



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Vertaisten näkemyksiä Fattaluuta-koulutuksesta

Muikku, Elina

2018 Laurea

Vertaisten näkemyksiä
Fattaluuta-koulutuksesta

Elina Muikku
Rikosseuraamusalan
sosionomi
Opinnäytetyö
Toukokuu, 2018

Elina Muikku

Vertaisten näkemyksiä Fattaluuta-koulutuksesta

Vuosi 2018 Sivumäärä 50

Opinnäytetyössä selvitettiin Fattaluuta-koulutuksen käyneiden vertaisten näkemyksiä Fattaluuta-koulutuksesta sekä koulutuksen vaikutuksesta heidän kokonaisvaltaiseen päihdekuntoutumiseen elämän eri osa-alueilla. Tavoitteena oli tuottaa sellaista tutkimustietoa, jota Fattaluuta-hanke voisi käyttää hyödyksi toimintansa arvioinnissa, kehittämisessä sekä raportoinnissa. Opinnäytetyön toimeksianto tuli Stop Huumeille ry:n Fattaluuta-hankkeesta. Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys koostuu päihderiippuvuuden, päihdekuntoutumisen, vertaisuuden sekä rikoksettoman elämänpolun löytämisen käsitteistä ja teorioista.

Opinnäytetyö toteutettiin määrällisenä tutkimuksena. Aineistonkeruumenetelmänä käytettiin sähköistä kyselylomaketta, joka lähetettiin kolmellekymmenelleyhdelle Fattaluuta-koulutuksen käyneelle. Kyselyyn vastasi kuusitoista (n=16) koulutuksen käynyttä. Aineisto analysoitiin käyttämällä SPSS-ohjelmaa.

Tulokset osoittavat, että Fattaluuta-koulutus auttaa päihdekuntoutujaa kokonaisvaltaisessa päihdekuntoutumisessa. Yleisesti Fattaluuta-hankkeen toimintamalli koettiin toimivana. Fattaluuta-koulutuksessa suuressa osassa oleva vertaisuus koettiin erittäin tärkeänä päihdekuntoutumisen prosessissa. Tulosten mukaan erityisesti vastaajien sosiaaliset taidot sekä asiointitaidot kohentuivat Fattaluuta-koulutuksen myötä. Fattaluuta-koulutus on myös auttanut elämännäköisyydessä ja sen eri osa-alueissa heitä, jotka ovat kokeneet tarvitsevansa niihin apua ja tukea. Tulosten johtopäätöksenä voidaan todeta, että Fattaluuta-koulutukselle on paikkansa päihdekuntoutumisen polulla ja koulutuksen mahdollisuutta pitäisi lisätä eri paikkakunnille.

Asiasanat: päihdekuntoutus, vertaisuus, virastoasiointi, Fattaluuta-koulutus

Elina Muikku

Peer evaluation of the Fattaluuta project

Year	2018	Pages	50
------	------	-------	----

The purpose of this thesis was to analyze the experiences of clients who have participated in a social care training called Fattaluuta training, and how the training affected their substance abuse rehabilitation. The aim was to research how the Fattaluuta project could evaluate, develop, and report on its activities. The commissioner for the thesis was the Stop Drugs Association's Fattaluuta project.

The theoretical framework of the thesis consisted of the concepts and theories on substance abuse, substance abuse rehabilitation, peer support, and prevention of recidivism. Quantitative data was collected collection took place using an e-survey, which was sent to thirty-one clients participating in the Fattaluuta training project. In all sixteen (n = 16) clients responded. The data was analyzed using the SPSS program.

The results demonstrated that the Fattaluuta training holistically helped with substance abuse rehabilitation. The operating model of the Fattaluuta project was generally found to work well. The core element of the training project, peer support, was viewed to be an important part of the substance abuse rehabilitation process. Based on the results, the conclusion is that the Fattaluuta training helped clients in the substance rehabilitation path. Based on this research, it can be recommended that similar training provision should be offered to other municipalities.

Keywords: substance abuse rehabilitation, peer support, client services, Fattaluuta training

Sisällys

1	Johdanto.....	7
2	Toimintaympäristö.....	7
	2.1 Fattaluuta-hanke.....	9
	2.2 Fattaluuta toimintamalli.....	10
3	Opinnäytetyön tietoperusta.....	11
	3.1 Yhteiskunnallisia näkökulmia kuntoutukseen.....	11
	3.2 Päihderiippuvuus ja päihdekuntoutus.....	13
	3.3 Voimaantumisen ja toimijuus.....	14
	3.4 Vertaisuuden merkitys päihdekuntoutuksessa.....	15
	3.5 Polkujen löytäminen rikoksettomaan ja päihteettömään elämään.....	17
4	Tutkimusasetelma.....	18
	4.1 Tutkimustavoitteet ja tutkimuskysymys.....	18
	4.2 Tutkimuksen menetelmä.....	19
	4.3 Aineiston keruu ja analyysi.....	20
	4.4 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	21
5	Tutkimuksen tulokset.....	22
	5.1 Taustatiedot.....	22
	5.2 Kokemukset elämänhallinnan eri osa-alueista ennen Fattaluuta-koulutusta..	24
	5.3 Kokemukset elämänhallinnasta Fattaluuta-koulutuksen jälkeen.....	26
6	Johtopäätökset.....	34
	6.1 Fattaluuta-koulutus päihdekuntoutusprosessin tukijana.....	34
	6.2 Muutos suhtautumisessa rikollisuudesta irrottautumiseen.....	36
7	Pohdinta.....	37
	7.1 Oman ammatillisen toiminnan reflektointi.....	37
	7.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	37
	7.3 Opinnäytetyön hyödyllisyys ja kehittämissuhteet.....	39
	Kuviot.....	43
	Kuvat.....	44
	Taulukot.....	45
	Liitteet.....	46

1 Johdanto

Stop Huumeille ry on perustettu vuonna 2000. Heidän toimipaikkansa ja vuonna 2004 aloitettu vertaistuellinen olohuone sijaitsee Helsingin Pasilassa. Stop Huumeille Ry:n toiminta-ajatuksena on tukea päihteettömyyttä tarjoamalla vertaistukeen perustuvaa maksutonta toimintaa. Stop Huumeille ry:n alaisena toimii Fattaluuta-hanke. Fattaluuta-hankkeen tavoitteena on kehittää vertaistyötä ja helpottaa virastoasiointia vertaistyön avulla. Fattaluudaksi voi diplomoitua käytyään noin puolenvuoden mittaisen koulutuksen. Koulutuksen sisältö on koottu yhteistyössä eri virastojen kanssa.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia, miten Fattaluuta koulutuksen käyneet päihdekuntoutujat kokevat koulutuksen vaikuttaneen heidän kuntoutumiseensa ja mitkä olivat heidän näkemyksensä koulutuksesta. Opinnäytetyössä selvitettiin, ovatko koulutuksen käyneet saaneet koulutuksesta apua heidän arjenhallinnan taitoihin koulutuksen aikana. Ajatus opinnäytetyön tekemiseen heräsi Stop Huumeille ry:ssä tehdyn ammatillisten menetelmien työharjoitteluni aikana. Stop Huumeille ry:n toimintaympäristö, työilmapiiri ja työntekijä-asiakassuhteen tärkeyden korostaminen tekivät minuun vaikutuksen. Fattaluuta-hankkeessa koulutuksen avulla tuetaan päihdekuntoutujan integroitumista takaisin yhteiskuntaan. Täten kiinnostuin selvittämään, mitä kokemuksia Fattaluuta-koulutuksen käynneillä oli tähän liittyen.

Keskustelin hankkeen projektisuunnittelijan kanssa työharjoitteluni aikana ja hänen kanssaan päädyimme tähän aiheeseen, josta tein tämän opinnäytetyöni. Fattaluuta-hanke voi käyttää tätä opinnäytetyötä esimerkiksi raportoinnissaan rahoituksen antajalle, Sosiaali- ja terveystieteiden avustuskeskukselle (STEA:lle) sekä kehittäessään ja arvioidessaan hankkeen toimintaa ja toimintasuunnitelmaa tuleville vuosille. Mietimme yhdessä hankkeen työntekijöiden kanssa opinnäytetyöni toteutusta. Tunnistettavuuden ja tavoitettavuuden näkökulmasta päädyin toteuttamaan aineiston keruun sähköisenä kyselynä haastatteluiden sijaan.

2 Toimintaympäristö

Stop Huumeille ry on perustettu vuonna 2000. Heidän toimipaikkansa ja vuonna 2004 aloitettu vertaistuellinen olohuone sijaitsee Helsingin Pasilassa. Vuodesta 2015 Stop Huumeille ry:n toiminta on ollut täysin päihteetöntä ja lääkkeetöntä, mukaan lukien PKV lääkkeet eli keskushermostoon vaikuttavat lääkkeet. Stop Huumeille ry:n toiminta-ajatuksena on tukea päihteettömyyttä tarjoamalla vertaistukeen perustuvaa maksutonta toimintaa. Vertaistuellinen olohuone, tarjoaa täysi-ikäisille päihdekuntoutujille mahdollisuuden viettää aikaa päihteetöntä ympäristössä arkisin kello 9-15 sekä perjantai iltaisin kello 15-21. Viikoittain ohjelmassa on muunmuassa kuntosali vuoro, bändi treenit ja sählyä. Olohuoneen päivittäisiin rutiineihin kuuluu esimerkiksi ruuanlaittoa, kahvinkeittoa, tiskausta, yleisten tilojen siisteydestä huolehtimista sekä

asiakaspalvelutehtäviä joihin sisältyy muun muassa asiakkaiden viihtyvyydestä huolehtiminen ja toiminnasta kertominen sekä toimintaympäristön esittely uusille asiakkaille. Kaikki olohuoneen päivittäiset askareet suoritetaan yhdessä vertaisten ja työntekijöiden sekä harjoittelijoiden ja opiskelijoiden kanssa. Aukiolo aikojen puitteissa asiakkailta on myös mahdollisuus peseytymiseen, kuntosalin käyttöön ja kyseisen taloyhtiön pesutupaan. (Stop Huumeille ry.)

Stop Huumeille ry:n toiminta perustuu arvoihin ja periaatteisiin, joissa jokaista ihmistä kunnioitetaan omana itsenään ja kohdellaan tasa-arvoisesti sekä oikeudenmukaisesti. Kenenkään taustoja ei kysellä eikä jokaista yksilöä tuetaan hänen omista lähtökohdistaan ja tarpeistaan katsoen. (Stop Huumeille ry 2016.)

Stop Huumeille ry:n henkilöstöön kuuluu toiminnanjohtaja, hallintojohtaja, hallintoassistentti, toiminnanohjaaja ja hanketyöntekijät. Stop Huumeille ry tekee omaa varainhankintaa myymällä lehteään, joka julkaistaan neljä kertaa vuodessa. Oman varainkeräyksen lisäksi Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus (STEA) rahoittaa Stop Huumeille ry:n toimintaa. Suurin osa Stop Huumeille ry:n asiakkaista tulee erilaisten kuntoutuslaitosten, asuntoloiden, klinikoiden tai sosiaalitoimen kautta. Stop Huumeille ry tekee myös töitä sen eteen, että asiakkaat löytävät heille, kuten järjestämällä tutustumiskäyntejä kuntoutuslaitoksiin. Päivätoimintakeskuksessa on myös vaihteleva määrä esimerkiksi eri alan opiskelijoita, harjoittelijoita, kuntouttavassa työssä olevia sekä asteittaista vapautumista toteuttavia vankeja ja yhdyskuntapalvelun suorittajia. (Suutarinen 2016.)

Vapaudessa suoritettavia rikosseuraamuksia kutsutaan yhdyskuntaseuraamuksiksi. Yhdyskuntapalvelu on ehdollisen ja ehdottoman vankeusrangaistuksen väliin sijoittuva rangaistus. Toinen seuraamus on ehdonalaisen vapauden valvonta, joka tarkoittaa ehdottomaan vankeusrangaistukseen tuomitun päästämistä suorittamaan loppuosa rangaistuksesta vapaudessa. Valvontarangaistuksessa rikoksentehtäjä voi asua omassa kodissaan, häntä valvotaan rangaistuksen ajan teknisillä laitteilla ja muilla sovitulla tavoilla muun muassa tukipartion, eli liikkuvan partion valvontakäyntien avulla. (Rikosseuraamuslaitos 2016.)

Radalta Himaan toiminnan tarkoituksena on auttaa päihdekuntoutujaa löytämään hänen kuntoutumistaan tukevat palvelut ja toimintatavat. Toiminnan avulla kerätään tietoa sekä palautetta päihdekuntoutujilta ja päihdekuntoutumisen ammattilaisilta päihdepalveluista vastaaville. Radalta Himaan toiminnassa työskentelee työpari, eli sosiaalialan ammattilainen ja vertaistyöntekijä, he kiertävät erilaisissa laitoksissa puhumassa ja kertomassa Stop Huumeille ry:n palveluista. Vierailun sisältö muokkautuu aina tapauskohtaisesti asiakkaiden tarpeen mukaan. Radalta Himaan pitää myös teemaryhmiä kerran viikossa Stop Huumeille ry:n tiloissa. (Stop Huumeille ry 2016.)

2.1 Fattaluuta-hanke

Hanke aloitettiin vuonna 2011, osana Osista eli Huumetyön vertaistoiminnan osaamiskeskushanketta. Vuonna 2012 hanke eriytyi kokonaishankkeesta ja jatkoi itsenäisesti Stop Huumeille ry:n alaisena. Fattaluuta-hanke sai pysyvän rahoituksen Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuselta (STEA:lta) vuoden 2018 helmikuussa. Hankkeen johtoryhmän muodostavat Stop Huumeille ry:n toiminnanjohtaja ja hallintojohtaja, hallinnollisista tehtävistä sekä kehittämisestä ja koordinoinnista vastaa koordinaattori. Hankkeen koulutus suunnittelija kehittää Fattaluuta-hankkeen kokonaisuutta. Hankkeen ohjaaja on palkattu vertainen, joka huolehtii hankkeen käytännöllisistä asioista, aula- ja puhelinpäivystyksistä sekä virkistystoiminnasta. (Fattaluuta Hankesuunnitelma 2015-2018.)

Fattaluudaksi voi diplomoitua käytyään noin puolenvuoden mittaisen koulutuksen, koulutuspäiviä on kaksi viikossa. Koulutus kokonaisuuksia järjestetään kaksi kertaa vuodessa Stop Huumeille ry:n tiloissa ja sen sisältö on koottu yhteistyössä eri virastojen kanssa. Koulutuksen käytyään Fattaluuta omaa tietotekniikan perusteet sekä pystyy auttamaan virastoissa asioivia ihmisiä esimerkiksi lomakkeiden täytössä. Koulutuksen aikana on mahdollisuus suorittaa ensiapu eli EA1 ja työturvallisuuskurssi. Fattaluudat päivystävät Stop Huumeille ry:n toimitiloissa arkinen kello 9-15. Stop Huumeille ry:n olohuoneeseen voi tulla asiakas joka esimerkiksi tarvitsee tukea toimeentulo- tai asumistukilomakkeen täytössä ja sosiaalityöntekijän tapaamisessa. Fattaluuta auttaa ja opastaa asiakasta sekä tarvittaessa lähtee myös tapaamisiin mukaan. (Saraniemi 2016.)



FATTALUUDAN KEVÄTKAUSI 2018

Fattaluuta-koulutukset on suunnattu pääasiallisesti täysi-ikäisille päihdekuntoutujille, jotka haluavat parantaa omaa elämänhallintaansa, tutustua tarkemmin palvelujärjestelmään ja toimia vertaispalveluohjaajina. Toimintaan osallistuvan tulee olla selvinpäin ja lääkkeetön. Koulutukset järjestetään Stop Huumeille ry:n toimitiloissa Helsingin Itä-Pasilassa (Pakkamestarinkatu 2) tiistaisin ja torstaisin klo 10.45-14.45. Lisätietoja numerosta 044 330 0830.

