi leiriämme koskien nousi se tosiasia, että leiriläisemme ovat aktiivisia oman elämänsä toimijoita ja he tekevät itse päätöksiä koskien omaa elämäänsä. Antaessamme vapauden vastata kyselyymme sitoutumatta kuitenkaan osallistumaan leirillemme, halusimme tukea asiakkaita itsenäisyyteen ja riippumattomuuteen.

### 2.2.3 Sosiodynaaminen ohjaus ja konstruktivismi

R. Vance Peavy oli kanadalainen eläkkeelle jäänyt Victorian yliopiston professori, joka jatkoi työskentelyään itsenäisenä tutkijana, kouluttajana sekä työnohjaajana Pohjois-Amerikassa ja Euroopassa. Hän piti myös yksityisvastaanottoa psykologina Victoriassa. Peavy on kouluttanut Suomessa kehittämäänsä sosiodynaamista

ohjausta muun muassa Joensuun yliopiston järjestämässä ohjausalan erikoistumiskoulutuksessa. (Auvinen 2000, 14.)

Peavy uskoi, että on tärkeää vaikuttaa sosiaalisesti niihin prosesseihin, joissa ihminen rakentaa omaa minuuttaan. Tätä varten hän loi termin sosiodynaaminen ohjaus. Peavy korosti tällä termillä inhimillisen kokemuksen luonnetta suhteessa olemiseen. Hän ajatteli, että jos kykenee toimimaan sellaisesta näkökulmasta käsin joka perustuu ihmisten vahvuuksiin, pystyy hyödyntämään ihmisten käyttämättömiä ja runsassisältöisiä tarinoita. Hänen ajatusmallissaan ohjaajat eivät ole asiantuntijoita, vaan enemminkin valmentajia. Lisäksi ohjausprosessia korostetaan dialogista luonnetta sekä sitä, että kulttuurista älykkyyttä tarvitaan erojen kanssa työskenneltäessä. Nämä asiat ovat niitä, joilla Peavy vastasi siihen tarpeeseen, jonka hän näki alkaessaan kehittämään sosiodynaamista ohjausta. Hän oli sitä mieltä, että tarvitaan eroavaisuuksille herkkä lähestymistapa. (Hoskins 2006, 6-8.)

Sosiodynaaminen ohjaus tarkoittaa auttamisfilosofiaa sekä näkökulmaa nykyaikaiseen sosiaaliseen elämään ja minuuden luonteeseen. Näiden lisäksi se on ohjaukseen liittyvien käsitteiden ja menettelytapojen kokonaisuus. Ihmisiä, jotka pohjivat vastausta esimerkiksi kysymykseen, miten minun pitäisi elää elämäni, voidaan auttaa yhdistämällä sosiodynaaminen näkökulma, filosofia sekä käytännön ohjaus. Eräs sosiodynaamisen ohjauksen pääpiirteistä on konstruktivistinen yleisnäkemyk. Lisäksi sen voidaan katsoa olevan auttamisen filosofia. (Peavy 2001, 18–20.)

Sosiodynaaminen ohjaus on elämän suunnittelun menetelmä ja siinä ohjaus nähdään vuorovaikutteisena toimintana. Tulevaisuuden rakentamisen kaava kulkee kuvittelun sekä toivon kautta toimintaan. Sosiodynaamisessa ohjauksessa käytetään sanastoa, joka korostaa mahdollisuuksia. Valinnan vapautta pyritään lisäämään ihmisen omia voimavaroja vahvistamalla. Sosiodynaamisen ohjauksen arvoja ovat toivo, valinnanvapaus sekä vastuullisuus. (Peavy 2001, 20.) Nämä seikat näkyvät leirillämme erityisesti tehtävien toteutuksessa. Tehtävistämme suuri osa suuntautuu tulevaisuuteen ja siihen mitä tulevaisuudelta odotetaan ja toivotaan. Vuorovaikutteisuus näkyy leirillämme siinä, että myös me ohjaajina teemme kaik-

ki samat tehtävät kuin osallistujat sekä tehtävistä keskustellaan yhdessä. Tehtävien kautta tulee esiin ohjausprosessin dialoginen luonne.

Sosiodynaaminen ohjaus on kiinnostunut erityisesti kahdesta auttamiseen liittyvästä seikasta. Nämä seikat ovat suhteiden ja kontekstien dynamiikka sekä ajattelun ja tuntemisen tavat. Tämän vuoksi sosiodynaaminen ohjaus eroaa monista muista auttamisen malleista. Sosiodynaamisen ohjauksen tarkoitus menetelmänä on auttaa ihmisiä tunnistamaan henkilökohtaisia mahdollisuuksiaan, vahvuuksiaan sekä saavutuksiaan. Lisäksi tarkoitus on parantaa ihmisten kykyä päästä elämässä eteenpäin, tätä toteutetaan tukemalla ja ohjaamalla ihmisiä kehittämään voimavarojaan. Sosiaalisuuden, sosiaalisten ja henkilökohtaisten todellisuuksien yhdessä rakentamista korostetaan menetelmässä. Pääasiallisina motivaation lähteinä käytetään merkitysten sekä kokemusten kuvauksia. Tällainen toiminta perustuu siihen ajatukseen, että perustan, jolta käsin ihmiset viestivät toisten kanssa, muodostavat ideat, näkökulmat sekä merkitykset. (Peavy, 2006, 25–26.)

Peavyn (2006, 53–54) mielestä sosiodynaamisen auttamisen ydinkäsite on kunnioitus. Kunnioitus on keskeistä apua hakevien ihmisten ainutkertaisuuden, minuuden ja henkilökohtaisen koskemattomuuden, ohjauksen prosessin sekä auttajan ja avunhakijan suhteen kannalta. Avun hakijan henkilökohtaisten merkitysten sekä kokemusten vahvistaminen on yksi keskeinen keino osoittaa kunnioitusta. Ihmisille on yhteistä se, että heidän kokemuksensa ja he itse tulevat vahvistetuiksi. Sosiodynaamisen ajattelutavan yksi keskeinen perusolettamus on, että suurin osa avun hakijoista on aktiivisia ja luovia ihmisiä. Näillä ihmisillä nähdään olevan potentiaalisia kykyjä löytää vastauksia ja ratkaisuja ongelmiinsa. Kun ihmiset vapautuvat sisäisistä ja ulkoisista häiriötekijöistä sopivassa oppimisympäristössä, heillä on kykyä ohjata omaa elämäänsä. Kunnioitus näkyy leirillämme siinä, että yritämme tuoda esiin osallistujiemme vahvuuksia sekä sitä että heidän kokemuksensa ovat merkityksellisiä. Me ohjaajina emme ole asiantuntijoita vaan kaikki ovat samanarvoisia leirillämme.

Sosiodynaamisen ryhmäohjauksen perusteet tulevat periaatteista, jotka koskevat konstruktivistista oppimista. Näitä periaatteita ovat se, että ryhmäohjauksessa

tarjotaan sopiva oppimisympäristö osaamisen lisäämiseen sekä näkökulmien tarkistamiseen. Lisäksi oppimismenetelmät, joita ryhmäohjauksessa käytetään, tulee perustua toimintaan. Hyvin ohjatut ryhmät tarjoavat rakentavaa tukea sekä rohkaisua, joita saadessaan ihmiset oppivat parhaiten. (Peavy 2006, 109.)

Sosiodynaamisessa ryhmätyössä ohjaaja huolehtii ryhmäprosessin ohjaamisesta. Ohjaajan velvollisuutena on varmistaa, että alussa on lämmittelykeskustelua, joka antaa tukea sekä johdattelee aiheeseen. Ohjaajan on myös huolehdittava siitä, että työskentelytavat ovat asiakkaille emotionaalisesti turvallisia. Oppimiskokemus on sovitettava ryhmälle sopivaksi, eli ohjaajan on otettava huomioon asiakkaiden kyvyt, oppimistarpeet ja tietotaso, jotta harjoituksesta voidaan katsoa olevan hyötyä asiakkaille. Ohjaajan on tiedostettava se, että asiakkaiden tarpeet ja kyvyt vaihtelevat, asiakkaat työستävät asioita eri tahtiin sekä se, että motivaation taso voi vaihdella paljonkin. Ryhmän ohjaajan tulee korostaa toisten auttamisen tärkeyttä sekä erityisesti sitä, ettei toisten oppimisen estäminen ole sallittua. Näiden lisäksi ohjaajan on huolehdittava siitä, että ryhmäläiset kuuntelevat toisiaan. Ohjaajan tehtävänä on myös antaa mallia viestinnästä ja aivan erityisesti dialogisesta viestinnästä. Lisäksi ohjaajan on annettava ryhmäläisille tehtäviä. Näiden tehtävien tavoitteena on hyödyllisen tiedon saaminen, ryhmäläisten minäkuvan ja itsearvostuksen lisääminen sekä kykyjen kehittäminen. Tehtävien tarkoituksena on luoda tilaisuus omien oppimiskokemusten pohdintaan ja jakamiseen muiden ryhmäläisten ja ohjaajan kanssa sekä oppimiskokemusten soveltamiseen päivittäisessä elämässä. (Peavy 2006, 109–110.)

Käsitlemme tässä samassa osuudessa hieman myös konstruktivismia yleensä. Otimme konstruktivismin määrittelyn mukaan sen vuoksi, että se on olennainen osa sosiodynaamista ohjausta. Konstruktivismi on taustana tehtävissämme, jotka ovat pääosin Peavyn mallin mukaisia.

Ojanen (2000, 40–41) kirjoittaa konstruktivismin olevan laajin tunnettu kognitiivisen oppimiskäsityksen suuntaus. Hän myös kertoo konstruktivismilla olevan variaatioita lähes yhtä monta kuin on tutkijoitakin. Yksilön tunnepuoli ja tiedon sosiaalinen rakentuminen sisältyvät konstruktivistiseen oppimisenäkemykseen

kognitiivisten elementtien lisäksi. Periaatteena on, ettei ilman sosiokulttuurista taustaa voida tietoa ymmärtää. Yksilön oppimisen kehitys tapahtuu pääosin sosiaalisessa yhteisössä, vaikka oppiminen onkin yksilöllistä. Konstruktivistisessä oppimisenäkemyksessä kommunikaation ja ympäristön merkitys painottuvat, kuten myös tunteen ja sosiaalinen vuorovaikutus.

Ydinajatuksena konstruktivismissa on, että tiedon rakentumisena tulkitaan ajattelun liittyvät toiminnot. Ihminen rakentaa jatkuvasti paremminkin merkityksiä, joten tiedon katsotaan olevan elävä ja muuttuva kooste. Tiedon syntymisen ja rakentumisen ymmärtämisessä suurta muutosta merkitsee edellä mainittu käsitys tiedosta muuttuvana ja elävänä koosteena. Oppija konstruoi tiedon omien tavoitteidensa mukaisesti. Teknisessä opetuskäsityksessä opettaja vain siirtää tietoa oppijalle, joten konstruktivistinen oppimiskäsitys on lähes sen vastakohta. (Ojanen 2000, 41.)