Koulutusaikataulu löytyy myös järjestön nettisivuilta www.stophuumeille.fi

■ Pakollinen koulutus	■ Täydentävä koulutus	■ Ekstratoiminto
■ Hankkeen kehittäminen	■ Loppukoepaketti	■ Vapaaehtoisten työn tukeminen

HELMIKUU	MAALISKUU	HUHTIKUU	TOUKOKUU
30.1. Stopin info, Fattaluudan toimintamuodot	1.3. Helsingin kaupungin asu-mispalvelut	3.4. EA1-kurssi	1.5. EI KOULUTUSTA
1.2. Vapaaehtoisuuden periaat-teet ja arviointi	6.3. Helsingin ulosottovirasto	5.4. EA1-kurssi	3.5. Vierailu: Mielenterveyden keskusliitto
6.2. Kelan sähköiset palvelukana-vat	7.3. ATK-kurssin tasotestaus (Huom! Poikkeava päivä)	10.4. EA1-kurssi	8.5. Vierailu: International House Helsinki
8.2. Nuorten ja aikuisosiaalityön palvelut	8.3. ATK-kurssi	12.4. Asiamiehet	10.5. EI KOULUTUSTA
13.2. Virkistys: Laskiainen	13.3. ATK-kurssi	17.4. Kuinka kohdata erilaiset kulttuurit palveluissa?	15.5. Miten se nyt menikään?
15.2. TE-toimiston palvelut	15.3. ATK-kurssi	18.4. Virkistystoiminto (Huom! Poikkeava päivä ja aika klo 10:00-13:00)	17.5. Laitosvierailut: Hietaniemenkadun palvelu-keskus
20.2. Päihdepalvelut helsinkiläisille	20.3. ATK-kurssi	19.4. Poliisin Ankkuri-työ	Läntinen päihdepoliiklinikka Kolmas kohde tarkentuu
22.2. Lastensuojelun palvelut	22.3. Päihde- ja mielenterveys-työ terveysasemalla	24.4. Hygieniapassikoulutus (klo 9:30-15:00)	22.5. Laitosvierailujen purku
27.2. Talous- ja velkaneuvonta	27.3. Helsingin oikeusaputoimis-to	26.4. Työturvallisuuskoulutus (klo 8:00-16:00)	24.5. Loppukokeet
	29.3. Virkistys: Pääsiäisbileet		29.5. Väitöarviointi ja kehittämis-päivä
			31.5. Kauden päätös



Aktiivisille fattaluudille on tarjolla työnohjausta kuukausittain.

Stop Huumeille ry on vuonna 2000 perustettu päihdekuntoutujien vertaistukeen keskittynyt yhdistys. Stoppi toimii kohtaamispaikkana kaikille, jotka haluavat viettää aikaansa päihteettömästi vertaistuellisessa seurassa.

Kuva 1: Fattaluudan kevätkausi 2018 (Stop Huumeille ry:n www.sivut).

Helsingissä fattaluuta toimintaa on kolmessa kansaneläkelaitoksen (KELA:n) palvelupisteessä. Fattaluudat auttavat ihmisiä konkreettisesti esimerkiksi oikeanlaisten palveluiden ja niitä koskevien lomakkeiden löytämisessä sekä täyttämässä. Fattaluuta toiminta myös vähentää viraston työntekijöihin kohdistuvaa työpainetta ja näin helpottaa asiakkaiden virastoasiointia. Fattaluuta-hankkeen toimintamallia toteuttavat tahot ovat Espoon kaupunki, Kotkan kaupunki ja Turun A-Kilta, joka on päihdekuntoutujille vertaistukea tarjoava itsenäinen yhdistys. (Fattaluuta Hankesuunnitelma 2015-2018.)

Fattaluuta-hankkeen työntekijät perehdyttävät fattaluuta toimintamallia toteuttavia tahoja ja perehdyttävät vertaisia toiminnan yksityiskohtiin Fattaluuta Starttikoulutuksessa. Yhteistyösopimukset aulapäivystyksistä ja koulutuksista on tehty pääkaupunkiseudun Kansaneläkelaitoksen asiakaspalveluyksikön ja Helsingin kaupungin Sosiaali- ja terveystoimialan perhe- ja sosiaalipalveluiden kanssa. Yhteistyötä hankkeen kanssa tekevät muun muassa Sosiaali- ja terveysvirasto, Kansaneläkelaitos (KELA) ja Työ- ja elinkeinotoimisto eli TE-toimisto. Yhteiskehittäminen on tiivistä kansaneläkelaitoksen ja sote-viraston kanssa. Yhteiskehittämisen tuloksena on syntynyt esimerkiksi Fattaluuta- ja toimeentulotukipäivystykset virastoissa ja Stop Huumeille ry:n toimiloissa. Hanke tekee myös yhteistyötä muiden alan toimijoiden kanssa, järjestöjen ja muiden päihdekuntoutujien työskentelevien tahojen kanssa. (Fattaluuta Hankesuunnitelma 2015-2018.)

2.2 Fattaluuta toimintamalli

Fattaluuta-hanke on jalkauttanut toimintamallia muille paikkakunnille, tavoitteena on jatkaa laajentumista muille toiminta-alueille sekä paikkakunnille. Hankkeen pääsääntöisenä toiminta ajatuksena on helpottaa päihdekuntoutujan virastoasiointia koulutettujen vertaispalveluohjaajien avulla. Yhteiskunnallisesta näkökulmasta hankkeen tavoitteita on myös vertaistoiminnan työmuotojen kehittäminen yhdessä vertaisten ja julkisen sektorin toimijoiden kanssa. Tarkoituksena on tuoda palveluita lähemmäksi syrjäytyneitä asiakkaita sekä vähentää ennakkoluuloja että muuttaa asenteita julkisen sektorin työntekijöiden ja päihdeasiakkaiden välillä. Tavoitteena on myös ennaltaehkäistä syrjäytymistä. (Fattaluuta hankesuunnitelma 2015-2018.) Yksilön näkökulmasta syrjäytymisellä tarkoitetaan yleisesti kasaantunutta huono-osaisuutta, pitkäaikaistyöttömyyttä, taloudellisia ongelmia, elämänhallinnan ongelmia ja syrjäytymistä yhteiskunnallisesta osallisuudesta (Rikksentorjuntaneuvosto 2012).

Kuntoutujan yksilöllisestä näkökulmasta katsottuna hankkeen tavoitteena on edesauttaa päihdekuntoutujan kokonaisvaltaista integroitumista yhteiskuntaan. Tärkeänä asiana on vertaistoimijoiden ja kokemusasiantuntijoiden oman voimaantumisen sekä heidän työllisyyspolkujensa

parantaminen kuten myös heidän elämänhallinnan kohentaminen ja asiointitaitojen parantaminen. (Fattaluuta hankesuunnitelma 2015-2018.)

Päihdekuntoutujalle työ tai opiskelupaikan saanti on olennainen osa hänen kuntoutumista. Fattaluuta-hankkeen omien palaute kyselyiden perusteella Fattaluuta-koulutus on helpottanut kuntoutujien ammatillista polkua kohti opiskeluita tai työelämää. Yleisimmin Fattaluuta-koulutuksen jälkeen päästään oppisopimuskoulutukseen, vertaistyöntekijäksi kuntoutuslaitoksiin, järjestöihin tai palkkatuettuun työhön esimerkiksi sote virastojen palvelupisteisiin. Hanke tukee päihdekuntoutumista tarjoamalla Fattaluuta-koulutuksen myötä päihdekuntoutujalle työelämän kontakteja, matalan kynnyksen kohtaamisia muiden vertaisten kanssa, onnistumisen kokemuksia sekä erilaisia hyviä käytännön koulutuksia, esimerkiksi hygieniapassi ja ensiapu kurssit. Fattaluuta toiminta opettaa päihdekuntoutujalle myös vastuunottoa erilaisten fattaluuta päivystysten muodoissa. (Fattaluuta hankesuunnitelma 2015-2018.)

3 Opinnäytetyön tietoperusta

Tässä luvussa avaan opinnäytetyöni tietoperustan sekä työni kannalta keskeisiä käsitteitä. Yhteiskunnalliset näkökulmat liittyvät kuntoutukseen ja päihdekuntoutuksen keskusteluun. Teoria tieto pohjautuu aiheiden laajaan materiaaliin sisältäen kirjallisia ja sähköisiä lähteitä. Hyödynnän opinnäytetyössäni jo olemassa olevaa tietoperustaa vertaisuudesta, päihdekuntoutumisesta ja rikollisesta elämäntavasta irrottautumisesta.

Stop Huumeille ry:stä on tehty aikaisemmin opinnäytetyö ja siinä on tutkittu Stop Huumeille ry:n vaikuttavuutta asiakkaiden näkökulmasta. Kyseiseen opinnäytetyöhön sisällytettiin myös suppeahko katselmus Fattaluuta-hanketta ja sen vaikuttavuutta. Tässä luvussa esittelen opinnäytetyön aiheeseen liittyvät teoriat sekä opinnäytetyön keskeiset käsitteet. Opinnäytetyössä tutkitaan, onko Fattaluuta-koulutus auttanut päihdekuntoutujia elämänhallinnan opettelussa ja ammatillisten polkujen löytämisessä. Opinnäytetyö tarkastelee myös rikollisuudesta irrottautumiseen liittyviä teemoja. Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys loi teoriapohjan kyselylomakkeen teemoille.

3.1 Yhteiskunnallisia näkökulmia kuntoutukseen

Sosiaali- ja terveysministeriö määrittelee sosiaali- ja terveyspalvelujen kehittämisen suuntaviivat, valmistelee lainsäädännön ja ohjaa uudistusten toteuttamista sekä vastaa sosiaaliturvaan liittyvästä lainsäädännöstä. Palvelujen järjestämisvastuu on kunnilla. Alkoholiin, tupakkaan ja huumausaineisiin liittyvän politiikan ohjaus, suunnittelu ja lainsäädäntö kuuluu Sosiaali- ja terveysministeriölle. Sosiaali- ja terveyspolitiikan strategiassa painotetaan, että rikosten uhrien tukipalveluja kehitetään ja sovittelun käyttöä konfliktin ratkaisukeinona erilaisissa rikos- ja

riita-asioissa edistetään sekä väkivaltaa ehkäistään nykyistä paremmin. (Sosiaali- ja terveysministeriö.)

Asiantuntijoiden mukaan huumeiden käyttö Suomessa tulee lisääntymään. Keskeinen työkykyä alentava tekijä on päihdeongelma. Alkoholin suurkuluttajia on työelämässä olevista miehistä 15-20%, ja jopa 2:lla % työntekijöistä on päihderiippuvuus. Ammatillinen kuntoutus voidaan aloittaa, jos tarkoitus on pitää päihdekuntoutuja työelämässä tai saada hänet takaisin työelämään. Päihdeongelmainen voidaan katsoa myös täysin työkyvyttömäksi, jos päihteidenkäyttö on tuonut mukanaan pysyviä haittoja, jotka eivät kuntoutuksella parane. (Teirilä 2003, 257, 263-264; Lintonen, Rönkä, Kotovirta & Konu 2012.)

Kuntouttava työtoiminta on sosiaalipalvelu jota ohjaa sosiaalihuoltolaki. Kuntoutustoiminta, jonka perusteena on työssä jaksaminen, työkyvyn sekä työmahdollisuuksien parantaminen ja kontaktien luominen sekä työkokeilu ovat ammatillista kuntoutusta. Työllisyyteen tähtäävää toimintaa toteutetaan yhteistyössä kansaneläkelaitoksen (KELA:n), työvoiman palveluiden, työeläkelaitoksien ja sosiaalitoimen kanssa. Sopivan työpaikan etsiminen ja sopivat työtehtävät ovat keskeisessä asemassa kuntoutusprosessissa. Tarkoitus on kehittää työllistyvän henkilön taitoja ja valmiuksia sekä tavoitteena on asiakkaan toimintakyvyn, elämän- ja arjenhallinnan vahvistaminen sekä syrjäytymisen ehkäiseminen. (Kansaneläkelaitos.)

Kuntouttavasta työtoiminnasta säädetään kuntouttavasta työtoiminnasta annetussa laissa. Vuoden 2017 alusta lähtien työkokeilun, työhönvalmennuksen ja mielenterveyskuntoutujien työhön valmennuksen nimikkeet poistuiivat ja nyt puhutaan yleisesti ammatillisesta kuntoutuksesta. Ammatillisen kuntoutuksen sisällä on olemassa kolme vaihtoehtoista polkua, jotka ovat työkokeilu, työhönvalmennus ja niiden yhdistelmä. Ammatillista kuntoutusta järjestävät Kansaneläkelaitos, työeläkevakuutus, tapaturma- ja liikennevakuutus, työvoimaviranomaiset sekä ammatilliset oppilaitokset. Ammatillinen kuntoutus on aina yksilö kuntoutusta ja sitä käytetään silloin, kun kuntoutuja tarvitsee yksilöllistä tukea työtehtävän, opiskelu- ja ammattialan valintaan, työllistymiseen sairautensa tai kokonaistilanteensa vuoksi. Ammatillinen kuntoutus voi olla myös työnohjausta, työolosuhteiden järjestelyä, työvoimaneuvontaa tai kuntoutustutkimuksia. (Kansaneläkelaitos; Järvikoski 2011, 106-109; Sosiaali- ja terveysministeriö.)

Pitkäaikaistyöttömyys ajaa ihmisiä köyhyyteen ja useiden tukimuotojen varaan. Yleensä kaikkein heikoimmassa taloudellisessa asemassa ovat he, jotka ovat pitkään eläneet pelkän perustoimeentulon varassa. Köyhyydellä on negatiivisia vaikutuksia ihmisten elämään. Se on yhteydessä useisiin hyvinvoinnin vajeisiin kuten alhaiseen asumistasoon, heikkoon terveydentilaan ja terveyttä vaarantaviin elintapoihin. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.) Sosiaaliturvan tarkoituksena on turvata ihmisille riittävä toimeentulo ja huolenpito kaikissa elämäntilanteissa.

Sosiaaliturva koostuu palveluista ja toimeentuloa turvaavista etuuksista. Tällaisia toimeentulon turvaavia etuuksia voi olla esimerkiksi toimeentulotuki ja työttömyysturva. Kansaneläkelaitos (Kela) vastaa perustoimeentulotuesta. Kunnat vastaavat täydentävästä ja ehkäisevästä toimeentulotuesta. Toimeentulotuesta säädetään laissa, toimeentulotukea määrittelee ja ohjaa laki toimeentulosta, sosiaalihuoltolaki ja laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista. (Sosiaali- ja terveysministeriö.)

3.2 Päihderiippuvuus ja päihdekuntoutus

Opinnäytetyössä päihteillä tarkoitetaan alkoholia ja huumausaineiksi lain mukaan tarkoitettuja päihteitä sekä keskushermostoon vaikuttavia lääkkeitä. Myös näiden kaikkien edellä mainittujen seka- ja ongelmakäyttö luetaan tässä opinnäytetyössä päihteidenkäytöksi. Päihderiippuvuutta voidaan mitata erilaisilla kyselyillä ja testeillä esimerkiksi Dudit-testi, jonka avulla voidaan saada kokonaiskuva huumeiden käyttöön liittyvistä ongelmista, haitoista ja niiden vakavuus asteesta (Päihdelinkki 2016). Puhuttaessa päihderiippuvuudesta, puhutaan diagnosoidusta sairaudesta joka alkaa yleensä satunnaisella päihteiden käytöllä. Päihdetyössä puhutaan porttiteoriasta eli siirryttäessä miedoimmista päihteistä vahvempiin päihteisiin. Päihteitä voidaan aloittaa käyttämään monestakin syystä, jotkut helpottavat sillä yksinäisyyttä tai hakevat päihteistä apua uniongelmiin sekä ahdistukseen. Päihteitä käytetään myös vieroitusoireiden tai mielenterveysoireiden helpottamiseksi. Päihderiippuvaisella ihmisellä voi olla raittiitakin hetkiä päihteidenkäytön välissä ja tyypillistä on, että päihteidenkäyttäjä saattaa tarvita useampia vieroitushoitoja, katkaisuhoidoja tai laitoshoidon jaksoja päästäkseen varmemmalle pohjalle raitistumisessa sekä päihdekuntoutumisessaan. Päihteidenkäytön lopettaminen pysyvästi on pitkä prosessi sillä päihteidenkäytön lopettamiseen vaaditaan kokonaisvaltaista elämän- ja ajattelutavan muutosta. Päihderiippuvuus on riski syrjäytymiseen ja päihteidenkäytön takia saatetaan menettää työpaikka, asunto tai ajautua rikolliseen toimintaan. (Julkunen & Nyberg-Hakala 2010, 11, 16, 31.)

Kuntoutus alkaa, kun ihminen on itse siihen valmis, mutta päihdeongelmalliselle voidaan tehdä esimerkiksi lähiomaisten toimesta väliintuloja eli heidän toimesta yritetään väkisin todentaa ihmiselle oma tilanne ja ongelman olemassaolo. Aito halu muuttua lähtee kuntoutujasta itseltään. Muutosmotivaation saavuttamiseksi asiakkaalla pitää herätä kiinnostus haitallisten toimintojen lopettamiseen tai vähentämiseen, eikä vain mukautua ympäristön asettamiin paineisiin. Päihdekuntoutujia on eri muutoksen vaiheen mallissa olevia. (Koski-Jännes, Riittinen & Saarnio 2008, 9, 31-34.)

Muutoksen vaihe mallissa muutos etenee seuraavan jaottelun mukaisesti, jotka ovat esiharkintavaihe, harkintavaihe, valmistelu- ja toimintavaihe sekä ylläpitovaihe ja ongelman uusiutu-

misvaihe. Esiharkintavaiheessa ihminen ei välttämättä edes tunnista, että hänellä on päihdeongelma. Harkintavaiheeseen tultaessa hän tunnistaa ongelman ja hänen mielessä saattaa joskus käydä päihteidenkäytön lopettaminen tai ainakin niiden vähentäminen. Valmisteluvaiheessa hän miettii konkreettisia keinoja päihteidenkäytön lopettamiseen ja hän tunnistaa päihteidenkäytöstä aiheutuvia haittoja. Toimintavaiheessa hän alkaa muuttamaan käyttäytymistään ja voi tehdä suuriakin elämäntyylin muutoksia. Ylläpitovaiheessa hän pyrkii pitämään saavutetun muutoksen, mutta usein päätyy ongelman uusiutumisvaiheeseen, koska harvoin päih-teistä kokonaan vieroittautuminen onnistuu ensimmäisellä yrittämisellä. Päihdekuntoutuja voi myös saada tärkeitä tietoja retkahtamisestaan, ajatellen päihdekuntoutusta kokonaisuudessaan, joten hän voi seuraavalla kerralla osata paremmin lukea itseään, ja estää oman retkahtamisen, kun osaa tiedostaa oman käyttäytymisensä. (Koski-Jännes, Riittinen & Saarnio 2008, 9, 31-34.)

Perinteinen kuntoutuksen matka alkaa katkaisuhoidosta, siellä katkaistaan päihdekerre ja luodaan edellytyksiä kuntoutumiselle. Katkaisuhoidon jälkeen ihanne tapauksessa siirrytään pittempiaikaiseen hoitajaksoon yhteisöön. Sen jälkeen jonkin muotoiseen tuettuun asumiseen ja sitten vasta täysin vapaaseen sekä itsenäiseen asumiseen. Parhaimmillaan tämä matka katkaisuhoidosta itsenäiseen asumiseen kestäisi 2-3 vuotta. Vaiheittainen eteneminen tukee toipumisen prosessia. Arkielämään palatessa ei päihdekuntoutujalla välttämättä ole raitistuessaan sosiaalisia kontakteja muihin, raittiutta tukeviin ihmisiin, joten tämän vuoksi kontaktit raittiutta tukeviin toimintoihin on tärkeitä. Ammatillisen kuntoutuksen muodoista ovat hyötyneet niin nuoret kuin vanhemmatkin päihdekuntoutujat. Yleisesti ottaen työvoimaviranomaiset ymmärtävät, että päihdekuntoutujat eivät ole valmiita astumaan suoraan täydenviikon työelämään siksi kaikenlaiset kevennetyt, kuntouttavat työtoiminnot ovat erinomaisia keinoja auttamaan kuntoutujia takaisin yhteiskunnan normeihin. Vaikka työntekijä ymmärtäisi, että kokoaikaiseen työelämään ei ole kiire, saattaa toipujalla itsellään olla joskus kiire korjaamaan taloudellinen ja itsetunnollinen tappio. Tämän vuoksi heillä todennäköisesti on suurempi riski retkahtaa uudelleen käyttämään päihteitä. (Häkkinen 2015, 29, 30-32.)

Hyviä omatoimisia verkostoja päihdekuntoutumiseen on päihdekuntoutuksen tunnetuimmat muodot AA ja NA. AA eli Anonyymien alkoholistien ja NA eli Nimettömien narkomaanien ryhmiä on olemassa monenlaisia, on suljettuja ja avoimia sekä teemallisia että vapaan keskustelun ryhmiä. Avoimiin ryhmiin saa tulla myös esimerkiksi opiskelijat tai lähiomaiset. (Nimettömät alkoholistit & Nimettömät narkomaanit.)

3.3 Voimaantuminen ja toimijuus

Päihdeongelmainen on usein joutunut kohtaamaan elämässään niin fyysisiä kuin henkisiäkin haasteita. Kohdattuana useita pettymyksiä päihdeongelmaisen itsetunto on yleensä melko

heikko. Kuntoutuja saattaa tuntea huonommuutta verrattuna muihin ihmisiin, hän esimerkiksi saattaa ajatella ettei sovi kaikkiin sosiaalisiin ympyröihin. Päihdekuntoutuja joutuu opettelemaan monia taitoja uudestaan selvittääkseen arkielämässä ilman päihteitä. Yleensä jo varhaisessa vaiheessa kuntoutusta kuntoutuja alkaa pitämään itsestään paremmin huolta. He pitävät huolta hygieniasta, vaatteista ja saattavat ottaa läheisiin yhteyttä pitkästä ajasta. Vaikka itsestään huolehtiminen alkaisikin sujua, on kuntoutujalla yleensä jäänyt hoitamatta arkielämään liittyviä asioita ja näitä asioita ei ole välttämättä koskaan hoidettu ilman päihteitä. Saattaa olla, että kuntoutujalle asioiden hoitaminen puhelimitse on saavutus. Julkisen liikenteen käyttö voi olla ahdistavaa ja ylitsepääsemätöntä, joten silloin arkielämälle tarpeellinen asiointi saattaa jäädä hoitamatta. Virastoasiointissa tunteet omasta riittämättömyydestä sekä virkailijoiden vähättelevästä, epäluuloisesta tai tuomitsevasta asenteesta ovat yleisiä. (Julkunen & Nyberg-Hakala 2010, 24-26; Miikkulainen 2012, 23.)

Arjenhallintaan voidaan sisällyttää asiointitaidot. Asiointitaidoilla tarkoitetaan ihmisen henkilökohtaista toimijuutta hoitaa arjenhallinnan kannalta oleellisia asioita. Asiointitaitojen luokittelua esimerkiksi pankki asioiden hoitaminen, kaupassa ja terveyskeskuksessa käyminen. Tällaisissa paikoissa ihminen tarvitsee asiointitaitoja, joita ne ovat esimerkiksi asian esittäminen, jonottaminen, vuoron odottaminen, kohteliaisuus ja maksaminen. (Kerola, Kujanpää & Kallio 2013, 11.)

Jotta ihminen pystyy hoitamaan arkeen liittyviä asioita, on hänen omattava edes jokin näköisiä sosiaalisia taitoja. Sosiaalisuus ei ole sama asia kuin sosiaaliset taidot. Sosiaaliset taidot tulevat oppimalla ja sosiaalisuus on temperamentti piirre. Sosiaalisilla taidoilla selvittää sosiaalisista tilanteista. Sosiaaliset taidot sisältää muun muassa empatian ja herkkyyden havaita toisen ihmisen mielentiloja. (Keltikangas 2010, 17-18.) Kuntoutujalla on yleensä vaikeuksia luoda luotettavia ihmissuhteita. Sosiaaliset tilanteet jo itsessään saattavat aiheuttaa jännittyneisyyttä sekä ahdistusta ja uusien ihmissuhteiden luominen voi olla haastavaa, pelkästään uusien ihmisten tapaaminen saattaa olla ahdistusta aiheuttavaa. Pitemmän päälle kuntoutuja ei voi vältellä sosiaalisia tilanteita ja siksi sosiaalisia taitoja olisikin syytä harjoittaa. Virastoasiointit ovat yleensä haastavia, juuri sosiaalisten tilanteiden pelon ja ahdistuksen takia. (Julkunen & Nyberg-Hakala 2010, 25, 31-32.)

3.4 Vertaisuuden merkitys päihdekuntoutuksessa

Vertaisen määritelmä saattaa hieman poiketa toisistaan riippuen paikasta ja toiminnasta. Vertaiset ovat ensikädessä auttamassa uusia päihdekuntoutujia ja voimaannuttavaa työvertaisena on nähdä, kuinka asiakkaat pääsevät elämässään eteenpäin, saavat asioitansa hoidettua. Vertainen tuntee, että hänen tukensa ja auttamisensa on tärkeää sekä merkityksellistä. Riippuu toimintaympäristöstä hyvinkin paljon, että käytetäänkö vertaistyöstä nimitystä vertainen vai

kokemusasiantuntija. Vertainen voi myöskin saada palkkatuloa tai siihen verrattavaa palkkiota työstään. Hyvin usein päihdekuntoutuksessa kuntoutuja puhuu itsestään vertaisena muille kuntoutujille, vaikka työsopimuksessa lukisikin kokemusasiantuntija. Vertaistoiminnaksi kutsutaan toimintaa jossa kuntoutujat eli vertaiset auttavat toisiaan kuntoutumisessa omalla kokemuksen tiedollaan. Vertaistoimintaa voi olla myös toisenlaisissa asiayhteyksissä, kuten esimerkiksi Fat-taluuta toiminta. (Virokangas, Osolanus & Varonen 2015, 11-23.)

Raittiutta aloittavat käyttävät vertaisia peileinä, kuntoutuksen alussa olevat samaistuvat paremmin kun vastassa on ihminen joka on käynyt samanlaisen toipumisentien. Paikassa jossa on vertaisia, kasvaa toipujien yhteinen toipumiskulttuuri, eli karttunut osaaminen kuntoutuksen tiellä kasvaa ja muokkautuu koko ajan kun kuntoutujat voimistavat toisiaan. Kulttuurin kasvaessa ja kehittyessä pystytään tarjoamaan peilejä ja samaistumispintoja rikkaammin. Asiakkaasta saattaa tuntua helpommalta ottaa kontaktia vertaiseen kuin viralliseen ammattilaiseen. On todettu, että järjestöjen organisoima vertaistoiminta, matalan kynnyksen kohtaamispaikat ja vapaaehtoistoiminta tukevat hyvin ihmisten osallisuutta, vertaistoimintaan osallistumisen on myös todettu parantavan kuntoutujien elämänlaatua. Ilman leiman pelkoa turvallisessa ympäristössä ongelmista puhuminen vaikuttaa myös positiivisesti toimijan itseluottamukseen ja -tuntoon. (Häkkinen 2015, 8, 64; Valtioneuvosto 6, 13; Repper & Carter 2011, 400; Virokangas 2014, 666.)

Tunnetuin vertaisuuden muoto löytyy Nimettömistä Alkoholisteista ja Nimettömistä Narkomaaneista. Joskus myös työvertaiset saattavat retkahtaa tai uupua, siksi onkin tärkeää, että vertaiset tunnistaisivat omat voimavaransa ja pitäisivät omasta jaksamisestaan huolta. Joskus ”työn touhussa” vertainen voi unohtaa jaksamisensa kun hyvän tekeminen vie hänet mensesään (Osolanus & Varonen 2015, 23). Työvertaisella tarkoitetaan vertaista, joka saa vastineeksi työstään esimerkiksi järjestössä palkkaa tai siihen verrattavissa olevaa palkkiota. Työvertaisen täytyy olla omassa kuntoutumisprosessissa vankalla pohjalla, että hän voi toimia vertaisena. Jotta pystyisi olemaan aidosti vertainen, täytyy olla täysin rehellinen omille tunteilleensa (Häkkinen 2015, 65).

Kokemusasiantuntija nimikkeestä puhutaan pääsääntöisesti, kun kokemusasiantuntija saa työstään palkkaa, käytännössä siis voidaan puhua myös edellä mainitusta työvertaisesta. Kokemusasiantuntijoita voidaan käyttää sosiaali- ja terveysalan ammattilaisen työparina. Stop Huumeille ry:n Radalta Himaan hanke käyttää tällaista työpari yhdistelmää. Kokemusasiantuntija voi työskennellä esimerkiksi vertaisohjaajana, tukihenkilönä tai kokemuskouluttajana ja kehittäjänä sekä palveluiden toimivuuden äänenä, erilaisissa työryhmissä. (Kokemusasiantuntijat.)

Ensimmäinen virallinen ja valtakunnallinen kokemuskoulutusverkosto on perustettu kaksikymmentä vuotta sitten ja ensimmäinen potilasluennoija-koulutus oli vuonna 1998. Mielenterveyskuntoutuksessa vertaisuuden ja kokemusperusteisen kuntoutuksen kehittäminen vakiinnutti olemassaolonsa 2000-luvun alussa, kun mielenterveyden keskusliitto aloitti vertaisohjaajien koulutuksen. Myös Muotialan asuin- ja toimintakeskus ry käynnisti kokemusasiantuntijatoiminnan, joka toimii edelleen tänä päivänä. Kokemusasiantuntijuutta käytetään paljon erilaisissa vertaispaikoissa, kuten Stop Huumeille ry:n Fattaluuta hankkeessa. (Hietala & Rissanen 2015, 12-13.)

Kokemusasiantuntijoita toimii päihdekuntoutuksen lisäksi myös potilas-, vammais-, ja asiakasjärjestöissä. Kokemusasiantuntijoita niin kuin vertaisia, käytetään paljon kolmannella sektorilla. Vastuut, roolit, asemat ja heille maksetut korvaukset vaihtelevat paikasta riippuen, mitään varsinaista yhtenäistä käytäntöä, ohjeistusta tai lakia ei tähän ole. Mutta samanlailla kuin vertaisten tekemässä työssä, niin myös kokemusasiantuntijana toimiminen perustuu kuntoutujan omaan kiinnostukseen, päätökseen sekä vapaaehtoisuuteen. Kokemusasiantuntijatoimijuus vähentää työttömyyseläkkeiden määrää sekä ehkäisee syrjäytymistä ja kokemusasiantuntijalle se on itsessään kuntouttavaa sekä voimaannuttavaa. (Hietala & Rissanen 2015, 7-8, 11.)