Puolimatka (2002, 239) jakaa kirjassaan konstruktivistiset näkemykset kolmeen ryhmään. Jaon hän on tehnyt sillä perusteella, että eri konstruktivismin muunnellamat painottavat erilailla oppimisen yksilöllistä ja yhteisöllistä puolta. Ensimmäisessä ryhmässä yksilöllinen konstruktivismi painottaa oppimisprosessissa yksilöoppijan aktiivisuutta sekä ainutlaatuisuutta. Opetuksen keskipiste on yksilö ja tavoitteena on auttaa yksilöä ymmärtämään itseään ja maailmaa. Sociodynaaminen ohjaus voidaan lukea mielestämme kuuluvaksi tähän ryhmään, sillä se on elämänsuunnittelun menetelmä, kuten edellä mainitsemme. Lisäksi sociodynaamista ohjausta toteutetaan tukemalla ihmisiä kehittämään omia voimavarojaan.

Puolimatkan (2002, 239) mukaan toinen ryhmä on konstruktivismin yhteisöllinen muunnos, joka painottaa ryhmän yhteistyötä. Toisen ryhmän määritelmässä Puolimatka on viitannut Leinon ja Leinon kirjaan *Opettaminen ammattina* (1997). Leino ja Leino (1997, 45) kirjoittavat, että konstruktivistisen näkemyksen mukaan ei ole olemassa oikeaa tai väärää tietoa, vaan erilaisia merkityksiä. Tietoon suhtautuminen on aina suhteellista. Niinpä keskustelujen, yhteistoiminnan, neuvottelujen sekä yhteisten merkitysten haun tulisi olla korostuneita opetuksessa. Puolimatka (2002, 239) jatkaa kolmannen ryhmän olevan konstruktivismin tieteenala-

kohtainen muunnelma. Tässä ryhmässä korostuu tieteellisten tutkimusten merkitys. Opetuksessa rohkaistaan tieteellisten menetelmien ja tieteen työkalujen käyttöön.

#### 2.2.4 Toipuva päihteidenkäyttäjä

Toipuminen lähtee siitä, että päihteidenkäyttäjä havahtuu huomaamaan ongelman. Se merkitsee yleensä sekä muutosta että ennen kaikkea tuohon muutokseen sitoutumista. Useat toipuvat päihteidenkäyttäjät ovatkin todenneet tunteneensa, että heidän minuutensa olisi ikään kuin kadonnut päihteidenkäytön aikana. (Hiltunen, Kujala & Mattila 2005, 92.)

Päihdeongelmainen ihminen kokee paljon kipua, ikäviä kokemuksia, rikkinäisyyttä sekä itsetuhoista käyttäytymistä. Raitistumisesta alkaakin pitkä toipumismatka. Ratkaisevaa on se, että päihdeongelmaisen ajatusmaailman täytyy muuttua niin, että hän alkaa yhä enemmän suojella ja arvostaa itseänsä. (Hiltunen ym. 2005, 93.)

Toipuvalla päihteidenkäyttäjällä tarkoitetaan henkilöä, joka on jättänyt päihteiden käytön taakseen. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että päihteidenkäyttö ei enää määrittele hänen elämäänsä keskusaktiviteettina. Päihteidenkäytön välttäminen on kuitenkin pysyvä osa toipuvan henkilön elämää, joten siinä mielessä päihde on tavallaan edelleen keskeinen osa hänen elämäänsä. Usein on niin, että mitä uudempi motiivi päihdeettömyys on, sitä enemmän se suuntaa toipuvan henkilön elämää ja toimintaa. (Tamminen 2000, 47.)

Vallitsevana teemana toipuvien päihteidenkäyttäjien keskuudessa on usein poikkeavuuden tunteesta eroon pääseminen sekä samalla normaaliuden kokemuksen löytäminen. Tähän normaaliuden kokemuksen löytämiseen liittyy olennaisesti halu irrottautua päihteisen elämäntavan itseään toistavista kuvioista. Päihteidenkäyttäjän identiteetin tilalle aletaan etsiä mielekkäämpää minäkuva. (Tamminen 2000, 51–52.)



Meidän leiriläisemme olivat kaikki toipuvia päihteidenkäyttäjiä. Onneksemme saimme mukaan todella eri vaiheessa toipumista olevia ihmisiä. Joku oli ollut vain pienen hetken päihteittä kun taas toinen jo useita vuosia. Yhteistä heille kaikille oli kuitenkin juuri poikkeavuuden tunteesta eroon pääseminen ja täten mahdollisimman normaalin elämän eläminen.

### 2.2.5 Riippuvuus

Se miten riippuvuus määritellään, on aina oman aikakautensa ja kulttuurinsa tulos. Aiemmin päihteiden liikakäyttö on nähty pahatapaisuutena, syntinä tai moraalittomana käyttäytymisenä. Päihteidenkäyttö nähtiin yksilön omana valintana, joten riippuvuutta hoidettiin rankaisemalla ihmistä. Moraalista paheksuntaa päihteiden käyttäjiä kohtaan on vielä nyky-yhteiskunnassakin, mutta huomattavasti vähemmän kuin ennen. Monet sosiaaliset ongelmatkin luokitellaan usein päihteiden aiheuttamiksi, vaikka taustalla on usein lisäksi monenlaisia ihmissuhteisiin sekä ihmisenä elämiseen liittyviä kysymyksiä. (Ruisniemi 2006, 15.)

Riippuvuutta tulkitaan sairautena, joka korostuu ennen kaikkea siinä, kun pyritään löytämään diagnostiset kriteerit päihderiippuvuudelle. Tässä sairaustulkinnassa ihminen ei ole vapaa valitsemaan päihteidenkäyttöään, sillä riippuvuus on pakonomaista päihteiden käyttöä. Addiktit, eli päihderiippuvaiset, eivät ole ilkeitä tai pahatapaisia vaan sairastuneita. Tämän sairauden tunnistaminen itsessään on avainkeino riippuvuudesta toipumiseen. Riippuvuudesta toipuvaa hyödyttää päihderiippuvuuden tulkinta sairautena, koska sairaus on tuttu käsite ja se vapauttaa ihmisen syyllisyydestä ja häpeästä. Tämä mahdollistaa ihmisen keskittymään elämänmuutoksessa auttaviin asioihin. (Thombs 1999, Ruisniemen 2006, 16–17 mukaan.)

Tämä sairaustulkinta ei kuitenkaan ole yksiselitteinen, koska esimerkiksi AA:ssa tai NA:ssa riippuvuuden tulkinta on metaforinen, riippuvuus nähdään ikään kuin sairautena. Riippuvuuden tulkinta lääketieteessä perustuu muun muassa fysiologi-

siin tekijöihin. Yksi tulkinnan perusteista on kontrollin menetys. Tämä ei ole kuitenkaan yksiselitteinen asia, kuten tutkimuksissa on todettu. Mikään niin sanottu sisäinen vietti ei ole syy ihmisen hallitsemattomaan päihteiden käyttöön, vaan siihen vaikuttaa muun muassa ihmisen omat arvioinnit käytön hyödyistä ja haitoista. Sosiaaliset, psyykkiset sekä fyysiset tekijät vaikuttavat riippuvuuden syntyn. (Thombs 1999, Ruisniemen 2006, 16 mukaan.)

Koski-Jänneksen (1995, 13–14) mukaan riippuvuudesta vapautuminen alkaa kun ihminen myöntää, että päihteiden käyttö on riistäytynyt hallinnasta. Varsinkin nuorilla miehillä riippuvuuden tajuamiseen voi mennä kauan, koska alkoholin käyttö ikäryhmässä on muutenkin runsasta. Jossain vaiheessa liikkakäytön haitat tulevat niin selkeinä esille, että ihmisen on myönnettävä itselleen, ettei pysty yksin korjaamaan tilannettaan. Muutoksen toteuttamiseksi on tärkeä tiedostaa, mistä päihderiippuvuudessa on kyse. Huomiota tulee kiinnittää oman päihteidenkäytön lisäksi uskomuksiin, jotka ylläpitävät päihteiden käyttöä. Muutokseen tarvitaan oman toiminnan tiedostamisen lisäksi myös uusia selviytymistaitoja. Varsinkin tyypillisiin vaaratilanteisiin on hyvä oppia uusia selviytymistaitoja. Edellä mainittujen taitojen lisäksi ihmisen on muutettava elämäntapojaan sekä sosiaalista kenttäänsä riippuvuudesta vapautuakseen. Pitkäaikaisesta päihderiippuvuudesta toipuminen saattaa vaatia myös perustavanlaatuista muutosta ihmisen identiteetissä, arvoissa sekä suhtautumisessa tulevaisuuteen. Identiteettityössä avuksi voivat olla muun muassa päihdeongelmaisten oteapuryhmät.

Havio, Inkinen ja Partanen (2008, 48) esittelevät kirjassaan muutoksen vaihemallin, jossa on kuusi eri vaihetta. Pysyvä muutos on mahdollinen, kun eri vaiheiden vaatima aika sekä niille tyypilliset piirteet tiedostetaan. Jokaiseen vaiheeseen menee oma aikansa, jonka jälkeen ihminen on valmis siirtymään seuraavan vaiheen uusiin haasteisiin. Ensimmäisenä on esiharkintavaihe, jolloin ihminen ei vielä itse tunnista ongelmaansa, mutta lähipiiri alkaa kokea hänen päihteidenkäyttönsä häiritseväksi. Esiharkintavaiheessa oleva ihminen saattaa hakea apua lähipiirin painostuksesta, mutta ei ole vielä valmis lopettamaan päihteiden käyttöään. Tämä vaihe voi kestää pitkään, joskus jopa vuosia. Toisena vaiheena tulee harkintavaihe. Ihminen alkaa herätä tarkastelemaan päihteiden käyttöään, koska voi olla huo-

lestunut omasta terveydestään tai rahan menosta. Ihminen alkaa pohtia päihteiden käytön hyötyjä ja haittoja. Harkintavaiheessa ihminen ei kuitenkaan ole vielä itse valmis muutokseen. Ennen kuin ihminen on valmis tekemään päätöksen, voi mennä paljonkin aikaa.

Harkintavaiheen jälkeen tulee päätösvaihe. Päätöksen teossa auttavat lähipiirin tuki, voimakkaat tunne-elämykset ja oman tilan uudelleen arviointi. Päätöksen jälkeen on tärkeä sitoutua muutokseen, alkaa konkreettisiin toimiin sekä laatia muutossuunnitelma. Tavoitteet, aikataulu, keinot ja palkitsemissuunnitelma tavoitteeseen pääsyn kunniaksi on hyvä sisällyttää muutossuunnitelmaan. On hyvä muistaa, että muutosprosessi vie aikaa ja tuloksia ei välttämättä synny kovin nopeasti. Seuraavassa vaiheessa, joka on toimeenpanovaihe, päätöksestä tulee myös ympäristölle näkyväksi toiminnaksi. Ihminen hakee tukea ja keinoja päätöksen toteuttamiseksi. Hän hakee vaihtoehtoja päihteille ja puhuu päihteiden käytön lopettamisesta tai vähentämisestä. Tässä vaiheessa keskustelut läheisten tai vertaisten kanssa ovat tärkeässä asemassa. Vaihtoehtoisten tyydytyksen lähteiden löytäminen ja houkutusten välttäminen ovat tärkeitä toimeenpanovaiheessa. Onnistumisen kokemukset sekä positiivinen tuki kannustavat ja ylläpitävät muutosprosessin kulkua positiiviseen suuntaan. (Havio, ym. 2008, 48–49.)