3.5 Polkujen löytäminen rikoksettomaan ja päihdeettömään elämään

Päihteiden ongelmakäyttö on keskeinen rikollista elämäntapaa ylläpitävä tekijä. Rikollisuutta ovat sellaiset teot, jotka ovat laissa kiellettyjä. Pelkästään alkoholin vaikutuksen alaisena tehdään 80 prosenttia henkirikoksista. Ongelma päihteidenkäyttö irrottaa käyttäjänsä kauemaksi kontrollin lähteistä, jotka auttavat tasapainoisessa rikoksettomassa arkielämässä. Tällaisina kontrollin lähteinä voidaan pitää työpaikkaa ja parisuhdetta. Päihteidenkäyttö ja rikollisuus usein kulkevat käsi kädessä ja saman henkiset ihmiset lyöttäytyvät toistensa seuraan sekä he synnyttävät omia alakulttuureita, jotka sopivat heidän rikolliseen ja päihdemyönteiseen elämäntyyliin. (Kivivuori 2013, 20, 214, 132-133; Rikosseuraamuslaitos 2012.) Päihteidenkäyttäjän voi olla vaikea irrottautua tällaisista verkostoista kuntoutuakseen, koska ne saattavat olla hänen ainoita sosiaalisia kontakteja ja sen hetkisen elämän tärkeitä tukipilareita, siksi kuntoutujan oma motivaatio on erittäin tärkeä kuntoutumisen prosessin kannalta.

Vankilarangaistusta suorittavien päihdeongelmaisten olisi hyvä saada ennen vapautumista kontakteja siviilipuolen kuntoutus palveluihin, koska päihdeettömän elämän jatkumon luominen ja tuominen arkirutiineihin siviilissä on erittäin tärkeää. Asteittainen vapautuminen suljetusta vankilasta tukee myös päihdekuntoutujaa, ja silloin kuntoutuja nimenomaan saa harjoitella vapaudessa oloa tukitoimien piirissä sekä luoda raittiutta tukevia kontakteja siviiliin. Asteittainen vapautuminen vankilasta tapahtuu suljetusta vankilasta siirtymisenä avolaitokseen, koevapautteen tai hyödyntäen näiden yhdistämistä. Avovankila on suljettua laitosta vapaampi, tuomittu

voi käydä esimerkiksi töissä tai opiskella. Valvotun koevapauden on myös todettu vähentävän päihteiden käyttöön retkahtamisen riskitekijöitä ja siitä johtuvaa uusintarikollisuutta. Koevapauden pääsy velvoittaa vankia sitoutumaan päihhteettömyyteen ja muihin hänelle asetettuihin ehtoihin, ehtona voi olla lääkehoito tai muunlainen kuntouttava toiminta. Koevapauden toimeenpanosuunnitelma tehdään jokaiselle tuomitulle harkittaessa koevapautta, siihen sisältyy muun muassa asuminen ja toimeentulo, toimintavelvoite, päivittäinen toiminta-aika sekä koevapauden valvonta. Valvottu koevapaus tarkoittaa sitä, että tuomittu voidaan päästää koelun- teisesti vapauden aikaisintaan kuusi kuukautta ennen ehdonalaista vapauttamista. Ehdonalai- sella vapauttamisella tarkoitetaan ehdottomaan vankeusrangaistukseen tuomitun vangin pääs- tämistä suorittamaan loppuosa rangaistuksesta vapaudessa. Ehdonalaisesti vapautettu vanki määrätään pääsääntöisesti valvontaan silloin, kun jäännösrangaistus on pidempi kuin yksi vuosi kuusi kuukautta. (Rikosseuraamuslaitos 2016; Rikosseuraamuslaitos 2014; Rikosseuraamuslaitos 2012.)

Koevapauden veloitteet tuovat päihdekuntoutujalle vankan perustan, johon vanki alkaa ra- kentamaan päihteetöntä elämää. Päihdekuntoutujan on myös tärkeää saada päiviin sisältöä, jotka luovat rutiinit. Velvoittava työtoiminta koevapaudessa voi olla esimerkiksi juuri Stop Huu- meille ry:n kaltaisissa kolmannen sektorin toimintapaikoissa tehtävä kuntouttava työtoiminta. Kuntoutus vaiheessa erilaiset työ- ja opiskelukyvyn arvioinnit ovat tärkeitä mietittäessä päih- dekuntoutujalle ammatillisen kuntoutuksen sisältöä. On vaikeaa pitää yllä raitista elämää asun- nottomana, joka osaltaan myös vaikeuttaa yleisesti itsestään huolehtimista sekä arkirutiinin löytymistä. Tutkimusten mukaan avioliittoon sitoutumisella, iällä, työpaikan saamisella, koulu- tuksilla ja vahvalla itsekontrollilla on edesauttavia tekijöitä rikollisuudesta irtautumisessa. (Tyni 2015, 66; Julkunen & Nyberg-Hakala 2010, 25.)

4 Tutkimusasetelma

Tässä luvussa kuvaan opinnäytetyöni toteutuksen kokonaisuudessaan. Kuvaan tutkimuksen ta- voitteet, käytetyt menetelmät, aineiston keruun sekä avaan opinnäytetyön eettisyyttä ja lu- oteettavuutta.

4.1 Tutkimustavoitteet ja tutkimuskysymys

Opinnäytetyöni kohderyhmänä oli vuoden 2013 jälkeen Fattaluuta-koulutuksen käyneet päih- dekuntoutujat. Toimeksiantaja voi käyttää opinnäytetyötäni hankkeen vuosittaisissa raportoin- neissa sekä hankkeen kehittämisessä että arvioinnissa. Yhdessä hankkeen työntekijöiden kanssa keskusteltuamme päätimme että, opinnäytetyö kohdentuu vuoden 2013 jälkeen koulutuksen käyneisiin Fattaluutiin. Vuodesta 2013 alkaen Fattaluuta-koulutuksen käyneet ovat diplomoitu valmistuessaan.

Tavoitteenani oli tutkia vuoden 2013 diplomoitujen fattaluutien näkemyksiä Fattaluuta-koulutuksesta. Tavoitteena oli saada tietää miten vertaiset kokevat koulutuksen, onko siitä ollut heille hyötyä elämän eri osa-alueissa ja kuntoutumisen prosessissa. Ovatko Fattaluuta-hankkeen kirjatut tavoitteet samansuuntaiset saatujen vastauksien kanssa. Saatua aineistoa peilasin opinnäytetyön teoreettiseen viitekehykseen ja Fattaluuta-hankkeen hankesuunnitelmaan, josta käy ilmi hankkeen tavoitteet. Tutkimuskysymyksen haettiin vastausta sähköisellä kyselylomakkeella.

Tutkimuskysymys oli;

Miten Fattaluuta-koulutus tukee päihdekuntoutujan päihdekuntoutusprosessia, arjen hallinnan taitoja ja rikollisuudesta irrottautumista?

4.2 Tutkimuksen menetelmä

Opinnäytetyö toteutettiin pääsääntöisesti määrällisenä, kvantitatiivisena tutkimuksena. Määrällisen tutkimuksen perusideana on yleistää tutkittava asia. Saatua aineistoa käsitellään tilastollisin menetelmin ja tuloksia havainnollistetaan taulukoin sekä kuvioin. Määrällinen tutkimus perustuu positivismiin, joka pyrkii absoluuttiseen ja objektiiviseen totuuteen, jossa korostetaan yksiselitteisyyttä, luotettavuutta sekä tiedon perustelua. (Kananen 2008, 10-11 & Heikkilä 2014, 12-17.)

Tiedonkeruumenetelmänä käytettiin sähköistä kyselylomaketta. Kyselylomakkeeseen jaoteltiin teemoittain taustatiedot, elämänhallinnan osa-alueet ennen ja jälkeen Fattaluuta-koulutuksen sekä työllisyys polkua Fattaluuta-koulutuksen jälkeen. Kyselylomake sisälsi strukturoituja kysymyksiä eli suljettuja kysymyksiä joissa vastaajalle on annettu valmiiksi vastausvaihtoehdot. Lisäksi kyselylomakkeessa oli niin sanottuja pudotuskysymyksiä eli kysely antaa jatkokysymyksen jos vastaaja vastaa ennalta määrätyn vastauksen. Avoimet kysymykset sijoitettiin teemojen mukaisesti osioiden loppupuolelle. Opinnäytetyöni kyselylomakkeessa käytettiin myös niin sanottuja sekakysymyksiä.

Avoimia kysymyksiä käytetään pääsääntöisesti kvalitatiivisissa tutkimuksissa, mutta niitä voidaan käyttää myös vapaan sanan kenttinä kyselylomakkeissa. Strukturoidut kysymykset, eli suljetut kysymykset ovat tyypillisiä kyselylomake tutkimuksissa. Sekamuotoisissa kysymyksissä ennalta määrättyjen vastausvaihtoehtojen lisäksi on yleensä muu/mikä avoinkysymys. (Heikkilä 2014, 46-50.)

Sähköisellä kyselylomakkeella kerättiin tutkimusaineisto, kyselylomakkeella todennettiin Fattaluuta-koulutuksen merkitystä päihdekuntoutujien kuntoutumisen prosessissa. Taustatietoina,

muuttujina kysyttiin muun muassa ikä ja sukupuoli. Elämänhallinnallisista asioista kysyttiin asiointi taidoista ja Fattaluuta-koulutuksen vaikutuksesta kuntoutujien sosiaalisiin taitoihin. Joissakin kysymyksissä oli seliteteksti väärinymmärryksen minimoimiseksi. Kun haluttiin vastaus esimerkiksi seuraavaan kysymykseen, koetko Fattaluuta-koulutuksen auttaneen sinua sosiaalisten tilanteiden hallinnassa? Niin selitetekstissä avattiin kysymystä seuraavanlaisesti; Uusien ihmissuhteiden luominen voi olla haastavaa ja pelkästään uusien ihmisten tapaaminen voi olla ahdistusta aiheuttavaa, koetko että koulutus auttoi sinua luomaan sosiaalisia kontakteja paremmin sekä selviytymään sosiaalisista tilanteista helpommin.

Avoimista kysymyksistä voi olla hyötyä, jos ne on tarkkaan rajattu. Strukturoiduissa kysymyksissä vastausvaihtoehdot on valmiiksi numeroitu, eli koodattu (Kananen 2008, 25-26). Kysely tehtiin Laurean E-lomake ohjelmalla. Ennen lomakkeen varsinaista lähetystä pilotoitiin sen ja yhdessä opinnäytetyöni ohjaajan kanssa tarkistimme sen.

4.3 Aineiston keruu ja analyysi

Hankkeen vastuhenkilö lähetti opinnäytetyöni sähköisen kyselylomakkeen kirjoittamani alustuksen kanssa valmiin sähköpostilistan kautta diplomoiduille fattaluudille. Pidin kuitenkin niin sanotun päivystyspäivän Stop Huumeille ry:n tiloissa, jos joku vastaajista haluaisi mahdollisesti kysyä jotain lomakkeeseen tai opinnäytetyöhöni liittyvää tai tehdä paperisen version kyselystä. Lomakkeen vastausaikaa pidennettiin kaksi kertaa ja se oli avoinna koko kesän 2017. Saadaksemme mahdollisimman suuren otannan tiedotimme opinnäytetyöstäni Stop Huumeille ry:n tiedotuskanavia hyödyntäen, heidän sosiaalisen median sivuilla ja ryhmissä.

Kyselylomakkeesta saadut tiedot syötettiin SPSS ohjelmaan, joka keskustelee Laurean E-lomakkeen ja Wordin kanssa. SPSS ohjelman avulla suoritettiin aineiston analysointia eri menetelmiä käyttämällä. Kyselylomakkeen vapaan sanan, eli puolistrukturoitujen kysymysten kohdista saadut vastaukset käyvin läpi ja tarkastelin toistuvia ja useasti mainittuja asioita (Eskola & Suoranta 1998).

Opinnäytetyössäni graafisena esityksenä on tekstin lisäksi pylväsdiagrammeja ja taulukointia. Hyvä tilastokuvio ei vääristä tietojen sanomaa vaan muodostaa kiinteän kokonaisuuden tekstin kanssa ja rohkaisee lukijaa tekemään vertailuja eri osien välillä. Tilastokuvioinnin tarkoituksena on välittää tutkimuksen tärkeimmät tiedot. Pylväskuvio sopii nominaaliasteikon muuttujan arvojen havainnollistamiseen. (Heikkilä 2014, 148-151.)

Opinnäytetyöni sähköisessä kyselylomakkeessa käytin viisiportaista Likertin-asteikkoa. Opinnäytetyössäni esitin frekvenssijakaumista taulukoita. Frekvenssi tarkoittaa vastausten lukumäärää, frekvenssijakaumaksi sanotaan taulukkoa joka ilmoittaa kokonaisfrekvenssin jakautumisen

muuttujan eri arvojen kesken. Opinnäytetyöni tuloksista laskettiin korrelaatiokertoimia ja tehtiin ristiintaulukointia. Korrelaatiokertoimella mitataan muuttujien välistä yhteyttä, eli kahden muuttujan välisen riippuvuuden voimakkuutta. Korrelaatiokerroin on tilastollinen tunnusluku. Ristiintaulukoinnilla selvitetään kahden muuttujan välistä yhteyttä, sitä miten ne vaikuttavat toisiinsa. (Heikkilä 2014, 192, 266-277; Holopainen & Pulkkinen 2008, 235.)

Mitta-asteikot ovat tilastoyksiköiden ominaisuuksien määrittelyä, ne voivat olla myös pelkkää luokittelua. Taustamuuttujiksi luokitellaan sosioekonomisia tekijöitä, muun muassa sukupuoli, ikä, ammatti. Taustamuuttujat ovat yleisimmin nominaaliasteikon muuttujia. Opinnäytetyössäni käytin järjestysasteikon mittauksia. Vastaajat vastaavat asteikolla 1-5, kuinka paljon samaa mieltä tai eri mieltä he ovat väittämän kanssa. Mielipidemittauksissa ovat tyypillisimpiä järjestysasteikon mittauksia. (Kananen 2008, 86-87; Heikkilä 2014, 81-83.)

Saatu aineistoa peilasini sekä Fattaluuta-hankkeen hankesuunnitelmaan josta käy hankkeen tavoitteet ilmi että opinnäytetyöni teoreettiseen viitekehykseen. Lisäksi tarkastelin Fattaluuta-hankkeen toimintamallin mahdollista vaikutusta Fattaluuta-koulutuksen käyneiden elämänhallintaan ja sitä kautta myös rikollisesta sekä päihitteellisestä elämäntavasta irrottautumiseen.

4.4 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyöni prosessia rikosseuraamusalan sosionomiopiskelijana ohjaa rikosseuraamusalan ja sosiaalialan eettiset ohjeet sekä arvot. Rikosseuraamuslaitoksen arvot ovat ihmisarvon kunnioittaminen, oikeudenmukaisuus sekä usko yksilön kykyyn muuttua ja kasvaa (Rikosseuraamuslaitos 2017). Sosiaalialan työ perustuu seuraaviin periaatteisiin: asiakkaan itsemääräämisoikeuden kunnioitus, asiakkaan oikeus tulla kohdatuksi kokonaisvaltaisesti ja yhteiskunnallisen oikeudenmukaisuuden edistäminen (Talentia 2013).

Opinnäytetyössäni noudatan tiedeyhteisön tunnustamia toimintatapoja. Toimin rehellisesti ja luotettavasti. Tarvittavat tutkimusluvut hain asiaan kuuluvalla tavalla sekä keskustelin ja otin huomioon työelämä tilaajan toiveet opinnäytetyön suuntauksesta. Opinnäytetyössäni viitataan asianmukaisesti muiden julkaisuihin ja tulosten tallentamisessa, esittämisessä ja niiden analysoinnissa noudatan avoimuuden ja vastuullisen tutkijan toimintatapoja. Hyvän tieteellisen käytännön loukkaukset määritellä kahteen toimintaan, vilppi tieteellisessä toiminnassa ja piittaamattomuus hyvästä tieteellisestä käytännöstä. Vilpillä tarkoitetaan tutkimuksen tietojen ja tulosten vääristelyä. Toisen tekemän julkaisun plagiointi tai suora anastaminen määritellään myös vilpiksi. Piittaamattomuudeksi luokitellaan viitteiden puutteellinen käyttö, harhaanjohtava raportointi sekä tulosten ja aineiston huolimaton säilyttäminen ja kirjaaminen. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 3-6.) Tutkimuksen luotettavuuden edellytys on, että tutkimus on tehty tieteelliselle tutkimukselle asetettujen kriteerien mukaan. Validiteetti ja reliabiliteetti

muodostavat yhdessä tutkimuksen kokonaisluotettavuuden. Kysely- ja haastattelututkimuksissa validiteettiin vaikuttaa se pystytäänkö kysymyksillä ratkaista tutkimusongelma eli onko pystytty mittaamaan juuri sitä mitä pitikin. Reliabiliteetilla tarkoitetaan mittarin kykyä tuottaa ei-satumanvaraisia tuloksia. (Heikkilä 2014, 177-178.)

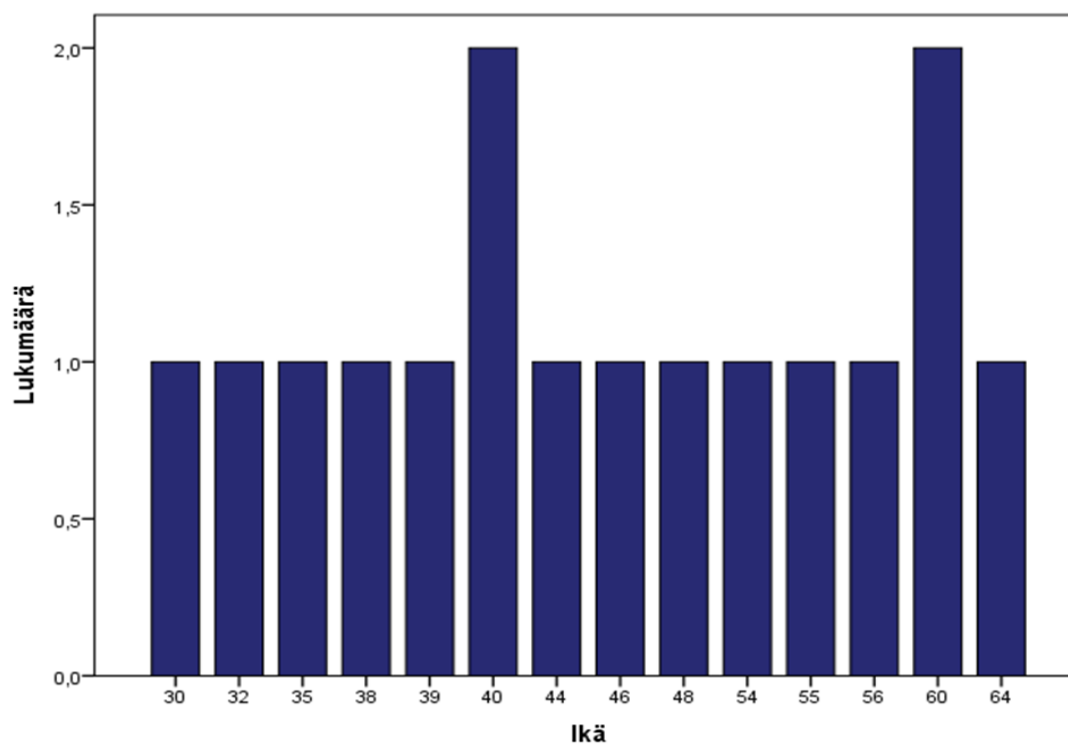
Fattaluuta-hankkeen projektisuunnittelija lähetti sähköisen kyselylomakkeen heillä olevan valmiin sähköpostilistan kautta. Tällä tavoin vastaajien tunnistettavuuden pelko ei ole vastaamisen esteenä. Tutkimusluvut hain kesäkuussa 2017 henkilökohtaisessa tapaamisessa Stop Huumeille ry:n toiminnan johtajan kanssa. Lupahakemukseen sisällytettiin myös kaikki muut tutkimusetiikan kannalta oleelliset asiat, muun muassa tiedottaminen opinnäytetyöstä kohderyhmälle käyttäen jo olemassa olevaa sähköpostilistaa sekä Stop Huumeille ry:n sosiaalisen median sivuja sekä kotisivuja. Opinnäytetyön kyselylomakkeen saatetekstissä kerrottiin mihin tarkoitukseen vastauksia käytetään salassapito velvollisuutta noudattaen.

5 Tutkimuksen tulokset

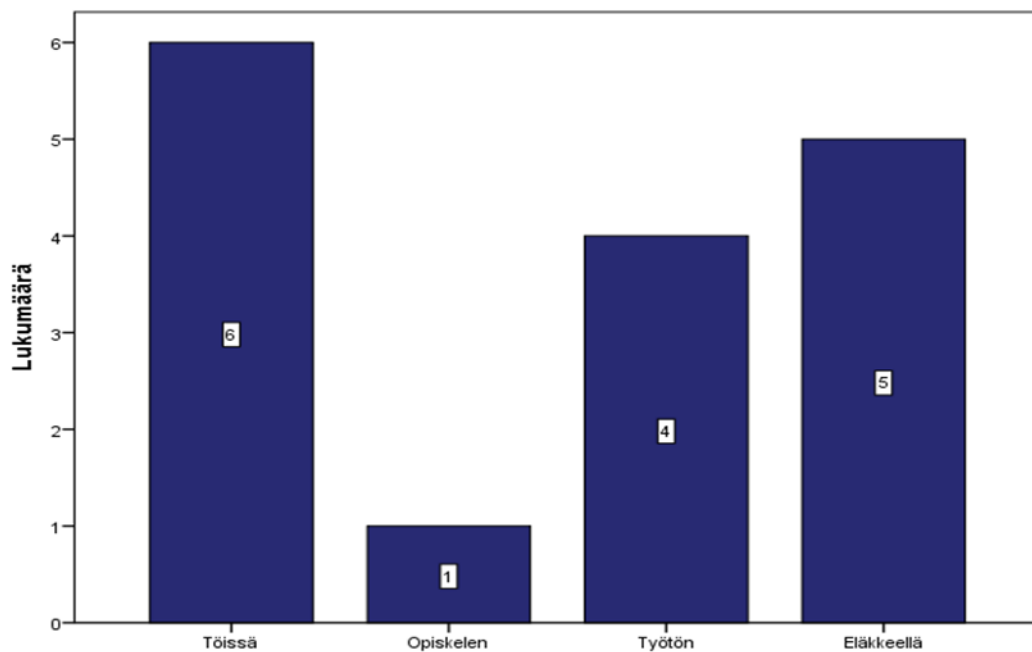
Sähköinen kyselylomake saatiin toimitettua kolmellekymmenelle yhdelle Fattaluuta-koulutuksen käyneelle. Vastauksia saatiin kuusitoista. Opinnäytetyöni alussa Fattaluuta-koulutuksen käyneitä oli neljäkymmentäkaksi. Yhdelletoista heistä ei saatu toimitettua sähköistä kyselylomaketta puuttuvien tai virheellisten yhteystietojen takia. Tulosten analysoinnissa joidenkin vastauksien kohdalla sukupuolijakauma on huomion arvoinen ja siksi joidenkin vastauksien kohdalla esitän myös sukupuolijakauman.

5.1 Taustatiedot

Vastaajista kymmenen oli miehiä ja kuusi oli naisia. Vastaajien keskimääräinen ikä oli 46,3 vuotta. Nuorin vastaajista oli 30 -vuotias ja vanhin 64 -vuotias (Kts. Kuvio 1).



Kuvio 1: Vastaajien ikäjakauma (n=16).



Kuvio 2: Vastaajien työllisyystilanne (n=16).

Vastaajista kuusi vastasi olevansa töissä, yksi ilmoitti olevansa opiskelija. Neljä vastasi olevansa työtön ja viisi on eläkkeellä. (Kts. Kuvio 2.)

Kysyttäessä ”Ennen Fattaluuta-koulutusta olin elänyt päihteetöntä elämää”, kaksi vastaajista ilmoitti, ettei ollut elänyt päihteetöntä elämää ennen Fattaluuta-koulutuksen alkua. Päihteetömänä eletty aika ennen Fattaluuta-koulutusta vaihteli kolmen kuukauden ja 25 vuoden välillä. Kolmelle vastaajalle Fattaluuta-koulutus on ensimmäinen aikuisiällä suoritettu koulutus (n=16).

Kysyttäessä suoritetuista vankeusrangaistuksista tai yhdyskuntaseuraamuksista, jakautui vastaukset tasan ”Kyllä” ja ”Ei” vastauksiin (n=16). Kysymykseen vastatessa ”Kyllä” tuli kyselylomakkeessa näkyviin viisi jatko kysymystä, jossa määriteltiin rangaistuksenmuoto, vankilakertaisuus, viimeisimmän rangaistuksen suoritus vuosi ja onko rangaistus suoritettu ennen vai jälkeen Fattaluuta-koulutuksen. Seitsemän vastanneista on suorittanut ehdottoman vankeusrangaistuksen jossakin vaiheessa elämää, ennen Fattaluuta-koulutusta. Kahdella vastanneista vankilakertaisuus oli viisi, kahdella yksi kerta, yhdellä kolme ja yhdellä neljä. Yhtä vastausta ei voida huomioida kysyttäessä vankilakertaisuutta vastauksen epäselvyydestä johtuen. Yksi vastasi suorittaneensa vain yhdyskuntapalvelun. Viimeisimmän tuomion suoritus vuosi vaihteli vuosien 2002 ja 2015 välillä.

5.2 Kokemukset elämänhallinnan eri osa-alueista ennen Fattaluuta-koulutusta

Tässä osiossa kysyttiin kokivatko vastaajat tarvitsevansa enemmän tukea sekä harjoitusta elämänhallintaan ja sosiaaliintaitoihin, sekä kokivatko he tarvitsevansa enemmän arkirytmisiä elämänsä. Kysyttiin myös, tunsivatko he itsetuntonsa huonoksi ennen Fattaluuta-koulutusta.

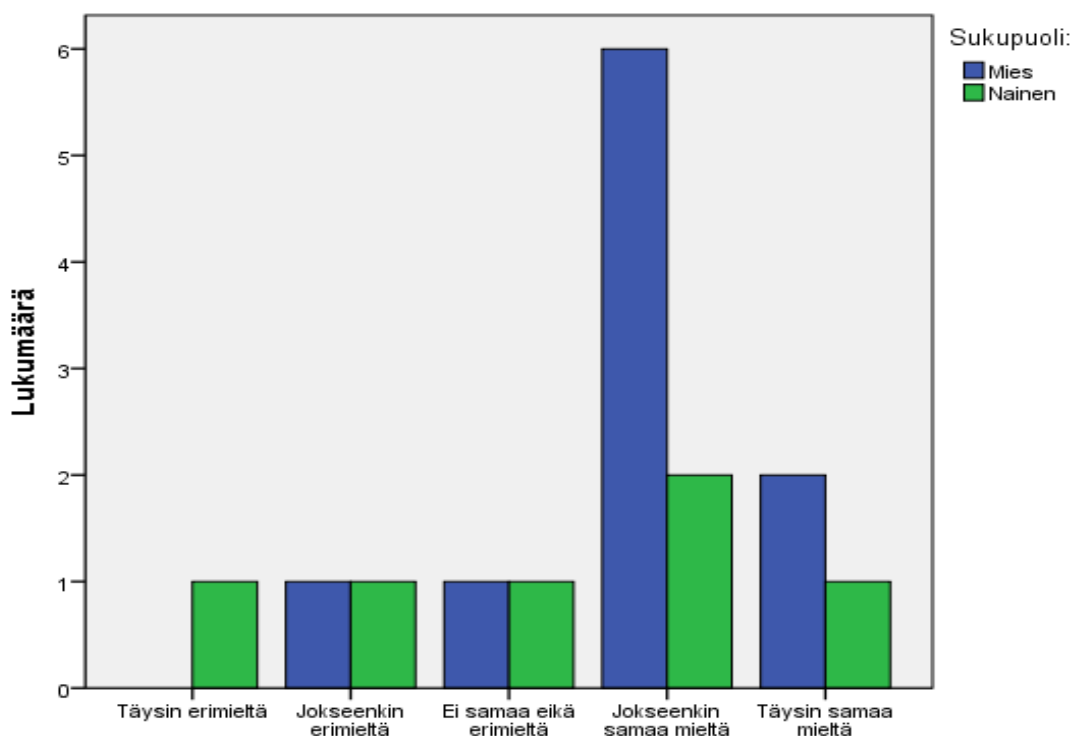
Kyselylomakkeen pilotoinnista ja tarkastuksista huolimatta, kyselylomakkeessa oli vahingossa kaksi täysin samaa kysymystä. Virhe huomattiin analysointi vaiheessa. Analysoinnissa kävi ilmi, että kahden saman kysymyksen, kysymys viisitoista ja kuusitoista, korrelaatio oli lähemmäs 0.8 ($r=0.794$). Korrelaatio kertoo, että suurin osa vastaajista vastasi kysymyksiin samansuuntaisesti. (Kts. taulukko 1.)

	1 täysin eri- mieltä	2 jokseenkin eri mieltä	3 ei samaa eikä eri mieltä	4 jokseen- kin sa- maa mieltä	5 täysin samaa mieltä
12. Ennen fattaluuta koulutusta koin tarvitsevani enemmän tukea elämänhallintaani?	1	2	2	8	3
13. Ennen Fattaluuta koulutusta tarvitsin elämäni arkirytmisiä?	1	1	0	5	9
14. Ennen Fattaluuta koulutusta koin itsetuntoni huonoksi	4	3	2	5	2
15. Ennen Fattaluuta koulutusta koin, että sosiaaliset taitoni tarvitsevat harjoitusta?	1	6	3	3	3

16. Ennen Fattaluuta koulutusta koin, että sosiaaliset taitoni tarvitsevat harjoitusta?	2	5	0	7	2
---	---	---	---	---	---

Taulukko 1: Kokemukset elämänhallinnasta, arkirytmistä, itsetunnosta ja sosiaalisista taidoista ennen Fattaluuta koulutusta (n=16).

Kysymyksessä kaksitoista, kysyttiin kokivatko vastaajat tarvitsevansa enemmän tukea elämänhallintaan ennen Fattaluuta-koulutusta. Enemmistö vastaajista ilmoitti olevansa täysin samaa mieltä tai jokseenkin samaa mieltä. Kaksi miestä ja yksi nainen vastasivat olevansa täysin samaa mieltä ja puolet vastanneista vastasi olevansa jokseenkin samaa mieltä, heistä kuusi oli miehiä ja kaksi naisia. Jokseenkin erimieltä vastasi kaksi ja saman verran ilmaisi olevan ei samaa eikä erimieltä, täysin erimieltä oli yksi naisvastaaja. (Kts. taulukko 1 ja kuvio 3.)



Kuvio 3: Sukupuolijakauma kysyttäessä kokivatko vastaajat tarvitsevansa enemmän tukea elämänhallintaan ennen Fattaluuta-koulutusta (n=16).

Lähes kaikki vastaajat vastasivat olevansa täysin samaa mieltä ja jokseenkin samaa mieltä kysyttäessä tarvitsivatko he ennen Fattaluuta-koulutusta arkirytmisiä elämäänsä. Kahden vastaajan vastaukset jakautuivat, täysin erimieltä ja jokseenkin erimieltä vastuksiin. (Kts. taulukko 1.)