Tämän vaiheen jälkeen tulee ylläpitovaihe, joka on vaativin ja haastavin vaihe. Kun toimintavaiheen positiiviset kokemukset, positiivinen palaute sekä ympäristön tuki alkavat muuttua arkipäiväiseksi, niin riski palata entiseen kasvaa. Muistot ja mielikuvat päihteiden käytön haitoista ovat jo etäämpänä ja lisäksi pettymykset voivat olla syy palata entiseen päihteiden käyttöön. Ylläpitovaiheessa on tärkeää muutokseen sitoutumisen vahvistaminen, vaihtoehtoisten toimintamallien löytäminen sekä houkutusten välttäminen. Näiden lisäksi toisten tuki on tärkeää. Omiin suhtautumistapojen tietoinen työstäminen, elämäntapamuutokset sekä uusien rentoutumistapojen löytäminen voivat auttaa muutoksen ylläpitämisessä. Osa muutosprosessia on retkahdus, eli paluu vanhaan. Muutos voi pysähtyä jos retkahdus ajatellaan epäonnistumisena. Se pitäisi nähdä mahdollisuutena havaita ne riskit, jotka altistavat vanhaan palaamiseen. Voimakas syyllisyys, häpeä ja toivotomuus ovat tunteita, joita retkahduksen kokenut ihminen tuntee. Näille tunteille

on annettava tilaa sekä ihmiselle mahdollisuus puhua näistä tunteistaan. Kun tuntee retkahduksen taustat, voi oppia välttämään uudet retkahdukset. (Havio, ym. 2008, 49.)

Kaikki meidän leirimme osallistujat kärsivät sairaudesta nimeltään riippuvuus. Suurin osa oli saanut sen kuitenkin hallintaansa siinä mielessä, että pystyi elämään suhteellisen normaalia elämää riippuvuudestaan huolimatta. Kaikilla oli takanaan myös enemmän tai vähemmän retkahduksia. Leiriläisemme totesivat niiden kuuluvan toipumisprosessiin ja antoivat nämä näin ollen itselleen anteeksi.

## 2.3 Suunnitelmia

### 2.3.1 Alkukartoituksen purku

Asiakaslähtöisyyttä koskevassa teoriaosuudessa on puhuttu ihmisen ainutkertaisuudesta sekä omanelämänasiantuntijuudesta ja halusimme leirillämme kunnioittaa näitä asioita. Tämän vuoksi toteutimme kyselyn huhti-toukokuussa 2008 niistä toiveista, joita Stopin asiakkailta on leirin sisältöä ajatellen. Kyselyn teimme koska me emme voi tietää niitä asioita, jotka asiakkaita askarruttavat. Näin koimme voivamme toteuttaa asiakaslähtöisyyttä parhaiten jo ennen varsinaista leiriä. Vastata saivat kaikki, jotka vain halusivat, koska kuten teoriaosuudessamme on mainittu, asiakas on tasavertainen suhteessa muihin ihmisiin. Vastaaminen tapahtui nimettömänä. Vastaajia emme rajoittaneet, koska leirimme tulisi olemaan avoin kaikille Lahden toimipisteen asiakkaille.

Kyselylomakkeen (LIITE 1) alussa oli kerrottu hieman siitä, mistä on kyse ja millaisiin asioihin mielipiteitä haluamme. Lomakkeessa oli myös maininta siitä, että kyse on opinnäytetyöstä. Näin asiakkailta oli mahdollisuus jättää vastaamatta, jos he eivät halunneet olla osallisina opinnäytetyöhön. Tämä oli samalla yksi keino toteuttaa asiakaslähtöisyyttä. Lisäksi lomakkeessa oli mainittu, ettei kyselyyn vastaaminen vaadi sitoutumista leirille osallistumiseen. Lomakkeessa oli yhteensä

viisi kysymystä, jotka liittyivät keskustelujen määrään ja aiheisiin, muihin toimintoihin, joita leiriltä toivotaan, teemaan sekä näiden lisäksi oli mahdollisuus vapaaseen sanaan. Lomakkeessa oli lopuksi palautusohjeet sekä meidän nimemme.

Koimme tärkeäksi mainita nimemme kyselylomakkeen lopussa, koska halusimme tehdä työmme mahdollisimman läpinäkyväksi. Halusimme myös asiakkaiden tietävän ketkä heiltä halusivat mielipiteitä. Ajattelimme, että on meille eduksi, kun asiakkaat tietävät kyselyn olevan meidän tekemämme. Monet asiakkaat kuitenkin tunsivat tai tiesivät meidät, koska olimme harjoittelujaksollamme Stopissa samoihin aikoihin, kun kysely toteutettiin.

Kyselyjä palautettiin 13 kappaletta. Kaksi vastausta hylkäsimme niiden epäasiallisuuden vuoksi. Leirin suunnitteluun vaikutti siis 11 vastattua kyselyä. Olemme kirjoittaneet vastaukset niissä muodoissa, kun ne ilmaistiin vastauksissa. Tämän vuoksi käytämme esimerkiksi sanontoja jonkun verran tai sopivasti, vaikka nämä eivät ole tieteellisiä sanamuotoja. Keskusteluja kyselyn perusteella toivottiin jonkun verran, tämä ehdotus sai kannatusta neljässä vastauksessa. Kannatusta saivat myös ehdotukset paljon – kolmessa vastauksessa, muutama päivässä – kahdessa vastauksessa sekä sopivasti – yhdessä vastauksessa. Keskustelujen aiheitoiveissa hajonta oli suurempi. Yhden vastauksen kannatus oli ehdotuksissa miehet ja naiset erikseen, kuinka painoilla hengen ja materian välillä sekä tunteiden ilmaiseminen. Kahden vastauksen kannatus oli ehdotuksilla päihteetön elämä, ihmisenä oleminen ja toive siitä, ettei ole liian ahtaita raameja.

Muita toimintoja, joita leirillä toivottiin olevan, sai paljon vastauksia. Tähän kysymykseen sai laittaa vaihtoehtoja niin paljon kun halusi. Eniten kannatusta sai ehdotus seurapeleistä/ryhmäliikunnasta, tämä sai nimittäin kannatusta yhdeksässä vastauksessa. Toiseksi eniten kannatusta, viidessä vastauksessa, sai saunominen/uiminen. Grillaus/ruoanlaitto sai kannatusta neljässä vastauksessa. Tutustumisleikit ja ”kisailu” saivat molemmat kannatusta yhdessä vastauksessa.

Teemaa kysyttäessä kolmessa lomakkeessa tähän ei ollut vastattu lainkaan. Teemaa kannatettiin viidessä vastauksessa ja kolmessa oltiin sitä mieltä, ettei leirillä olisi teemaa. Ehdotuksia teemasta oli yhteensä neljä kappaletta. Näitä olivat hy-

vinvointi – pahoinvointi yhteiskunnassa, tunteet ja päihteet, arki ilman douppia sekä avoimuus.

Sana on vapaa – kohtaan ei ollut kovin monessa lomakkeessa vastattu mitään. Joissakin lomakkeissa vastaukset liittyivät muihin kysymyksiin, joten nämä otettiin huomioon muita kysymyksiä käsiteltäessä. Muutamassa kyselyssä oli kirjoitettu terveisiä tekijöille, joista esimerkkinä:

*Teette tärkeää työtä tsemppiä jatkossakin*

### 2.3.2 Alkuperäisiä suunnitelmia

Leirin suunnittelu lähti liikkeelle siitä, että keskustelimme yhteistyökumppanimme kanssa leirin ajankohdasta sekä paikasta. Ajankohdaksi suunnittelimme elokuuta, mutta lopullinen ajankohta oli kuitenkin 5.-7.9.2008. Ajankohta määräytyi leirinpaikan myötä, sillä elokuun viikonloput olivat jo varatut. Leiripaikaksi yhteistyökumppanimme määritteli Hauholla sijaitsevan LomaTapolan, koska Stop Huumeille Ry on ennenkin käyttänyt samaa paikkaa leireillään. Käytössämme meillä oli kolme kuuden hengen mökkiä, eli leiripaikkakin määritteli jo osaltaan osallistujien määrää.

Leirin markkinointi alkoi pienimuotoisesti jo huhti-toukokuussa, toteuttaessamme kyselymme asiakkaille. Tämä markkinointi oli vain sanallista mainontaa samalla kun pyrimme saamaan mahdollisimman monen vastaamaan kyselymme. Varsinaiset mainokset leiristämme (LIITE 2) laitoimme Lahden Stop Huumeille Ry:n seinille elokuun 2008 alussa. Mainoksessa oli informaatiota leirin ajasta, paikasta, ilmoittautumiskäytännöstä sekä hiukan siitä mitä leirillä tulisi tapahtumaan. Tämän kirjallisen mainoksen lisäksi markkinointia hoidettiin suusanallisesti niin meidän kuin Stop Huumeille Ry:n työntekijöidenkin toimesta. Ilmoittautumiskäytännöksi sovimme yhdessä Stop Huumeille Ry:n työntekijöiden kanssa sen, että ihmiset ilmoittautuvat suoraan työntekijöille. Sen katsottiin olevan kaikkein yksinkertaisin tapa.

Leirin ohjelman suunnittelussa lähdimme liikkeelle niin kyselyn tulosten kuin sosiodynaamisen ohjauksen pohjalta. Suunnittelussa huomioimme myös vertaistuen toteutumista. Leirin runkoa suunnitellessamme päätimme, etteivät aikataulut saa olla liian ahtaita. Aikataulun tulisi siis joustaa sen mukaan miten tehtävistämme syntyy keskustelua tai jos muuten tuntuu siltä, että tarvitaan taukoja. Suunnittelimme leirin ohjelmaa niin, että päivä rakentuisi pääsääntöisesti Peavyn kirjassa Elämäni työkirja olevien tehtävien pohjalle sekä tietysti aikaa jätettiin riittävästi tehtävien purkuun keskustellen. Koska opinnäytetyössä tulee ottaa huomioon tutkimuksellisuus, päätimme keskittyä siihen, mitkä asiat leiriläisiämme ovat autta- neet kuntoutumisessa. Tehtävät sopivat sekä tarkoitukseemme tutkimuksellisuu- teen nähden että niihin teemoihin, joita leirin keskusteluilta toivottiin kyselyssä eli esimerkiksi päihteettömään elämään sekä ihmisenä olemiseen, koska tehtävät kes- kittyivät omaan itseen ja tulevaisuuden hahmottamiseen.

Ruoanlaittoa toivottiin kyselyssä, joten se oli suunnitelmissa vielä iso osa leiriä. Päätettyämme, että ruoat tehdään yhdessä, piti kiinnittää huomiota siihen seik- kaan, ettemme tienneet onko leiriläisillämme B-, C-hepatiittia tai HIV:tä. Tämän asian ratkaisimme sillä, että ottaisimme mukaan laatikon kumihanskoja, joita kaikki pitäisivät ruoanlaiton yhteydessä. Nämä yhteiset ruoanlaittohetket tukisivat niin vertaistuen toteutumista kuin sitä mukavaa ja mielekästä tekemistä, mitä suunnitelmaraportissa kerroimme leirillä tarjottavan. Ruoanlaiton lisäksi mukavaa ja mielekästä tekemistä tulisi leirillä illanvietoissa, joihin ei suunniteltu mitään sen tarkempaa aikataulua. Illan vapaampaan ohjelmaan kuului saunomista, mak- karanpaistoa, pelailua sekä muuten vaan yhdessä oloa ja jutustelua.

### 2.3.3 Muutoksia suunnitelmiin

Elokuun puolen välin jälkeen suunnitelmiimme tuli suuria muutoksia hyvin yllät- täen. Stop Huumeille Ry:stä otettiin meihin yhteyttä ja pyydettiin mahdollisim- man pikaisesti käymään siellä, koska oli tullut jotain ongelmia. Menimme käy- mään paikalla ja kuulimme, että Stop Huumeille Ry:n toiminnanjohtaja oli unoh- tanut meidän leirimme ja tämän vuoksi samaan aikaan ja samassa paikassa mei-

dän leirimme kanssa tulisi olemaan tukihenkilökoulutusviikonloppu. Tämä vaikutti niin meidän aikatauluihimme kuin ohjelmaammekin. Aikatauluja koskevat muutokset eivät olleet kovin isoja, joten ne eivät tuottaneet suurempia ongelmia. Ohjelmaa koskevat muutokset olivat hiukan isompia, mutta nekin saatiin nopealla aikataululla muutettua, leiriin ei kuitenkaan ollut aikaa enää kuin noin kaksi viikkoa.

Tehdessämme suunnitelmia leirin ohjelmaa varten tuli meidän tehdä suunnitelmia koskien pelkästään omia leiriläisiämme sekä koko leiriä yhteisesti. Koko leiriä koskevat toiminnot olivat lähinnä tutustumista, pohdintaa sekä rentoutumista. Pelkästään omaa leiriämme varten suunnittelimme sitä vastoin hieman tiiviimpää ja intensiivisempää pienelle ryhmälle sopivaa toimintaa.

Ehkä suurin muutos, jonka tukihenkilökoulutus toi mukanaan, oli meidän leirimme osallistujamäärän pieneneminen noin puolella. Alun perin osallistujien lukumäärä piti olla 12 henkilöä, mutta määrä putosi niihin seitsemään, jotka olivat siihen mennessä jo ilmoittautuneet. Toinen iso muutos, joka vei leirimme asiakaslähtöisyydeltä hieman pohjaa, oli ruokailujen järjestäminen. Ruoka tilattiin pitopalvelulta, koska leirien osallistujamäärä kasvoi niin suureksi, ettei ruokaa olisi kyetty valmistamaan itse, koska käytössä olivat vain mökkien pienet keittiöt. Toisaalta se että ruoka tuli valmiina antoi aikaa enemmän muuhun tekemiseen, mutta kuitenkin meidän leiriltä oli toivottu yhteistä ruoanlaittoa.

Oman leirimme ohjelmalta poistui aikaa koko lauantai-iltapäivä, jonka olisimme yhdessä tukihenkilökoulutusporukan kanssa. Tämä yhdessäolo johtui siitä, että katsoimme yhdessä yhteistyökumppanimme kanssa tukihenkilökoulutuksen ohjelman sopivan hyvin myös vertaistukileirin osallistujille. Lauantai-iltapäivällä ohjelmassa olivat riippuvuusluento, ensiapua sekä päihde-ensiapua. Nämäkin suunnitelmat muuttuivat vielä aivan viime hetkillä, koska luennon pitäjä sairastui ja päihde-ensivun alkuperäinen pitäjä ei ollutkaan leirillä paikalla. Nämä muutokset eivät kuitenkaan vaikuttaneet meihin juurikaan, vaan nämä ohjelmat toteutettiin muunneltuina tukihenkilökoulutuksen vetäjien puolesta. Myös meille annettiin lisää vastuuta suhteessa perjantai-illan ohjelmaan tukihenkilökoulutuksen mukaan tulon myötä. Meidän tehtävänämmä oli suunnitella kaikille yhteisiä tutus-



tumisleikkejä. Olimme jo suunnitelleet tutustumisleikit pienelle porukalle, joten osallistujamäärän kasvaessa huomattavasti jouduimme suunnittelemaan leikit kokonaan uudestaan.

Kuultuamme leirejä olevankin kaksi, vaikutti se myös turvallisuussuunnitelmaamme. Meille annettiin Stop Huumeille Ry:n työntekijän toimesta tehtäväksi laatia turvallisuussuunnitelma (LIITE 3), joka koskee molempia leirejä. Tämä ei ollut kovin radikaali muutos, koska turvallisuussuunnitelman runko pysyi samana. Huomio tuli kohdistaa vain suurempaan osallistujamäärään. Turvallisuussuunnitelman tehtävänä oli kartoittaa leirien mahdollisia riskejä etukäteen, jotta toiminta mahdollisessa riski/vaaratilanteessa olisi jäsentynyt. Turvallisuussuunnitelma toimitettiin hyväksyttäväksi Stop Huumeille Ry:n työntekijälle ennen leirejä.

## 2.4 Osallistujat

Leirillemme ilmoittautuneita oli seitsemän, mutta sairastapausten johdosta lopulliseksi osallistujamääräksi muodostui viisi henkilöä. Sairastapauksista toinen tuli ilmi aikaisemmin samalla viikolla kun leiri toteutettiin. Stopin työntekijät kysyivät haluammeko, että poisjääneen tilalle olisi yritetty etsiä varahenkilöä, mutta totesimme, ettei kannata niin lyhyellä varoitusajalla ja ei olisi meidän leirimme kannalta niin kaoottinen asia, vaikka osallistujia olisi vain kuusi. Toinen sairastapaus tuli ilmi vasta lähtö päivän aamupäivällä, joten hänen tilalleen ei edes mietitty varahenkilön etsimistä, koska aikaa ei ollut.

Osallistujiemme joukossa oli niin toipuvia huumeidenkäyttäjiä kuin alkoholiongelmaisiakin. Osallistujimmme kuului myös kaksi näkövammaista henkilöä. Saimme kuitenkin tietää tästä vasta lähtöhetkellä, joten emme olleet etukäteen varautuneet huomioimaan heitä esimerkiksi tehtävissämme. Työntekijät kuitenkin kertoivat, että he selviävät muista toiminnoista yhdessä. Toinen näkövammaisista ei ollut täysin sokea, joten hän auttoi toveriaan leirillä. Kaikki vertaistukiviikonloppuun osallistuneet olivat Lahden toimipisteen asiakkaita.

Leiri, joka yhdistyi meidän leiriimme, oli Stop Huumeille Ry:n valtakunnallinen tukihenkilökoulutus. Osallistujia oli kymmenen, joten se kasvatti koko leirin kokoa aika lailla. Lisäksi osallistujamäärää kasvattivat muiden Stopin toimipisteiden työntekijät. Tukihenkilökoulutukseen osallistui niin opiskelijoita, toipuvia päihteidenkäyttäjiä kuin tukihenkilönä toimimisesta muuten vain kiinnostuneita. Tukihenkilökoulutuksen mukaan tulo oli toinen syy siihen, ettei kahden meidän leiriltä poisjääneiden tilalle etsitty varahenkilöitä. Tukihenkilökoulutukseen oli otettu kaksi osallistujaa ylipaikoille ja näin heillekin saatiin järjestymään majoitus helpommin.

Olimme molemmat suorittaneet viimeisen ammatillisen harjoittelumme Stop Huumeille Ry:n Lahden toimipisteessä, joten olimme päässeet tutustumaan suurimpaan osaan leiriläisistämme jo jonkin verran etukäteen. Tämä oli selkeästi meidän etumme, sillä tässä tapauksessa pääsimme leirin alussa toteuttamaan suoraan toimintaamme. Jos emme olisi tunteneet leiriläisiämme ollenkaan, olisi aikaa voinut kulua melko paljon jo pelkästään toisiimme tutustumiseen.

### 3 LEIRILLÄ

#### 3.1 Yleiskuvaus

Hauhon LomaTapolassa järjestettiin 5.-7.9.2008 kaksi leiriä yhdessä. Nämä leirit olivat tukihenkilökoulutus- ja vertaistukiviikonloppu. Tämä oli ensimmäinen kerta Stop Huumeille Ry:n historiassa, kun kaksi leiriä järjestettiin samanaikaisesti samassa paikassa. Tämä ensimmäinenkin kerta oli sattuman kautta tapahtunut. LomaTapola koostui kolmesta erillisestä kuuden hengen mökistä, joiden välimatka oli noin 50 metriä. Välimatka ei häirinnyt leirien toteutusta, koska kaikki yhteiset toteutukset, esimerkiksi ruokailut ja illanvietot oli keskitetty keskimmäiseen mökkiin. Vertaistukileirin omat osuudet toteutettiin toisessa reunamökissä ja tukihenkilökoulutus oli kokonaisuudessaan keskimmäisessä mökissä.

Lähtö leireille tapahtui perjantaina Lahdesta noin kello 16.30. Tätä ennen kotkalaiset sekä helsinkiläiset tulivat Stop Huumeille Ry:n Lahden toimipisteen pihaan, josta lähdimme matkaan kohti Hauhoa kolmella henkilöautolla ja lisäksi oli yhdistyksen yhdeksän hengen pakettiauto. Perille saapumisen jälkeen oli vuorossa majoittautuminen mökkeihin niin, että yhdessä mökissä olivat kaikki miehet ja naiset jakautuivat kahteen muuhun mökkiin. Poikkeuksena tästä miehet-naiset jaottelussa olivat ne meidän leirimme kaksi näkövammaista osallistujaa, joista oli toinen mies. He majoittuivat samaan mökkiin, jotta pystyivät auttamaan toisiaan. Majoittumisen jälkeen oli ruokailu, joka tapahtui keskimmäisessä mökissä, kuten kaikki muutkin viikonlopun ruokailut.