Kysymyksessä neljätoista kysyttiin vastaajien kokemusta itsetunnosta ennen Fattaluuta-koulutusta. Väittämän vastaukset jakautuivat kaikkien vastausvaihtoehtojen kesken. Seitsemän koki

olevansa täysin samaa mieltä tai jokseenkin samaa mieltä. Kaksi vastaajista vastasivat ei samaa eikä erimieltä, loput vastukset jakoutuivat täysin erimieltä ja jokseenkin erimieltä kesken. (Kts. taulukko 1.)

Kyselylomakkeeseen tulleen virheen vuoksi kysymykset viisitoista ja kuusitoista ovat identtiset. Kysymyksissä kysyttiin, että kokivatko vastaajat tarvitsevansa harjoitusta sosiaaliintaitoihin ennen Fattaluuta-koulutusta. Kysymyksessä viisitoista kolme vastasi olevansa täysin samaa mieltä, kysymyksessä kuusitoista kaksi vastasi olevansa täysin samaa mieltä. Jokseenkin samaa mieltä kysymyksessä viisitoista oli kolme, kun taas kysymyksessä kuusitoista sitä mieltä oli seitsemän. Ei samaa eikä erimieltä sai kysymyksessä viisitoista kolme vastausta, kysymyksessä kuusitoista ei yhtään. Jokseenkin erimieltä ja täysin erimieltä vastanneiden yhteismäärä pysyi kummassakin samana. (Kts. taulukko 1.)

5.3 Kokemukset elämänhallinnasta Fattaluuta-koulutuksen jälkeen

Tässä osiossa kysyttiin vastaajien kokemuksia siitä, miten he ovat kokeneet Fattaluuta-koulutuksen vaikuttaneen heidän elämänhallinnan eri osa-alueisiin ja rikoksettomaan sekä päihteettömään elämään. Ensimmäisessä taulukossa käsitellään vastaajien kokemusta siitä, että kokivatko he Fattaluuta-koulutuksesta olleen apua elämänhallintaan, arkirytmien saamiseen sekä sosiaalistaitojen kohentamiseen. Kysyttiin myös kokevatko he saaneensa onnistumisen kokemuksia koulutuksesta ja paransiko koulutus heidän mielestään heidän itseluottamusta.

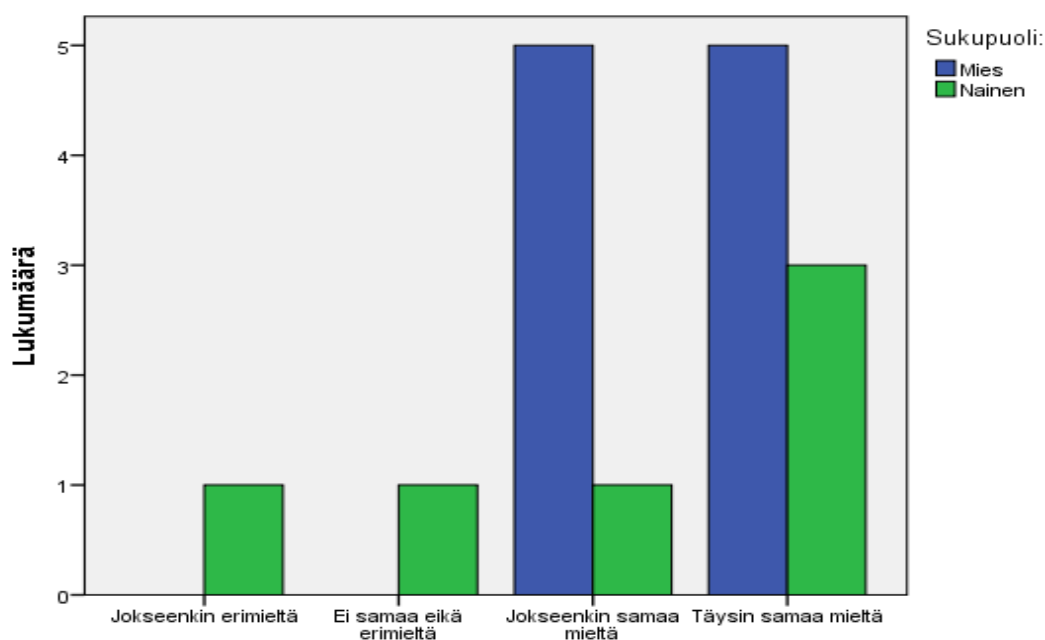
	1 täysin eri mieltä	2 jokseenkin eri mieltä	3 ei samaa eikä eri mieltä	4 jokseen- kin samaa mieltä	5 täysin sa- maa mieltä
17. Fattaluuta koulutus auttoi minua elämänhallinnan eri osa-alueiden kanssa?	1	2	2	8	3
18. Fattaluuta koulutuksen myötä sain elämäni arkirytmistä?	1	0	0	7	8
19. Sain Fattaluuta koulutuksesta onnistumisen tunteita?	1	0	1	6	8
20. Fattaluuta koulutus paransi itseluottamustani	0	1	1	9	5
21. Fattaluuta koulutuksen myötä sosiaaliset taitoni paranivat?	0	1	2	10	3

Taulukko 2: Kokemukset elämänhallinnasta, arkirytmistä, itseluottamuksesta, onnistumisen tunteesta ja sosiaalisista taidoista Fattaluuta-koulutuksen jälkeen (n=16).

Kysymyksessä seitsemäntoista kartoitettiin Fattaluuta-koulutuksen merkitystä elämänhallinnan eri osa-alueisiin. Yksitoista vastasi olevansa täysin tai jokseenkin samaa mieltä. Jokseenkin samaa mieltä vastanneista kuusi olivat miehiä ja kaksi olivat naisia. Kaksi vastaajista vastasi ei

samaa eikä erimieltä ja saman verran vastasi olevansa jokseenkin erimieltä, yksi vastaajista oli täysin erimieltä. Kysyttäessä koulutuksen myötä tulleesta arkirytmistä, jakautui vastaukset täysin ja jokseenkin samaa mieltä vastanneiden kesken, lukuun ottamatta yhtä täysin erimieltä vastausta. (Kts. taulukko 2.)

Kysymyksessä yhdeksätoista enemmistö vastaajista oli täysin tai jokseenkin samaa mieltä siitä, että Fattaluuta-koulutus toi onnistumisen tunteita. Yksi vastaaja vastasi olevansa täysin erimieltä ja yksi vastasi ei samaa eikä erimieltä. Myös kysyttäessä koulutuksen parantavasta kokemuksesta itseluottamukseen, niin suurin osa vastaajista oli täysin tai jokseenkin samaa mieltä. Yksi vastaajista oli jokseenkin erimieltä ja yksi ei samaa eikä mieltä. (Kts. taulukko 2 ja kuvio 4.)



Kuvio 4: Sukupuolijakauma kysyttäessä onnistumisen tunteesta (n=16).

Kyselylomakkeessa oli kysymyksen ”Fattaluuta-koulutus paransi itseluottamustani” kohdalla myös vapaan sanan alue johon sai halutessaan tähdentää miksi kokivat niin kuin vastasivat. Kaikki vapaan sanan vastaajista vastasi kysymykseen täysin tai jokseenkin samaa mieltä (n=4).

”Välillä tuli tunne, että en osannut auttaa tarpeeksi. Se tuntui pahalta. Ja pelkäsin antavani vahingossa väriä tietoja.”

Vastaajat vastasivat saaneensa itseluottamusta asioiden hoitoon sekä muiden auttamiseen ja varmuutta virastoasiointiin. Itsevarmuutta koettiin tulleen tiedon mukana. Yksi vastaajista kertoi kokeneensa paha mieltä tunteesta, ettei osaisi auttaa tarpeeksi muita koulutuksen aikana.

Kyselylomakkeen selite tekstissä sosiaalisia taitoja avattiin seuraavanlaisesti. ”Päihdekuntoutujalla on yleensä vaikeuksia luoda luotettavia ihmissuhteita. Sosiaaliset tilanteet jo itsessään saattavat aiheuttaa jännittyneisyyttä ja ahdistusta sekä uusien ihmissuhteiden luominen voi olla haastavaa ja pelkästään uusien ihmisten tapaaminen voi olla ahdistusta aiheuttavaa. Sosiaaliset taidot sisältää mm. empatian ja herkkyyden havaita toisen ihmisen mielentiloja.”

Kysyttäessä sosiaalisten taitojen paranemisesta Fattaluuta-koulutuksen myötä, niin kolmetoista vastaajista ilmoitti olevansa täysin tai jokseenkin samaa mieltä. Kaksi vastaajaa vastasi ei samaa eikä erimieltä ja yksi vastaaja on jokseenkin samaa mieltä. (Kts. taulukko 2.)

Kysymys kaksikymmentäkaksi oli vapaan sanan alue onnistumisen kokemuksista, itsetunnosta, sosiaalisista taidoista ja arjen hallinnasta (n=11). Kaikki vapaan sanan vastaukset olivat myönteisiä. Vastaajat kertoivat saaneensa onnistumisen kokemuksia, kun pystyivät auttamaan muita sekä huomattessaan itse kehittyvänsä sosiaalisissa taidoissa ja itsehallinnassa.

”Onnistumisen tunteita tuli siitä, kun pääsi auttamaan ihmisiä ja pystyi auttamaan.”

”Sain koulutuksessa vahvistusta sosiaalisiin taitoihini ja luottamuksen että selviydyn tilanteissa.”

”Ilman Fattaluuta -koulutusta en olisi uskaltanut ollenkaan hakeutua ihmisten pariin. Koulutus antoi hyvän syyn tulla Stoppiin, koska en olisi uskaltanut vain kävellä sisään sinne. Ennen koulutusta kärsin pahoista ja lähes lamaannuttavista sosiaalisten tilanteiden peloista, jotka hälvenivät huomattavasti koulutuksen aikana. Sain valtavasti tukea kaikilta ihmisiltä Stopissa ja olen siitä todella kiitollinen ja onnellinen.”

Vastauksista kävi ilmi, että koulutuksen tuomaa tietoperustaa hyödynnetään myös Fattaluuta-koulutuksen jälkeen. Vastauksista nousi myös esiin, että koulutus on ollut erittäin tärkeä kannustin ihmistenpariin ja on helpottanut työelämää palaamista. Elämä koettiin helpompana nykyään työelämässä Fattaluuta-koulutuksen ja Stop Huumeille ry:n toimintaympäristön ansiosta. Koettiin, että sosiaaliset taidot ja rohkeus mennä sosiaalisiin tilanteisiin parantui koulutuksen myötä ja uusien ihmissuhteiden sekä kontaktien luominen koettiin helpompana. Koulutuksen koettiin myös tuovan arkeen rytmiä ja tunteen, että on mukana merkityksellisessä toiminnassa.

Seuraavassa taulukossa kerrotaan vastaajien vastaukset siitä, että kokivatko he Fattaluuta -koulutuksen parantaneen heidän omaa virasto asiointia, asiointitaitoja ja kokemusta siitä pystyvätkö he auttamaan muita virasto asiointissa koulutuksen käytyään.

	1 täysin eri mieltä	2 jokseenkin eri mieltä	3 ei samaa eikä eri mieltä	4 jokseen- kin samaa mieltä	5 täysin sa- maa mieltä
23. Fattaluuta koulutuksen jäl- keen oma virasto asiointini oli su- juvampaa?	0	0	1	5	10
24. Omat asiointi-taitoni paran- tuivat Fattaluuta koulutuksen myötä?	0	0	0	7	9
25. Fattaluuta koulutuksen käy- tyäni pystyn auttamaan muita vi- rasto asiointissa?	0	0	0	6	10

Taulukko 3: Vastaajien kokemukset virasto asiointin sujuvuudesta ja asiointitaitojen parantu-
misesta koulutuksen jälkeen (n=16).

Kysymyksessä kaksikymmentäkolme kysyttiin oman virasto asiointin sujuvuutta Fattaluuta-kou-
lutuksen jälkeen. Kyselylomakkeen selitetekstissä virasto asiointia avattiin seuraavanlaisesti.
”Virasto asiointiksi luokitellaan esim. oikeiden lomakkeiden etsiminen ja niiden täyttäminen.
Tietous siitä mikä virasto hoitaa mitäkin asiaa, esim. sosiaalitoimisto ja KELA.” Yksi vastaajista
vastasi ei samaa eikä erimieltä. Loput viisitoista vastaajaa vastasi olevansa täysin tai jokseenkin
samaa mieltä. Kysyttäessä asiointi taidoista, tämä avattiin kyselylomakkeen selitetekstissä seu-
raavanlaisesti. ”Asiointitaidoilla tarkoitetaan ihmisen henkilökohtaista toimijuutta hoitaa ar-
jenhallinnan kannalta oleellisia asioita. Asiointiksi luokitellaan esimerkiksi pankki asioiden hoi-
taminen, kaupassa ja terveyskeskuksessa käyminen. Tällaisissa paikoissa ihminen tarvitsee asi-
ointi taitoja, joita ne ovat esimerkiksi asian esittäminen, jonottaminen, vuoron odottaminen,
kohteliaisuus ja maksaminen.” Enemmistö vastaajista vastasi kysymykseen olevansa täysin sa-
maa mieltä, seitsemän ilmoitti olevansa jokseenkin samaa mieltä. Kysyttäessä kykyä auttaa
muita virasto asiointissa koulutuksen jälkeen, vastasi kymmenen vastaajaa olevansa täysin sa-
maa mieltä, loput vastaajat vastasivat olevansa jokseenkin samaa mieltä kysyttäessä kykyä
auttaa muita virasto asiointissa. (Kts. taulukko 3.)

Kysymys kaksikymmentäkuusi oli vapaan sanan kohta asiointitaidoista. Vastaajat (n=10) kokivat
vahvasti, että omat asiointitaidot olivat parantuneet koulutuksen myötä. Koulutuksen koettiin
auttavan omaa virastoasiointia, koska vastaajat kokivat, että tietävät nyt paremmin eri viras-
tojen toiminta alueet sekä eri lomakkeiden tarkoitukset.

*”Nyt selviän kaikkien virastojen kanssa. Ennen jo pelkkä lomakkeen näkeminen
aiheutti ahdistusta.”*

”Osaan hakea avun oikeasta paikasta sekä selvittää mistä apua saa.”

”Nykyään olen ihan samurai noissa virastoasioissa.”

”Osaan tehdä tänä päivänä kaikki itse ja en tarvii oikeestaan enää apua virastoasioiden yhteydessä.”

Koulutus nähtiin hyvin opettavaisena koskien virasto asiointia, omien asiointi taitojen koettiin parantuneen koulutuksen myötä. Vastajaat kokivat, että pystyvät koulutuksen myötä olemaan täysin tai lähes täysin itsenäisiä virasto asioiden yhteydessä.

Seuraavassa taulukossa esitellään koulutuksen käyneiden vastaukset siihen, että kokevatko he, että koulutus on auttanut heitä ylläpitämään päihteetöntä ja rikoksetonta elämää sekä miten he näkevät koulutuksen vaikuttaneen heidän suhtautumiseen rikoksiin ja päihteitä kohtaan.

	1 täysin eri mieltä	2 jokseenkin eri mieltä	3 ei samaa eikä eri mieltä	4 jokseen- kin samaa mieltä	5 täysin sa- maa mieltä
27. Fattaluuta koulutus on auttanut minua kokonaisvaltaisesti ylläpitämään rikoksetonta elämäntapaa?	3	1	5	3	4
28. Fattaluuta koulutus on auttanut kokonaisvaltaisesti minua ylläpitämään päihteetöntä elämäntapaa?	3	0	8	4	1
29. Fattaluuta koulutus on muuttanut suhtautumistani päihteisiin	2	1	9	2	2
30. Fattaluuta koulutus on muuttanut suhtautumistani rikoksiin	1	2	3	5	5

Taulukko 4: Vastajien kokemukset koulutuksen vaikuttavuudesta päihteettömään ja rikoksetomaan elämään sekä koulutuksen myötä muuttunut suhtautuminen päihteisiin ja rikoksiin (n=16).