Perjantaina oli lisäksi kaikille leiriläisille suunnattuja tutustumisleikkejä sekä yhteistä illanviettoa saunoen ja makkaraa paistaen. Näillä haettiin yhteenkuuluvuuden tunnetta, arjesta irrottautumista, kommunikaation lisääntymistä sekä mahdollisuutta turvalliseen nauruun sekä itselle että muille. Toinen näistä tutustumisleikeistä oli nimeltään Lännennopein. Aluksi valittiin yksi henkilö joka meni sei-

somaan keskelle lattiaa ja muut muodostivat piirin hänen ympärilleen. Tarkoituksena oli, että keskellä olija ”ampuu” jonkun piirissä olevan, jonka tuli mennä kyykkyyn. Hänen molemmilla puolillaan olevien henkilöiden piti kääntyä nopeasti toisiaan kohti ja sanoa sen toisen henkilön nimi mahdollisimman nopeasti. Se kumpi oli hitaampi, joutui sitten keskelle vuorostaan. (Aalto 2000, 270–271.) Toisen leikin nimesimme Sanomalehtilätkäisyksi. Siinä alkuasetelmana oli myös se, että yksi on keskellä ja muut ovat piirissä istualtaan hänen ympärillään. Keskellä olevalla oli kädessään sanomalehti. Leikki kulki sillä tavalla että joku sanoi toisen piirissä istuvan henkilön nimen. Keskellä oleva yritti mahdollisimman nopeasti lätkäistä tätä nimettyä. Jos nimetty kuitenkin ehti sanoa toisen piirissä istuvan henkilön nimen, tuli keskellä olevan yrittää lätkäistä häntä. Jos keskellä oleva henkilö ehti lätkäistä jotakuta nimettyä ennen kuin tämä ehti sanoa uutta nimeä, joutui hän vuorostaan keskelle.

Lauantaiaamu alkoi aamupalalla, jonka jälkeen leirit jakautuivat omiin mökkeihinsä toteuttamaan omia ohjelmiaan. Lounas syötiin yhdessä ja tämän jälkeen molemmilla leireillä oli yhteistä ohjelmaa. Ensin oli ajatuksia herättävää keskustelua muun muassa aiheesta riippuvuus sairautena, jolloin jokaiselle tarjoutui mahdollisuus pohtia ja ihmetellä aihetta ensin pienemmissä ryhmissä ja lopuksi yhteisesti. Tämän lisäksi oli hyödyllisten taitojen opettelua ensiavun ja päihdeensiavun muodossa. Näiden ohjelmien jälkeen oli aika taas ruokailla, jonka jälkeen jatkettiin perjantai-illan kaltaisesti saunomisella ja makkaran paistolla.

Viimeinen aamu alkoi taas aamupalalla, jonka jälkeen molemmat leirit menivät omiin mökkeihinsä toteuttamaan viimeiset ohjelmansa. Lounaan jälkeen vuorossa oli enää siivoukset ja kotiin lähtö. Kotia kohti siis lähdettiin sunnuntaina noin kello 13.00.

### 3.2 Vertaistukiviikonloppu

Omien leiriläistemme kanssa otimme tavaksi aloittaa molemmat aamut pienellä aamupalaverilla. Tämän aamupalaverin tarkoituksena oli herättää pientä keskuste-

lua siitä, millä mielellä kukin lähti uuteen päivään. Lisäksi halusimme tiedustella ja kuulostella mahdollisia ajatuksia ja toiveita siitä mihin tulisimme päivän aikana kiinnittämään erityisesti huomiota.

Olimme valinneet päivien aikana toteutettavaksi muutamia tehtäviä, joille olimme asettaneet selkeät tavoitteet. Nämä tehtävät olivat suurehkoja ja aikaavieviä, ja olimmekin valmiita joustamaan aikatauluissamme jos tehtävät tai niiden purku olisi vaatinut suunniteltua enemmän aikaa tai keskustelua. Kaikki tehtävämme olivat tarkoitettu yksin tehtäviksi ja purkaessamme niitä painotimme erityisesti sitä, että jokainen saa kertoa sen verran kun itsestä tuntuu hyvältä ja sopivalta.

Ensimmäinen tehtävistämme oli nimeltään Elämänviivan piirtäminen. Tarkoituksena oli siis piirtää oma elämänviiva syntymästä nykyhetkeen. Viivan ei ollut tarkoitus olla suora, vaan siinä tuli näkyä elämän kohokohdat ja syvänteet. Elämänviivaan merkittiin myös esimerkiksi tärkeitä tapahtumia ja ihmisiä. Lopuksi jokainen kertoi omasta elämänviivastaan sen verran kun oli valmis jakamaan. (Peavy 2001, 51.) Asetimme tämän tehtävän tavoitteeksi omaan itseen ja omaan elämään keskittymisen ja syventymisen.

Toinen tehtävämme oli nimeltään Mikä minua kantaa? Tehtävää varten jokaiselle jaettiin oma ilmapallo, joka puhallettiin sitten täyteen. Ilmapalloon tuli kirjata tai piirtää asioita, jotka kantavat elämässä eteenpäin. Tällaisia asioita olivat esimerkiksi tärkeät ihmiset, tapahtumat, toiveet ja haaveet. Lopuksi keskustelimme jokaisen ilmapallosta. (Peavy 2001, 53.) Tämän tehtävän keskeisimmiksi tavoitteiksi nousivat tulevaisuudenuskon vahvistuminen, omaan elämään syventyminen ja myönteisiin asioihin keskittyminen.

Kolmas tehtävämme oli Täydennettävä minäkuva. Tässä tehtävässä jokainen piirsi oman kuvansa paperille. Jokaisen tuli myös kirjoittaa paperiin vähintään yksi hyvä ominaisuus itsestä, jonka jälkeen kuvat ripustettiin seinälle. Tarkoituksena oli, että jokainen leiriläinen kävisi kirjoittamassa kaikkien muiden paperiin jotain positiivista tästä henkilöstä. Lopuksi paperit annettiin takaisin omistajilleen. (Aalto

2000, 397–398.) Tämän tehtävän tavoitteita olivat lisätä uskoa itseen, myönteisyys sekä kyky havainnoida myös muiden hyviä puolia.

Neljäs ja viimeinen tehtävämme oli nimeltään Elämäni aarteita. Tämän tehtävän tarkoituksena oli leikata lehdistä kuvia, tekstiä ja otsikoita itselle tärkeistä asioista, esineistä ja esimerkiksi tilanteista. Nämä liimattiin sitten paperille, johon sai myös piirtää tai kirjoittaa itse. Lopuksi jokainen kertoi työstään muille. (Peavy 2001, 61.) Tavoitteeksi tälle tehtävälle asetimme omaan elämään syventymisen ja itsetutkiskelun. Suunnitelmiimme kuului vielä yksi tehtävä, mutta koska kuulumme leirin uusimmasta aikataulumuutoksesta vasta lauantai-iltana, jouduimme jättämään sen pois.

Valitsimme juuri nämä tehtävät suoritettavaksi leirillämme, sillä koimme niistä olevan hyötyä niin meille kuin leiriläisillemmekin. Toivoimme tehtäviemme antavan meille sekä tietoa että esimerkkejä siitä millaiset asiat ovat auttaneet ja tukenet leiriläisiämme heidän kuntoutumisprosessissaan. Leiriläisiämme tehtävät tukivat kahdella tavalla. Ensinnäkin suurin osa tehtävistä suuntautui tulevaisuuteen, joten tämä valoi leiriläisiimme toivoa paremmasta huomisesta. Toiseksi he, jotka eivät olleet vielä kovinkaan pitkällä kuntoutumisessaan, saivat hieman toivoa ja mallia pidemmällä olevilta kuntoutujilta ja heidän kertomuksistaan.

Vertaistuki ja sosiodynaaminen ohjaus olivat vahvasti läsnä sekä leirillämme että tehtävissämme. Vertaistuki korostui tehtävissä luonnollisesti siten, että leiriläisemme keskustelivat paljon päihdeongelmistaan. Kaikki tehtävämme rakentuvat sosiodynaamisen ohjauksen teorian varaan, joten se oli siten myös luonnollinen osa leiriämme.

## 4 LEIRIN JÄLKEEN

### 4.1 Osallistujien palautetta

Keräsimme palautetta vertaistukiviikonloppuun osallistujilta leirin viimeisenä päivänä. Tarkoituksenamme oli kerätä palautetta sekä suullisesti että kirjallisesti, mutta saimmekin palautteen yksinomaan suullisesti. Näin ollen kirjasimme itse ylös kuulemiamme kommentteja. Vertaistukiviikonloppuleirille osallistujilta saimme pääosin positiivista palautetta. Kaikki olivat sitä mieltä, että oli erittäin hyvä että osallistujien ryhmäkoko oli niin pieni. Osallistujat kertoivat tunteneensa olonsa turvalliseksi juuri pienen ryhmäkoon vuoksi. Saimme useita mainintoja siitä, että leirin vetäjinä olimme hyviä. Kerroimme tehtävänannot selkeästi ja annoimme tilaa kysymyksille.

Vaikka yritimme huomioida näkövammaiset osallistujamme mahdollisimman hyvin, tunsivat he kuitenkin jääneensä välillä hieman ulkopuolisiksi. Toinen heistä kertoi tehtävien olleen kuitenkin hyviä ja ajatuksia herättäviä. Myös muut osallistujat mainitsivat tehtäviemme herättäneen paljon ajatuksia itsestä ja omasta elämästä.

Vaikka lähes kaikki osallistujamme olivat sitä mieltä että oli hyvä asia että tuki-henkilökoulutuksen osallistujat olivat kanssamme siellä, kertoivat he kuitenkin sosiaalisen kiintiönsä olevan täynnä. Tällä he tarkoittivat sitä, että omaa rauhaa oli liian vähän. Koko leirin osallistujamäärä oli melko suuri, joten oli vaikea löytää paikkaa ja hetkeä olla yksin.

Saimme osallistujiltamme palautetta myös koskien meistä riippumattomia toimintoja. Osallistujamme olivat sitä mieltä, että päihde-ensiavun olisi voinut jättää kokonaan pois. He eivät kokeneet saaneensa siitä tarpeeksi tietoa. Lisäksi riippu-

vuuskeskustelun kerrottiin olleen ihan hyvä, mutta etenkin suuren ryhmän vuoksi välillä oli hankala olla.

Osallistujamme antoivat myös hieman negatiivista palautetta aikatauluista. Toiminnot eivät edenneet aikataulujen mukaan ja tämä aiheutti jonkin verran epätoisuutta ja turhautuneisuutta. Lisäksi ruokailu oli kuulemamme mukaan järjestetty huonosti. Kaikille oli suunniteltu sama ruokailuaika, joten tämä aiheutti hieman ruuhkaa ja jonotusta. Lisäksi näkövammaisia osallistujiamme ei otettu tarpeeksi huomioon ruokailun yhteydessä. Tämä koski lähinnä istumapaikkoja.

#### 4.2 Yhteistyökumppanin palautetta

Yhteistyökumppanin arvioinnin leiristämme saimme leirin jälkeen, kun kävimme Stopilla keskustelemassa. Leirin toimintojen arviointi tuli pitkälti asiakkaiden palautteen kautta, koska Stopin työntekijä ei osallistunut vertaistukiviikonlopun omaan ohjelmaan lainkaan, koska oli sidottu tukihenkilökoulutukseen. Suunnittelusta ja muista ennen leiriä tehdyistä asioista hän antoi omaa palautetta, koska näitä ennen leiriä toteutettavia asioita hän oli seurannut henkilökohtaisesti koko prosessin ajan.

Stopin työntekijä oli saanut leiristämme asiakkailta, sekä vertaistuki- että tukihenkilökoulutusviikonlopun osallistujilta, positiivista palautetta. Vertaistukiviikonlopun tehtävät olivat saaneet positiivista palautetta, että niistä oli pidetty, vaikka oli ollut ennakkoluuloja niiden suhteen. Tukihenkilökoulutuksen osallistujat olivat antaneet erittäin positiivista palautetta perjantai-illan tutustumisleikeistä. Tämä oli se palaute, joka koski meitä tukihenkilökoulutuksen osallistujilta tulleesta palautteesta. Muuten tukihenkilökoulutuksen osallistujien palaute koski niitä leirin osia, joita me emme olleet suunnitelleet tai toteuttaneet. Esimerkkejä tukihenkilökoulutuksen osallistujien palautteesta oli muun muassa päihde-ensivun osuus, samasta asiasta myös vertaistukiviikonlopun osallistujat antoivat kriittistä palautetta. Stopin työntekijä kertoikin, että tämä osuus todennäköisesti jää jatkossa pois.



Stopin työntekijän sanoma oli, että kaikista muutoksista huolimatta onnistuimme viemään leirin läpi todella hyvin. Tehtävät olivat monipuolisia ja vaihtelevia sekä niissä oli mukana myös syvempi ajatus. Ryhmän motivoinnissa onnistuimme hyvin, koska työntekijän mukaan Stopin asiakkaat ovat peruspesimistejä, joita voi olla vaikea motivoida ylipäättään mihinkään tekemiseen. Saimme myös ryhmän pidettyä kasassa, eli he tulivat oikeaan paikkaan oikeaan aikaan eivätkä lähteneet kesken kaiken pois mistään kokonaisuudestamme. Kiitosta saimme myös siitä, että olimme hoitaneet valmistelut hyvin, esimerkiksi itse keränneet tarvitsemamme tavarat ajoissa valmiiksi. Hyvää oli myös se, että sinä perjantaina, kun leirillemme lähdimme, olimme hyvissä ajoin Stopilla vastaanottamassa leiriläisiämme. Stopin työntekijä myös kehui meitä järjestäjinä, että meillä molemmilla on sosiaalinen ja hyvä asenne sekä lisäksi tällaisessa toiminnassa tarvittavaa käytännönläheisyyttä. Hän oli sitä mieltä, että pystymme vetämään leirejä. Lopuksi työntekijä veti palautetta yhteen ja hänen mielestään leirimme oli hyvin suunniteltu sekä toteutettu. Kehittämisen kohteista keskustellessamme ei työntekijä osannut nimetä mitään tiettyjä, vaan keskustelimme siitä, kuinka aina on kehitettävää itsessä ja omassa toiminnassaan ylipäättään.

## 5 POHDINTA

### 5.1 Toteutus ja sen onnistuminen

Leirin toteutus onnistui mielestämme kokonaisuudessaan hyvin. Saimme pienen ryhmämme osallistumaan hyvin, kaikki tekivät lähes kaikki annetut tehtävät ilman suurempia vastaväitteitä. Annoimme tilaa sille, ettei välttämättä halua piirtää tai kirjoittaa, koska henkilöt kuitenkin miettivät niitä asioita, joita tehtävässä käsiteltiin. Purkutilanteissa heiltäkin, jotka eivät tuotosta saaneet paperille, tuli paljon hyviä mietteitä, joten heistä huomasi, että asiaa oli mietitty. Se, että ryhmämme oli pieni, oli erittäin hyvä asia. Onnistuimme luomaan tiiviin ja turvallisen ilma-  
piirin joka tarjosi jokaiselle leiriläisellemme mahdollisuuden kertoa ja pohtia omaa elämäänsä ääneen.

Tehtävät olivat mielestämme osuvia ja niiden määrä oli sopiva. Suunnittelemamme tehtävät tarjosivat mahdollisuuden syventyä itseen ja omaan elämään, mutta ne eivät kuitenkaan pakottaneet leiriläisiämme syventymään enempää kuin he halusivat tai olivat valmiita kohtaamaan. Meillä ei olisi ollut loppujen lopuksi kuitenkaan mahdollisuuksia, aikaa tai taitoja, alkaa käsitellä leiriläistemme syviä ja rankkoja tuntemuksia, joita olisi mahdollisesti noussut liian syvälle menevien tehtävien kautta. Määrällisesti olimme onnistuneet mitoittamaan tehtävät hyvin, sillä halusimme tarjota aikaa niiden tekemiseen juuri niin paljon kuin leiriläisemme tarvitsevat. Saimme tehtyä kaikki tärkeimmät tehtävät. Tutkimuksellisuuden kannalta tehtäviä olisi pitänyt olla enemmän, mutta aikataulu ei antanut siihen mahdollisuutta, koska tärkeämpänä pidimme sitä, että myös tehtävien purkuun ja keskusteluun jää riittävästi aikaa. Näistä vähäisistä tehtävistäkin kuitenkin nousi esille vertaistuen merkitys raitistumisessa. Useamman tehtävissä sekä keskusteluissa mainittiin niin AA kuin NA:kin ja näiden lisäksi myös Stop Huumeille Ry tuli esiin useammassa kohdassa. Tästä voimme todeta, että vertaistuen merkitys on suuri raitistumisessa, ainakin näiden meidän leiriläistemme kohdalla.

Tehtäviemme toteutukseen emme olleet huomioineet kahta näkövammaista osallistujaa tarpeeksi. Tehtävämme perustuivat lähes kokonaan paperin kanssa työskentelyyn, joka edellytti näkemistä. Saimme kuitenkin tiedon näistä kahdesta osallistujasta vasta lähtöhetkellä, joten meidän oli mahdotonta muuttaa suunnitelmiamme enää sopiviksi. Yritimme kuitenkin parhaamme mukaan soveltaa tehtäviä tehdessämme niitä myös heille sopiviksi. Yhteistyökumppanillamme olisi ollut mahdollisuus meitä informoida etukäteen näistä näkövammaisista, mutta jostain syystä ei sitä tehnyt. Yksi varsin hyvä kohta tämän informaation antamiseen olisi ollut silloin, kun kävimme keskustelemassa tukihenkilökoulutuksen mukaan tulosta. Tällöin katsoimme ilmoittautuneiden listaa ja kysyimme kahdesta nimestä, että onko nämä ihmiset sellaisia, joita tunnemme. Vastaukseksi saimme, ettemme tunne heitä, mutta kukaan ei sanonut, että kyseessä oli juuri nämä kaksi näkövammaista ihmistä.

Leiriämme koskien ilmaantui sekä ennen lähtöä että leirillä ollessamme paljon muutoksia, jotka vaikuttivat toimintaamme jonkin verran. Osa muutoksista vaikutti suunnitelmiimme positiivisesti, mutta mukaan mahtui myös muutoksia jotka eivät olisi oikein sopineet suunnitelmiimme. Eräs esimerkki myönteisestä muutoksesta oli ryhmäkokomme pieneneminen. Toimintaamme hankaloittavia muutoksia oli kuitenkin positiivisia enemmän ja mielestämme onnistuimmekin muutoksumme näihin hyvin. Joitakin asioita saimme todella tietää vasta lähtöhetkellä, tai leirillä jo ollessamme, edellisenä iltana. Esimerkkinä tällaisesta muutoksesta oli se, että lauantai-iltana kuulumme sattumalta osan keskustelusta, jossa puhuttiin sunnuntain kotiin lähtöajasta. Kysyimme onko sunnuntain aikatauluun tullut muutoksia, niin sitten meille sanottiin, että lähdemme kahta tuntia aiemmin kotiin leiriltä. Muutoksista huolimatta emme jääneet empimään vaan teimme rohkeasti uusia päätöksiä toiminnastamme, jotka eivät välttämättä miellyttäneet meitä, mutta olosuhteiden pakosta ne olivat tehtävä. Esimerkiksi sunnuntailta jouduimme jättämään yhden tehtävän kokonaan pois, koska aika ei olisi riittänyt tehtävän tekoon ja purkuun.

Leirin toteutus takkuili kokonaisuudessaan jonkin verran. Tässä kohdassa tarkoitamme sekä vertaistukileiriä että tukihenkilökoulutusta. Oli paljon sellaisia seik-

koja, joihin me emme voineet vaikuttaa. Näistä esimerkkinä mainittakoon perjantai-illan ohjelma sekä päihde-ensiapu. Perjantaina leirin aloitus hieman viivästy, koska yksi auto ei meinannut löytää perille ja heitä jouduttiin odottelemaan. Tällä välin kerkisivät kaikki muut majoittautumaan mökkeihinsä sekä ehdittiin purkaa tavarat autoista. Ohjelma saatiin käyntiin, kun viimeinenkin auto löysi tiensä leiripaikalle. Aluksi ohjelmassa oli tervetuloivotukset Stop Huumeille Ry:n puolesta.

Tervetuloivotusten jälkeen oli ruokailu, jonka jälkeen oli vuorossa meidän suunnittelemamme tutustumisleikit. Näihin leikkeihin osallistuivat lähes kaikki leiriläiset. Yksi tukihenkilökoulutukseen osallistuja sekä kaksi vertaistukiviikonlopun osallistujaa eivät leikkeihin osallistuneet. Vertaistukiviikonlopun osallistujista leikeistä jättäytyivät pois näkövammaiset osallistujamme, koska leikeissämme vaadittiin näköaistia. He kuitenkin olivat mökissä kuuntelemassa leikkejä. Näin he kykenivät oppimaan edes hieman muiden osallistujien nimiä. Tutustumisleikit onnistuivat kaiken kaikkiaan varsin hyvin ja kaikki oppivat toistensa nimet. Stop Huumeille Ry:n työntekijöistä vain Kotkan työntekijä osallistui perjantai-illan ohjelmaamme, koska muut menivät viemään tavaransa heidän majoituspaikkaansa. Tämä meitä hieman ihmetytti, koska kyseessä kuitenkin oli toisiin tutustuminen. Työntekijöiden majoituspaikka sijaitsi noin neljän kilometrin päässä varsinaisesta leirin toteutus paikasta. Tämä järjestely johtui siitä, että työntekijät eivät mahtuneet niihin kolmeen mökkiin, jotka meillä oli käytössä. Toinen seikka johon emme voineet vaikuttaa oli se, että päihde-ensiavun alkuperäinen vetäjä ei ollutkaan paikalla. Loppujen lopuksi katsoimme valmiin Power Point –esityksen. Esityksestä ei mielestämme saanut juuri mitään selvää tietoa, koska henkilö joka sen esitti, luki suoraan tietokoneelta ja todella nopeaa vauhtia. Myös leiriläisemme antoivat tästä osiosta palautetta, että se oli turha.

Aikataulut eivät myöskään yleisesti ottaen pitäneet. Yritimme pitää oman leirimme mahdollisimman hyvin aikataulussa, mutta muun leiriohjelman viivästyksen takia tämä ei aina onnistunut. Ruokailut varsinkin sotkivat aikatauluja, koska mökissä ei ollut kuin yksi neljänhengen ruokapöytä. Kaikki eivät mahtuneet syömään yhtä aikaa, vaikka osa porukasta söikin olohuoneen puolella tai ulkona. Aikatau-

luihin vaikutti myös se, että Stop Huumeille Ry:n työntekijät yhtä lukuun ottamatta majoittuivat muualla ja heitä jouduttiin varsinkin aamuisin odottelemaan.