Kysymyksissä kaksikymmentäseitsemän ja kaksikymmentäkahdeksan kysyttiin Fattaluuta-koulutuksen vaikutusta rikoksettomaan ja päihteettömään elämäntavan ylläpitämiseen. Seitsemän vastaajista vastasi olevansa täysin tai jokseenkin samaa mieltä kysyttäessä koulutuksen avusta ylläpitämään rikoksetonta elämäntapaa. Viisi vastaajaa ilmoitti olevansa ei samaa eikä erimieltä. Jokseenkin erimieltä oli yksi ja täysin erimieltä oli kolme vastaajaa. Kysyttäessä koulutuksen vaikutuksesta päihteettömään elämäntavan ylläpitämiseen, vastasi viisi olevansa täysin tai jokseenkin samaa mieltä. Kahdeksan vastaajista vastasi ei samaa eikä erimieltä. Kolme vastaajaa ilmoitti olevansa täysin erimieltä. (Kts. taulukko 4.)

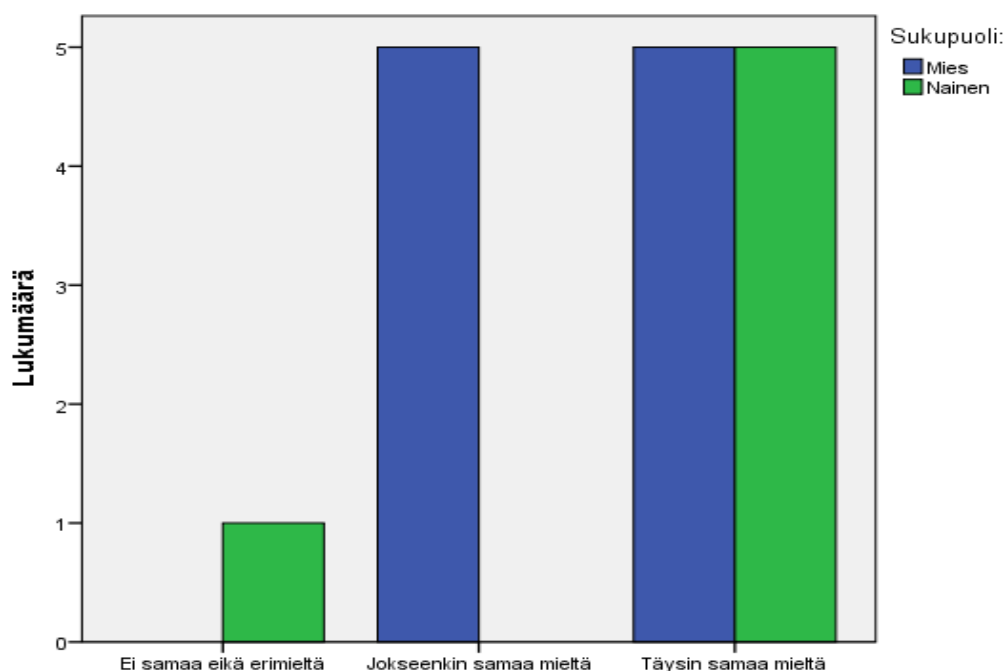
Kyselylomakkeessa kysyttiin, että onko Fattaluuta-koulutus muuttanut vastaajien suhtautumista päihteisiin tai rikoksiin. Neljä vastaajista ilmoitti tasapuolisesti olevansa täysin tai jokseenkin samaa mieltä siitä, että koulutus on muuttanut suhtautumista päihteisiin. Yhdeksän vastasi ei samaa eikä erimieltä. Kolme vastaajista vastasi jokseenkin erimieltä tai täysin erimieltä. Kysyttäessä Fattaluuta-koulutuksen vaikutusta suhtautumisesta rikoksiin, vastasi selvä enemmistö olevansa täysin tai jokseenkin samaa mieltä. Kolme vastaajaa oli jokseenkin tai täysin erimieltä ja kolme vastasi olevansa ei samaa eikä erimieltä. (Kts. taulukko 4.)

Seuraavassa taulukossa esitetään vastaajien vastaukset kysymykseen, että onko koulutus auttanut heitä työllisyyspolkujen löytämisessä. Taulukossa esitetään myös vastaajien vastaukset siitä, miten he näkevät, että koulutuksessa vertaisena toimiminen on auttanut heitä itseään päihdekuntoutumisessa ja uusien sosiaalisten suhteiden luomisessa.

31. Vertaisena toimiminen on auttanut minua itseäni päihdekuntoutumisessa	1	1	1	4	9
32. Vertaistuki auttoi minua luomaan uusia sosiaalisia suhteita? (Uusia kavereita/ystäviä)	0	0	0	8	8
33. Fattaluuta koulutus on luonut mahdollisuuksia työllisyyspolkujen löytämiseen?	0	0	1	5	10

Taulukko 5: Vastaajien kokemukset vertaisuuden vaikuttamisesta omaan päihdekuntoutukseen ja uusien sosiaalisten suhteiden luomiseen sekä kokemus koulutuksen vaikuttavuudesta työllisyyspolkujen löytymiseen (n=16).

Selvä enemmistö vastaajista kertoi olevansa täysin tai jokseenkin samaa mieltä siitä, että koulutus on auttanut heitä omassa päihdekuntoutumisessa. Loput kolme vastausta jakautui tasaisesti muiden vastaus vaihtoehtojen kesken. Vertaisena toimiminen koettiin myös auttaneen omassa päihdekuntoutumisessa. Kaikki vastaukset kysymykseen vertaisuudesta jakautui tasan, täysin ja jokseenkin samaa mieltä vaihtoehtojen kanssa. Lähes kaikki vastaajat, viisitoista, vastasi olevansa täysin tai jokseenkin samaa mieltä siitä, että Fattaluuta -koulutus on luonut mahdollisuuksia työllisyyspolkujen löytymiseen, vastaukset jakautuvat myös tasan miesten ja naisten välillä. (Kts. taulukko 5 ja kuvio 5.)



Kuvio 5: Sukupuolijakauma kysyttäessä onko Fattaluuta-koulutus on luonut mahdollisuuksia työllisyyspolkujen löytymiseen (n=16).

Kysymys kolmekymmentäneljä oli vapaan sanan kenttä onnistumisen kokemuksista päihteettömästä ja rikoksettomasta elämästä sekä siitä mitkä asiat ovat vaikuttaneet niihin (n=7).

Yhtä vastausta lukuun ottamatta koettiin vertaisuus erilaisissa toteutumisen muodoissa erittäin tärkeänä päihteettömän elämän ylläpitämisenä ja onnistumisen kokemuksen luojana. Eri vertaisuuden muodoista nousi esiin päihdekuntoutumisen päivätoimintakeskukset, oma raitis kaveripiiri ja erilaiset keskusteluryhmät, kuten Nimettömät Narkomaanit.

”Kiinnittyminen raittisiin päihteettömiin ystäviin ja stopin toimintaan on ollut todella tärkeää, kun yksin ei selviä.”

”Fattaluuta-koulutus toi minut Stoppiin ja sain sieltä tukea, jota todellakin tarvitsin. STOP pilaiset ymmärsivät minua ja osasivat tukea erittäin hyvin, koska siellä ihmisillä oli samanlaisia kokemuksia kuin minulla”

Fattaluuta-koulutus nähtiin tässäkin vapaan sanan kohdassa tärkeänä ponnahduslautana ihmisten pariin. Rohkaisun ja tuen saaminen muilta päihdekuntoutujilta nähtiin tärkeänä, yksin päihdekuntoutumisen läpi viemistä menestyksekkäästi pidettiin lähes mahdottomana.

Kohdassa kolmekymmentäviisi oli vapaa sana vertaisuudesta ja vertaisena toimimisena (n=10). Kaikki vastaukset olivat myönteisiä riippumatta siitä vastasivatko vastaajat vertaisena toimimisesta vai vertaisuuden merkityksestä omaan kuntoutumiseen. Vertaisena toiminen nähtiin voimavarana omaan päihdekuntoutumiseen.

”Vertaistuki on minusta yksi vahvimmista hoidon ja avun muodoista.”

”Ilman vertaistukea en pysyisi raittiina ja sen vuoksi yritän itse olla tarvittaessa myös tukena.”

”Saan onnistumisen kokemuksia auttamistyössä sekä oma päihhteettömyyteni ja tunne elämässä olemisesta vahvistuu.”

Vastaajat kokivat mielekkäänä vertaisena toimimisen koska saavat antaa takaisin päin sitä, mitä ovat itse saaneet vertaistuesta. Vastaajat kokivat saaneensa onnistumisen tunteita vertaisena toimimisesta ja lisäksi heidän tarttumapinta omaan elämään on kasvanut vertaisuuden myötä. Vertaisentuen nähtiin myös auttavan paremmin päihdekuntoutujaa verraten tuen antajaan, joka ei ole itse kokenut samaa.

Kyselylomakkeen lopussa oli kenttä vapaalle sanalle (n=9). Kohdassa toivottiin Fattaluuta -koulutuksen jatkumista ja laajentumista muille paikkakunnille. Vastaajat myös kirjoittivat koulutuksen johtohenkilöille ja tämän opinnäytetyön tekijälle terveisiä sekä kiitoksia, että tällaisia kyselyitä tehdään.

”Fattaluuta -koulutus on parasta mitä minulle on pitkään aikaan tapahtunut.”

”Fattaluuta -koulutus on ehdottomasti loistava juttu.”

”Fattaluuta toiminnasta olen saanut paljon kontakteja tulevaa työelämään ja sain kokemusta ryhmien pyörittämisestä.”

Fattaluuta-koulutus ja koko Stop Huumeille ry:n toimintaympäristö nähtiin tarpeellisena ja toivoa herättävänä omaa kuntoutuspolkua ajatellen.

6 Johtopäätökset

Tässä luvussa haen vastauksia tutkimuskysymyksiin sekä teen tuloksien pohjalta johtopäätökset, peilaten niitä opinnäytetyöni teoreettiseen viitekehykseen. Opinnäytetyöni tutkimuskysymyksenä oli; Miten Fattaluuta-koulutus tukee päihdekuntoutujan päihdekuntoutusprosessia, arjen hallinnan taitoja ja rikollisuudesta irrottautumista? Lisäksi tarkoitukseni oli peilata opinnäytetyöstä saatuja vastauksia Fattaluuta -hankkeen tavoitteisiin.

6.1 Fattaluuta-koulutus päihdekuntoutusprosessin tukijana

Opinnäytetyön tuloksista käy ilmi, ettei raittiuden ajalla ole sinällään merkitystä koulutuksen aloittamiselle tai läpiviemiselle. Opinnäytetyön tuloksien mukaan kohderyhmä suhtautui myönteisesti, että Fattaluuta-koulutus oli auttanut heitä kokonaisvaltaisesti pitämään yllä päihtetöntä elämää ja muuttanut yleisesti jonkin verran heidän suhtautumistaan päihteisiin. Tärkeintä on ihmisen oma muutosmotivaatio ja halu vähentää tai lopettaa haitalliset toiminnot. Päihteidenkäytön lopettaminen saattaa olla pitkäprosessi ja päihdekuntoutuja voi kokea tarvitsevansa apua raittiuteensa vielä vuosikymmenien jälkeen. Pysyvä päihteidenkäytön lopettaminen vaatii myös kokonaisvaltaisen elämäntavan muutoksen lisäksi ajattelutavan muutosta. (Julkunen & Nyberg-Hakala 2010, 11, 16, 31; Koski-Jännes, Riittinen & Saarnio 2008, 31-34.)

Opinnäytetyön tuloksista kävi ilmi, että reilusti yli puolet vastanneista koki tarvitsevansa enemmän tukea elämänhallintaan ennen Fattaluuta-koulutuksista, vastauksista pystyttiin todentamaan, että saman verran vastanneista koki myös saaneensa koulutuksesta apua elämänhallinnan eri osa-alueisiin, myös korrelaatiokerroin vahvisti tätä. Tuloksien perusteella miehet kokivat tarvitsevansa naisia enemmän tukea elämänhallintaan. On selvää, että koulutus on auttanut elämänhallinnassa ja sen eri osa-alueissa heitä, ketkä ovat kokeneet tarvitsevansa niihin apua ja tukea. Näin ollen myös vuosille 2015-2018 kirjattu yksi Fattaluuta -koulutuksen hankesuunnitelman omista tavoitteista täyttyy. Opinnäytetyöni tuloksien mukaan Fattaluuta -koulutuksella on myös merkittävä rooli arkirytmien löytymiseen.

Kuntoutujan lähtiessä raittiuden polulle, ei hänellä välttämättä ole olemassa raittiita sosiaalisia kontakteja, jotka tukisivat raittiutta. Siksi on tärkeää, että kuntoutuja saa kontakteja raittiisiin toimintoihin ja ihmisiin. Erilaiset kuntouttavat toiminnot ovat tärkeitä tukipilareita kuntoutujan matkalla yhteiskunnan normeihin. (Häkkinen 2015, 29, 30-32.) Onnistumisen kokemukset ovat päihdekuntoutujalle erittäin tärkeitä, sillä ne luovat uskoa omaan itseensä ja varmuutta kuntoutumiseen. Itsensä merkityksekkääksi tunteminen, on voimaannuttavaa myös vertaisen oman kuntoutumisen kannalta. (Virokangas, Osolanus & Varonen 2015, 11, 23.) Opinnäytetyössä Fattaluuta-koulutus nähtiin positiivisena ponnahduslautana ihmistenpariin ja tuloksista tuli kiis-

tämättä ilmi, että vertaisuus koulutuksessa on kaikessa muodossa ollut vain positiivista. Opin­näytetyön tuloksista saatujen vastauksien perusteella voidaan siis todeta, että vertaisuus Fattaluuta-koulutuksessa on myös vertaisen omassa päihdekuntoutumisprosessissa olennaista ja suuri vaikuttaja. Vertaisena toimiminen toi tulosten perusteella heille tunteen siitä, että on tarpeellinen. Lisäksi se antoi onnistumisen kokemuksia sekä hyvänmielen siitä, että he pystyivät auttamaan muita. Opin­näytetyön tulosten perusteella vastaajat kokivat saaneensa onnistumisen kokemuksia Fattaluuta-koulutuksesta.

Fattaluuta-hankkeen yhtenä tavoitteena on edesauttaa päihdekuntoutujan integroitumaan yhteiskuntaan ja parantaa heidän työllisyyspolkuja (Fattaluuta hankesuunnitelma 2015-2018). Opin­näytetyöstäni saadut tulokset ovat samansuuntaisia mitä Fattaluuta-hankkeen omista palautekyselyistä on saatu. Opin­näytetyöstä saatujen tuloksien perusteella Fattaluuta-koulutus on auttanut koulutuksen käyneitä kohti työelämää. Opin­näytetyön tuloksista selviää myös, että koulutuksesta saatuja oppeja on käytetty työelämässä myöhemmässä vaiheessa. On perustelua sanoa, että Fattaluuta-koulutus tukee päihdekuntoutumista.