Kahden leirin yhdistymisellä oli sekä hyvät että huonot puolensa. Hyvää oli se, että leiriläiset saivat vaihtaa kokemuksia ja ajatuksia keskenään, ja uskomme että tämä rikastutti tukihenkilökoulutukseen osallistujien ajatusmaailmaa jonkin verran. Toisaalta keskustellessamme omien leiriläistemme kanssa nostivat he esiin ajatuksen siitä, kuinka heidän *sosiaalinen kiintiönsä alkaa olla täysi*. Monet leiriläisistämme eivät olleet tottuneet olemaan suuressa ihmisjoukossa pitkiä aikoja ja leirillä oli hyvin vaikea löytää omaa rauhaa, jos sitä olisi kaivannut.

## 5.2 Arviointi

Arvioimme toimintaamme leirillä suhteessa tehtäviin, leiriläisten osallistumiseen sekä ylipäätään leirin toimintoihin. Arviointia toteutimme leirillä iltaisin toimintojen ollessa ohi ennen kuin kävimme nukkumaan. Arvioinnin teimme keskustellen. Keskustelut olivat monipuolisia ja koimme niistä olleen hyötyä, koska pystyimme seuraavana päivänä panostamaan siihen osapuoleen, joka edellisenä päivänä ei ollut välttämättä onnistunut niin hyvin. Arviointia emme leirillä toteuttaneet kirjallisesti, vaikka alun perin niin oli tarkoitus. Tämä ei kuitenkaan vaikuttanut kirjallisen tuotoksen tekemiseen, koska aloitimme kirjoittamisen hyvin pian leirin jälkeen, joten asiat olivat vielä tuoreina muistissa.

Arviointikeskusteluja leirillä oli tarkoitus käydä myös Stopin työntekijän kanssa ja pyytää häneltä palautetta toiminnastamme, mutta tämä ei ollut mahdollista, koska hän majoittui eri paikassa. Lisäksi totesimme, että nämä keskustelut eivät olisi olleet meille millään lailla hyödyksi, koska työntekijä ei osallistunut mihinkään meidän toteutukseemme.

Tehtäviemme arviointi oli mielestämme realistista. Pohdimme tehtäviämme kokenien sekä niiden hyviä puolia että kehittämisen paikkoja. Tehtävämme olivat juuri sopivan syvällisiä, jotta niistä syntyi keskustelua. Keskustelimme paljon siitä, kuinka olisimme voineet huomioida paremmin kahta näkövammaista osallistu-

jaamme. Tähän emme kuitenkaan löytäneet sellaista vastausta, että olisimme alkaneet kesken leirin muuttamaan suunnitelmiamme. Tässä kohdassa varsinkin olisimme kaivanneet keskustelua yhteistyökumppanimme kanssa.

Leirin toteutuksen arviointi oli mielestämme myös onnistunutta. Keskustelimme toteutuksesta mieltien asioita niin osallistujien, työntekijöiden kuin meidänkin näkökannalta. Otimme huomioon sekä kehittämisen paikat että onnistuneet toteutukset. Erityisesti keskustelua meissä herätti ne toteutuksen muutokset, joihin me emme voineet vaikuttaa. Näiden muutosten sovittaminen meidän ohjelmaamme oli melko iso osa, joka meitä työllisti leirillä. Suunnitelmien jatkuva muuttuminen oli erittäin rasittava tekijä, koska halusimme tarjota osallistujillemme mahdollisimman hyvän ja mukavan viikonlopun ja muutoksien tekemiseen huolella ei ollut aikaa. Olemme myös hyväksyneet sen tosiasian, että aina olisi jotain kehitettävää, mutta toimimme kuitenkin parhaan osaamisemme mukaan ja annetun aikataulun puitteissa.

### 5.3 Otimme tästä opiksemme

Omat tavoitteemme, joita asetimme opinnäytetyöllemme, saavutimme mielestämme kaikki ainakin jossain määrin. Saimme kokemusta päihdekuntoutujista leirin kohderyhmänä. Totesimme että heidän motivoimisensa on jossain määrin hankalampaa kuin jonkin muun kohderyhmän. Moni leiriläisistämme oli niin sanotusti perusnegatiivisia ja heidän motivoimisensa tekemään joitakin asioita oli välillä hankalaa. Onnistuimme kuitenkin motivoinnissa ainakin osittain. Vaikka paperille ei välttämättä tullut mitään niin purkukeskusteluissa tuli hyviä ajatuksia, joten asiaa oli ainakin mietitty. Tämä oli meidän mielestämme jo riittävää osallistumista, koska emme halunneet painostaa osallistujiamme liikaa.

Aikuisryhmän ohjaamisesta saimme myös hyvää kokemusta. Ohjasimme niin pientä kuin suurempaakin ryhmää viikonlopunaikana. Aikuisryhmän ohjaamisessa hankalampaa kuin lapsiryhmän ohjaamisessa on ainakin se, miten saada kaikki mukaan tekemiseen. Lapsia on helpompi houkutella tai velvoittaa osallistumaan,

kun taas aikuisille on vaikeampi mennä sanomaan, että nyt kaikki mukaan ja heti. Leirillämme teimme sen ratkaisun, että jos joku ei halunnut osallistua johonkin tekemiseen, annoimme hänen jäädä pois ilman selityksiä. Olemme sitä mieltä, että kun kyse on aikuisista ihmisistä, niin heillä on vapaus valita osallistuvatko vai eivät. Tällaisia pois jäänteitä ei kuitenkaan tapahtunut kuin vain perjantai-illan tutustumisleikeistä.

Yhtenä tavoitteenamme oli myös saada kokemus teorian ja käytännön yhdistämisestä kirjallisessa tuotoksessamme. Tämä oli jollain tapaa sekä helppoa että vaikeaa. Oli helppo löytää niitä teorioita, joiden pohjalta rakentaa leiriä, mutta kuitenkin sitten vaikea saada ne nivottua yhteen käytännön kanssa siten, että se olisi järkevä kokonaisuus. Lisäksi hankalaa oli valita vain tietyt teoriat joita käyttää, koska mahdollisuuksia olisi ollut todella paljon. Tämä on sellainen osuus, jonka onnistumisen arviointia on vaikea tehdä vielä, koska opettajien arvioinnin saa vasta myöhemmin. Omasta mielestämme kuitenkin teimme parhaamme, jotta saisimme kirjallisesta tuotoksesta jäsennetyn kokonaisuuden.

Johdannossa mainitsimme, että leirin tarkoituksena on tarjota asiakkaille vertais-tukea sekä intensiivisempää kuntoutumista kuin normaalioloissa. Tämä onnistui mielestämme hyvin, sillä osallistujamme olivat eri vaiheissa riippuvuudesta toipumisessa. Esimerkiksi kaksi osallistujista oli jo pitkällä toipumisessaan, kun taas yksi osallistujistamme oli vasta aivan alkuvaiheessa prosessia. Näin oli mahdollista, että pidemmällä olevat pystyivät kertomaan omia kokemuksiaan vielä alkuvaiheessa oleville. Tämä toteutui varsinkin tehtävien purussa syntyneissä keskusteluissa.

Tutkimuksellisuus meidän opinnäytetyössämme jäi jossain määrin hieman vaja-vaiseksi. Tämä johtui lähinnä niistä kaikista muutoksista, joita leirimme koki. Alkuperäisen suunnitelman mukaan tehtäviä ja muuta tekemistä, joista olisimme saaneet vastauksia aiheeseemme, oli paljon enemmän kuin lopulta leirillä pystyimme toteuttamaan. Tämä jäi meitä hieman harmittamaan, koska se, ettemme saaneet vastauksia niin paljon kuin olisimme toivoneet, ei ollut meistä itsestämme

kiinni. Toisaalta emme koe, että olisimme kuitenkaan epäonnistuneet opinnäytetyössämme, vaikka tutkimuksellinen osuus jäi hieman vähäiseksi.

Opinnäytetyömme kautta saimme erittäin hyvän oppimiskokemuksen siitä, kuinka suunnitelmat voivat muuttua moneen kertaan ja erittäin lyhyelläkin varoitusajalla. Huomasimme olevamme varsin muuntautumiskykyisiä ja pystyvämme sopeutumaan uusiin tilanteisiin todella hyvin. Leirimme onnistui hyvin ja leiriläisemme eivät huomanneet muutoksista johtuneita suunnitelmien muutoksia oikeastaan mitenkään. Tietysti he huomasivat sen, että leirejä olikin kaksi. Mutta niitä muutoksia, jotka me teimme tämän asian vuoksi, he eivät koskaan saaneet tietää.

Tämän kokemuksen myötä totesimme olevamme myös kykeneviä työskentelemään toipuvien addiktien kanssa. Päihdeongelmasta toipuvat, kuten myös mitkä tahansa muut erityisryhmät, ovat haasteellinen kohderyhmä. Kärsivällisyyttä ja tarpeen mukaan joustamista vaaditaan paljon, mutta kaikesta huolimatta olemme erittäin tyytyväisiä että valitsimme juuri tämän kohderyhmän. Tätä kautta saimme opinnäytetyöhömmme sopivasti haasteellisuutta sekä mahdollisen suunnan tulevaisuuden työelämää varten.

Valitsimme sosiodynaamisen ohjauksen yhdeksi viitekehyksistämme, sillä se oli täysin vieras menetelmä meille ja se vaikutti erittäin mielenkiintoiselle. Mielenkiintoisen siitä tekivät ennen kaikkea tehtävät, sillä ne menivät mielestämme sopivan syvälle eli ne eivät jääneet liian pinnallisiksi mutta eivät menneet kuitenkaan liian syvälle. Halusimme itsellemme hieman haasteita valitsemalla juuri kyseisen menetelmän. Totesimme iloksemme, ettei valitsemamme haaste osoittautunut meille kuitenkaan liian suureksi vaan oli juuri sopiva. Toteuttamamme sosiodynaaminen ohjaus onnistui mielestämme hyvin, sillä leiriläisemme todella miettivät tehtävissä annettuja asioita. Haasteelliseksi koimme sen, että loppujen lopuksi kyseiset tehtävät on suunniteltu tehtäväksi pidemmällä aikavälillä ja meillä oli käytössämme kuitenkin vain viikonloppu.

Jos nyt vasta aloittaisimme opinnäytetyön tekemisen, mutta kuitenkin näillä tiedoilla ja kokemuksilla, panostaisimme enemmän yhteistyökumppanin kanssa käy-



tävään viestintään. Kyselisimme enemmän osallistujista, emmekä olettaisi että he kertovat meille automaattisesti osallistujien erityispiirteistä. yhteistyökumppanilta vaatisimme ainakin yhden työntekijän, joka olisi mukana kaikissa meidän toteutuksissamme, jotta meillä olisi mahdollisuus saada häneltä palautetta toiminnastamme.

On myös monia pieniä asioita, joissa olisi parantamisen varaa, mutta on vaikea listata niitä kaikkia. Isompia kokonaisuuksia joita muuttaisimme, on vaikea hahmottaa, niiden kaikkien lukuisten muutosten vuoksi, mitä opinnäytetyömme koh-tasi. Muutokset tulivat suurin osa vielä niin lyhyellä varoitussajalla, että on ehkä jopa pienimuotoinen ihme, etteivät ne enempää heiluttaneet koko prosessia. Leiristä päällimmäiseksi oloksi jäi, että saimmehan sen kuitenkin vedettyä läpi. Ei tullut selkeitä onnistumisen tai kehittämisen paikkoja mieleen heti leirin jälkeen eikä oikeastaan suuremmin silloinkaan kun leiristä oli jo kulunut hieman aikaa. Tämän koemme johtuvan juuri siitä, että suunnitelmat muuttuivat useamman ker-ran ja niitä oli vaikea ehtiä selkeyttämään ennen seuraavaa muutosta. Koko ajan oli oikeastaan sellainen olo, että kunhan nyt jotenkin tämä tästä menee.

Kokonaisuutena koimme opinnäytetyöprosessin hyvin opettavaisena ja kuitenkin onnistuneena. Saimme erittäin arvokkaan kokemuksen siitä, millaista on järjestää viikonlopun mittainen leiri alusta loppuun. Lisäksi tärkeäksi koimme kokemuksen siitä, millaista leiriä on vetää erityisryhmälle. Työtä on tehty paljon ja olemme väsyneitä mutta onnellisia.

## LÄHTEET

### 1. Kirjalliset lähteet

Aalto, M. 2000. Ryppäästä ryhmäksi. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Auvinen, P. 2000. Ammatinvalinnan ja urasuunnittelun ohjaus postmodernina aikana. Teoksessa Onnismaa, J., Pasanen, H. & Spangar, T. (toim.) Ohjaus ammattina ja tieteenalana 1. Ohjauksen lähestymistavat ja ohjaustutkimus. Juva: PS-kustannus, 14–40

Havio, M., Inkinen, M. & Partanen, A. (toim.) 2008. Päihdehoitotyö. 5. uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Hiltunen, T., Kujala, V. & Mattila, K-P. 2005. Näkyvä piilo. Päihdeongelmaisen naisen matka haavoittuneesta lapsuudesta eheyteen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Hokkanen, L. 2003. Vapaaehtoinen ja vertainen auttaminen. Teoksessa Laitinen, M. & Pohjola, A. (toim.) Sosiaalisen vaihtuvat vastuut. Jyväskylä: PS-kustannus, 254–274.

Hoskins, M., 2006. Johdatus Vance Peavyn työhön. Teoksessa Peavy, V. Sosiodynaamisen ohjauksen opas. Helsinki: Psykologien Kustannus Oy, 5-11.

Kiikkala, I. 2000. Asiakaslähtöisyys toiminnanperiaatteena sosiaali- ja terveydenhuollossa. Teoksessa Nouko-Juvonen, S., Ruotsalainen, P. & Kikkala, I. (toim.) Hyvinvointivaltion palveluketjut. Tammer-Paino. Tampere. 112–121.

- Koski-Jännes, A., 1995. Huppu silmiltä. Katsaus vankien päihteiden käytön vähentämismenetelmiin ja niiden tuloksellisuuteen. Oikeusministeriön vankeinhoito-osaston julkaisuja 1/1995. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Kuuskoski, E. 2003. Vertaistoiminta osana ihmisyyttä. Teoksessa Dufva, V. & Niemelä, J. (toim.) Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat: Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen vuosikokous 2003. Jyväskylä: PS-kustannus, 30–39.
- Lappalainen-Lehto, R., Romu, M-L. & Taskinen, M. 2008. Haasteena päihteet: Ammatillisen päihdetyön perusteita. 1. painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Leino, A-L., & Leino, J., 1997. Opettaminen ammattina. Helsinki: Kirjayhtymä Oy.
- Ojanen, S. 2000. Ohjauksesta oivallukseen: Ohjausteorian kehittelyä. Oppimateriaaleja 99. Helsinki: Palmenia-kustannus.
- Peavy, V., 2001. Elämäni työkirja. Helsinki: Psykologien Kustannus Oy.
- Peavy, V., 2006. Sosiodynaamisen ohjauksen opas. Helsinki: Psykologien Kustannus Oy.
- Puolimatka, T., 2002. Opetuksen teoria. Konstruktivismista realismiin. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Ruisniemi, A., 2006. Minäkuvan muutos päihderiippuvuudesta toipumisessa. Tutkimus yhteisöllisestä päihdekuntoutuksesta. Tampere: Tampere University Press.
- Tamminen, M. 2000. Paluu normaaliin. Tutkimus addiktiivisen päihteidenkäytön lopettamisesta. Stakes Raportteja 247. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.

Ulmanen, A. 2005. Huumereitiltä hoitopolulle. Yhteisön kautta yhteiskuntaan. B: Artikkeleita, opinnäytetöitä, tiedotteita – Articles, Diploma works, Bulletins. Mikkeli: Mikkelin ammattikorkeakoulu.

## 2. Elektroniset lähteet

Stop Huumeille ry – vertaistyötä ja vaihtoehtoja [verkkajulkaisu]. Stop Huumeille Ry [viitattu 19.5.2008]. Saatavissa: <http://www.stophuumeille.fi>

Väestöliitto. 2008. Mitä tarkoittaa asiakaslähtöisyys? [verkkajulkaisu]. Väestöliitto [viitattu 30.9.2008]. Saatavissa: [http://www.vaestoliitto.fi/parisuhdetietoa\\_ammattilaisille/asiakastyon\\_lakitietoa/asiakaslahtoisuus/](http://www.vaestoliitto.fi/parisuhdetietoa_ammattilaisille/asiakastyon_lakitietoa/asiakaslahtoisuus/)

Olemme järjestämässä 5.-7.9.2008 viikonloppuleirin, jonka sisältöön sinulla on mahdollisuus vaikuttaa. Leiri tulee olemaan osa opinnäytetyötämme. Pyydämme sinua vastaamaan alla olevaan kyselyymme, jotta tiedämme mitä haluaisit leirillä tehdä. Vastaminen ei kuitenkaan velvoita sinua osallistumaan kyseiselle leirille.

1. Kuinka paljon haluaisit leirillä käyttävän erilaisia keskusteluja?

---

---

---

---

2. Onko mielessäsi mahdollisia aiheita, joista keskusteluja voisi käydä?

---

---

---

---

3. Keskustelujen lisäksi leirillä tulee olemaan myös erilaista toimintaa. Minkälaista toimintaa toivoisit leirin sisältävän (esimerkiksi ulkoilua, pelaamista, ym.)?

---

---

---

---

---

4. Leirillä voisi olla mahdollisesti jokin teema. Olisiko sinulla mielessäsi jokin ehdotusta teemaksi kyseiselle leirille vai olisiko parempi ilman mitään varsinaista teemaa?

---

---

---

---

## LIITE 1/2

5. Sana on vapaa. Ehdotuksia, kommentteja, ihan mitä vain. Kaikki ideat huomioidaan 😊

---

---

---

---

---

---

---

Palautathan tämän Stopin eteisessä olevaan palautelaatikkoon.

Mielipiteistäsi kiittävät: Jonna ja Piia

HUOMIO! HUOMIO! HUOMIO! HUOMIO!

JUURI SINÄ!

Tule mukaan viettämään päihteetöntä mökkivii-  
konloppua hyvässä seurassa Hauholle!

Luvassa on mukavaa yhdessäoloa erilaisten toimin-  
tojen merkeissä.  
(mm. ruoanlaittoa, pelejä sekä mahdollisuus syven-  
tyä hieman itseensä)

Lähtö tapahtuu perjantaina 5.9.2008 klo: 16 Sto-  
pilta ja kotia kohti lähdetään sunnuntaina 7.9.2008  
klo: 15 mennessä.

Mukaan pääset hintaan 0 euroa ja kyyditys on jär-  
jestetty puolestasi.

Ilmoitathan itsesi mukaan viimeistään 29.8.2008  
Stopin puhelinnumeroon 044-510 5552 tai paikan  
päällä Marille tai Mirvalle. Ilmoittautuminen on si-  
tova.

Mukaan mahtuu 12 nopeinta...

Tarvitset mukaan omat lakanat, peseytymisvälineet  
sekä mitä tunnet tarvitsevasi ☺

Ohjelman tarjoaa:  
Piia Koskimaa + Jonna Väisänen

## TURVALLISUUSUUNNITELMA

Tapahtuma:	Vertaistukiviikonloppu sekä tukihenkilökoulutus
Aika:	5.-7.9.2008
Paikka:	LomaTapola Hauho, Alvettulan kylä, Laurilantie 5, 14700 HAUHO
Tapahtuman johtaja:	Vertaistukiviikonloppu→ Piia Koskimaa ja Jonna Väisänen Tukihenkilökoulutus→ Mari Lehtinen

Turvallisuussuunnitelman tarkoituksena on kartoittaa mahdollisia riskejä etukäteen, jotta toiminta mahdollisessa tilanteessa olisi jäsentynyttä. Turvallisuussuunnitelma koskee molempia edellä mainittuja leirejä, vaikkei niiden ohjelma ole täysin yhtenevä. Turvallisuussuunnitelman laadinnasta vastaavat Piia Koskimaa sekä Jonna Väisänen.

Leirien todennäköisimpiä mahdollisia riskejä ovat tulipalo, tapaturmat sekä sairaskohtaukset. Lisäksi käsitellään alkoholin tai muiden päihteiden vaikutuksen alaisena olevaan henkilöön suhtautumista.

Tulipalon sattuessa kaikki leiriläiset sekä henkilökunta poistuu mökistä paikkaan, joka on ennalta sovittu. Tämä paikka sijaitsee riittävän kaukana palopaikasta. Koontumispaikka kerrotaan kaikille leirin ensimmäisenä päivänä. Poistumisen jälkeen hälytetään palokunta ja ohjataan se paikalle.

Tapaturman sattuessa annetaan välitön ensiapu, jonka jälkeen toimitetaan potilas jatkohoitoon, jos se katsotaan tarpeelliseksi. Kuljetus jatkohoitoon tapahtuu joko leirin henkilökunnan toimesta tai jos tarpeelliseksi katsotaan niin ambulanssilla. Sairaskohtauksissa toiminta on pitkälti sama kuin tapaturmissa, riippuen sairauden laadusta. Ensin välitön ensiapu, jonka jälkeen toimittaminen jatkohoitoon, jos tilanne niin vaatii.



## LIITE 3/2

Molemmat leirit ovat päihteettömiä, joten alkoholin tai muiden päihteiden vaikutuksen alaisena oleva ihminen poistetaan leiriltä välittömästi. Päähtynyt henkilö poistetaan leiriltä joko henkilökunnan kyymiseksi tai sitten jos tilanne niin vaatii, niin soimitaan poliisi poistamaan henkilö paikalta. Ketään ei kuitenkaan jätetä heitteille, eli kyyti pois järjestetään.