7.2 Valmiuksia toimijuuteen ja arjenhallinnan taitoihin

Päihdeongelmainen on usein joutunut kohtaamaan elämässään niin fyysisiä kuin henkisiäkin haasteita. Useiden pettymyksien jälkeen saattaa päihdeongelmaisen itsetunto olla melko heikko ja hän saattaa tuntea huonommuutta verrattuna muihin ihmisiin. Hän esimerkiksi saattaa ajatella, ettei sovi kaikkiin sosiaalisiin ympyröihin. Virastoasioinnissa tunteet omasta riittämättömyydestä ja virkailijoiden vähättelevästä, epäluuloisesta tai tuomitsevasta asenteesta ovat yleisiä. Selvitäkseen arkielämässä ilman päihteitä joutuu päihdekuntoutuja opettelemaan monia taitoja uudestaan. Yleensä jo kuntoutuksen alussa kuntoutuja alkaa pitämään itsestään paremmin huolta, mutta vaikka itsestään huolehtiminen alkaisikin sujua, on kuntoutujalla yleensä jäänyt hoitamatta arkielämään liittyviä asioita ja näiden asioiden hoitaminen ilman päihteitä saattaa olla hyvinkin vaikeaa ja ylitsepääsemätöntä. Saattaa olla, että kuntoutujalle asioiden hoitaminen puhelimitse on saavutus, puhumattakaan kasvo­votusten tapahtuvasta kanssakäymisestä. Julkisen liikenteen käyttökin saattaa olla ahdistavaa ja ylitsepääsemätöntä, joten silloin arkielämälle tarpeelliset asioiden hoitamiset saattavat jäädä hoitamatta. (Julkunen & Nyberg-Hakala 2010, 24-26; Miikkulainen 2012, 23.)

Asiointitaidoilla tarkoitetaan ihmisen henkilökohtaista toimijuutta hoitaa arjenhallinnan kanalta oleellisia asioita. Asioinniksi voidaan luokitella esimerkiksi pankkiasioiden hoitaminen, kaupassa ja terveyskeskuksessa käyminen. Tällaisissa paikoissa ihminen tarvitsee asiointi taitoja. Asiointitaitoja ovat esimerkiksi asian esittäminen, jonottaminen, vuoron odottaminen, kohteliaisuus ja maksaminen. (Kerola, Kujanpää & Kallio 2013, 11.) Opin­näytetyön tuloksien

mukaan Fattaluuta-koulutus paransi vastaajien itseluottamusta, opinnäytetyöstä saatujen tulosten mukaan myös asiointitaitojen ja oman virastoasioinnin koettiin parantuneen. Opinnäytetyön tuloksista ilmeni, että moni vastaaja koki erityisesti virasto asioinnin ahdistavana, mutta kokivat Fattaluuta-koulutuksen luoneen itsevarmuutta virastoasiointiin. Fattaluuta-koulutuksen jälkeen vastaajat kokivat pystyvänsä auttamaan myös muita virastoasioinnissa.

Sosiaalisia taitoja tarvitaan selviytyäkseen sosiaalisista tilanteista. Sosiaaliset taidot sisältävät muun muassa empatian ja herkkyyden havaita toisen ihmisen mielentiloja. Päihde kuntoutujalla on yleensä vaikeuksia luoda luotettavia ihmissuhteita. Sosiaaliset tilanteet jo itsessään saattavat aiheuttaa jännittyneisyyttä ja ahdistusta sekä uusien ihmissuhteiden luominen voi olla haastavaa ja pelkästään uusien ihmisten tapaaminen voi olla ahdistusta aiheuttavaa. Pitemmän päälle kuntoutuja ei voi vältellä sosiaalisia tilanteita ja siksi sosiaalisia taitoja olisikin syytä harjoittaa. Virastoasiointit ovat yleensä haastavia, juuri sosiaalisten tilanteiden pelon ja ahdistuksen takia. (Julkunen & Nyberg-Hakala 2010, 25, 31-32; Keltikangas 2010, 17-18.) Opinnäytetyön tuloksien mukaan voidaan vahvasti päätellä, että vertaisuus on auttanut Fattaluuta-koulutuksen käyneitä luomaan uusia sosiaalisia suhteita. Riippumatta siitä kokiko vastaaja tarvitsevansa harjoitusta sosiaalisiin taitoihin ennen Fattaluuta-koulutusta, niin sosiaalisten taitojen koettiin parantuvan Fattaluuta-koulutuksen myötä.

6.2 Muutos suhtautumisessa rikollisuudesta irrottautumiseen

Päihteidenkäyttö ja rikollisuus usein kulkevat käsi kädessä. Pelkästään alkoholin vaikutuksen alaisena tehdään 80 prosenttia henkirikoksista. Ongelma päihteidenkäyttö irrottaa käyttäjänsä kauemmaksi kontrollin lähteistä, jotka auttavat tasapainoisessa rikoksettomassa arkielämässä. Tällaisina kontrollin lähteinä voidaan pitää työpaikkaa ja parisuhdetta. Päihderiippuvuus on riski syrjäytymiseen ja päihteidenkäytön takia saatetaan menettää työpaikka, asunto tai ajautua rikolliseen toimintaan. (Julkunen & Nyberg-Hakala 2010, 11, 16, 31; Kivivuori 2013, 20, 132-133, 214; Rikosseuraamuslaitos 2012.) Opinnäytetyön tuloksien perusteella Fattaluuta-koulutus tukee päihteidenkäyttäjän menetettyjen kontrollin lähteiden takaisin saavuttamista. Opinnäytetyön tuloksien mukaan Fattaluuta-koulutus on selvästi muuttanut vastaajien suhtautumista rikoksiin ja vaikuttanut jonkin verran kokonaisvaltaisesti pitämään yllä rikoksetonta elämäntapaa.

Opinnäytetyön tuloksien perusteella kukaan Fattaluuta-koulutuksen käynyt, ei ole suorittanut vankeusrangaistusta Fattaluuta-koulutuksen jälkeen. Kokonaisotannasta melkein puolet oli suorittanut vankeusrangaistuksen jossakin vaiheessa elämäänsä ennen Fattaluuta-koulutusta. Fattaluuta hankesuunnitelmaan 2015-2018 on kirjattu tavoitteeksi päihdekuntoutujien yhteiskuntaan integroitumisen tukeminen. Opinnäytetyön tuloksista voidaan päätellä, että Fattaluut-koulutus auttaa kokonaisvaltaisesti pääsemään irti päihteistä ja rikollisesta elämäntavasta sekä

auttaa ylläpitämään päihteetöntä ja rikoksetonta elämätapaa ja näin ollen helpottaa kuntoutujien integroitumista yhteiskuntaan.

7 Pohdinta

Tässä luvussa reflektoin omaa ammatillisuuttani. Lisäksi pohdin opinnäytetyöni eettisyyttä ja luotettavuutta, sekä tuon esille omaa näkökulmaani opinnäytetyön hyödyllisyydestä ja kehittämisideoita sekä jatkotutkimusehdotuksia opinnäytetyöstäni.

7.1 Oman ammatillisen toiminnan reflektointi

Opinnäytetyöprosessi oli opettavainen, antoisa ja vaativa. Koin, että kokonaisuudessaan opinnäytetyöprosessi vahvisti ja syvensi omaa oppimistani ja itsetuntemusta sekä ammattiosaamista. Opittujen asioiden lisäksi mielestäni kirjallinen ilmaisutaitoni on kehittynyt opinnäytetyöprosessin aikana. Tämä oli ensimmäinen kerta, kun tein tutkimusta, joten opeteltavia asioita opinnäytetyöprosessista ja sisällöstä oli paljon. Ajoittain prosessi tuntuikin vaikealta.

Opinnäytetyön ansiosta koin hahmottavani päihdekuntoutumisen polkua enemmän ja ymmärrykseni kuntoutumisen kokonaisprosessiin on vahvistunut. Päihteiden ongelma käyttö ja rikollisuus kulkee usein käsi kädessä, niin tällöin koen saaneeni opinnäytetyön tekemisestä myös tärkeää ammatillista tietoa ajatellen koko rikosseuraamusalaa. Vaikka Fattaluuta-hanke oli minulle jo entuudestaan tuttu ja tunsin joitakin Fattaluuta-koulutuksen käyneitä ennalta, niin koko opinnäytetyöprosessin ajan toimin ammatillisesti. Pidin työelämän ajan tasalla opinnäytetyöprosessistani ja otin kirjallisessa tuotoksessa huomioon heidän näkemyksensä ja korjaus ehdotukset koko prosessin aikana.

Opinnäytetyöni idea syntyi yhdessä työelämän kanssa. Opinnäytetyöprosessin alussa mietin työn suuntaa, silloin oli mukava saada tukea ajatuksiin opinnäytetyön ohjaajan lisäksi työelämältä. Vaikka tein opinnäytetyöni yksin, koen silti saaneeni tukea koko opinnäytetyöprosessin ajan työelämältä ja opinnäytetyöni ohjaajalta. Sain myös ohjausta määrällisten aineiden opettajalta tehdessäni opinnäytetyön analyysia. Opinnäytetyöprosessin aikana opin itsestäni ja toimintataivoistani paljon. Ajoittain opinnäytetyöprosessissani omat voimavarani olivat todella vähissä, joten olen erittäin kiitollinen saamastani tuesta ja kannustuksesta.

7.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyöni tutkimusluvan sain kesäkuussa 2017 (liite 2). Pohdin opinnäytetyöni toteutus tapaa monelta kannalta. Yksi ratkaiseva tekijä oli vastaajien tunnistettavuus. Päädyin sähköi-

seen kyselylomakkeeseen (liite 1). Opinnäytetyönprosessissani noudatin tiedeyhteisön tunnustamia toimintatapoja. Toimin rehellisesti ja luotettavasti kaikessa toiminnassani. Tulosten tallentamisessa, esittämisessä ja niiden analysoinnissa olen noudattanut avointa ja vastuullista toimintatapaa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2012, 3-6.)

Päädyin sähköiseen kyselylomakkeeseen pitkän pohdinnan jälkeen, varmistaakseni vastaajien anonymiteetin sekä koin saavani mahdollisesti kattavamman otannan kohderyhmästä sähköisellä kyselylomakkeella. Sähköisen kyselylomakkeen pilotoin ennen julkaisua. Tulosten analysointi vaiheessa huomasin kyselylomakkeessa tahattoman tuplakysymyksen. Tarkasteltaessa näiden kahden identtisen kysymyksen korrelaatiokerrointa ($r=0,794$), osoitti korrelaatiokerroin vastaajien vastanneen samansuuntaisesti identtisiin kysymyksiin. Korrelaatiokertoimella mitataan muuttujien välisen yhteyden voimakkuutta. Mitä lähempänä korrelaationkertoimen arvo on lähellä lukua 1, sitä voimakkaampi on muuttujien välinen lineaarinen, eli suoraviivainen yhteys. (Holopainen & Pulkkinen, 233-235.)

Aineiston keräyksen kokemistani haasteista huolimatta koin opinnäytetyöprosessini aikana tehneeni oikean päätöksen käyttää sähköistä kyselylomaketta. Opinnäytetyön luotettavuuden kannalta mietitytti riski vastaaja kadosta, etukäteen en voinut tietää, kuinka moni tulisi sähköiseen kyselylomakkeeseen vastaamaan. Opinnäytetyön tekijänä olin tarkka siitä, että työelämä ja vastaajat ymmärsivät opinnäytetyöni tarkoituksen ja vastauksien täydellisen luottamuksellisuuden sekä identiteettisuojaan. Ennen opinnäytetyötä olin ollut Stop Huumeille ry:llä ammatillisten menetelmien työharjoittelussa. Harjoittelun aikana tutustuin myös Fattaluuta-hankkeeseen. Vaikka koin mielekkäänä opinnäytetyön tekemisen jo itselleni tutusta aiheesta, koin silti opinnäytetyön aikana, ettei aiempi tuntemus Fattaluuta-hankkeesta tai Stop Huumeille ry:stä vaikuttanut opinnäytetyöprosessiini.

Opinnäytetyöprosessissani koin haastavimmaksi tehdä kyselylomakkeen, joka olisi kattava ja tuloksellinen sekä antaisi tuloksia tutkimuskysymyksiini. Pohdin kyselylomakkeen sisältöä yhdessä työelämän ja opinnäytetyöni ohjaajan kanssa. Näin jälkikäteen näen kyselylomakkeessa joitakin väittämiä, jotka olisi pitänyt muotoilla toisin, paremman vastaussisällön saavuttamiseksi. Koin kuitenkin, että kyselylomake oli tuloksellinen ja sisällön antaneen vastaukset tutkimuskysymyksiin.

Opinnäytetyön tuloksia peilasin suunnitelman mukaisesti teoreettiseen viitekehykseen ja Fattaluuta-hankkeen omiin palautekyselyjen vastauksiin. Opinnäytetyöstäni saadut tulokset olivat samansuuntaisia, mitä Fattaluuta-hankkeen omista palautekyselyistä oli saatu. Mielestäni tämä kertoo opinnäytetyön luotettavuuden puolesta. Opinnäytetyöni otannan tulos jäi puoleen siitä mikä se olisi voinut olla. Koen otannan määrän silti positiivisena, ottaen huomioon haasteellisen materiaalin ja Fattaluuta-koulutuksen käyneiden kokonaismäärän. Mielestäni opinnäytetyö on

luotettava ja se on yleistettävissä. Fattaluuta-hankeen isoimpana tavoitteena on edesauttaa päihdekuntoutujien kokonaisvaltaista integroitumista yhteiskuntaan. Myös rikosseuraamuslaitoksen ja koko rikosseuraamusalan yhtenä suurempana tavoitteena on edesauttaa rikoksenteikijän integroitumista takaisin yhteiskunnan normeihin ja vähentää rikollista käyttäytymistä. Rikokset ja päihteet kulkevat usein käsikädessä, niin Fattaluuta-hanke tukee toimillaan myös rikosseuraamusalan tavoitteita.

7.3 Opinnäytetyön hyödyllisyys ja kehittämissuhteet

Fattaluuta-hanke sai pysyvän rahoituksen Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksesta (STEA:lta) vuoden 2018 helmikuussa. Pysyvästä rahoituksesta huolimatta heidän vastuullaan on raportoida vuosittain avustuksen antajalle. Fattaluuta-hanke voi käyttää Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuselle raportoidessaan opinnäytetyöstä saatuja tuloksia hyödyksi. Lisäksi he voivat hyödyntää opinnäytetyöstä saatuja tuloksia Fattaluuta-hankkeen arvioinnissa ja kehittämisessä. Fattaluuta-hanke pystyy myös hyödyntämään opinnäytetyötäni heidän omassa viitekehityksessään ja kirjallisissa materiaaleissa.

Pohtiessani opinnäytetyöni kehittämisehdotuksia pidän tärkeänä Fattaluuta-hankkeen sisällön kehittämistä ja arviointia. Mielestäni Fattaluuta-koulutuksen mallin laajennettua muualle suomeen ja koulutuksen käyneiden kokonaismäärän noustessa olisi tarpeellista tehdä samansuuntainen tutkimus joka hakisi tutkimuskysymyksiä Fattaluuta-hankkeen omista tavoitteista. Seurantatutkimus Fattaluuta-koulutuksen käyneiden kokonaismäärän kasvaessa olisi myös mielenkiintoinen. Opinnäytetyöni on pääsääntöisesti määrällinen, niin jatkotutkimuksena opinnäytetyöstäni voisi olla laadullinen tutkimus, jolla syvennettäisiin opinnäytetyöstäni saatuja tuloksia. Opinnäytetyöstäni ei saatu laajaa vastausta kokonaisuutta siitä, miten Fattaluuta-koulutus auttaa rikoksettomassa elämäntavassa, tämä voisi olla myös yksi mielenkiintoinen jatkotutkimuksen aihe.

Opinnäytetyöni tuloksien tarkastelu antaa selvän kuvan siitä, että fattaluuta toimintamalli kokonaisuudessaan on toimiva. Fattaluuta-hankkeen monet omat tavoitteet täyttyvät opinnäytetyöni perusteella. Vastauksien perusteella Fattaluuta-koulutus on erityisesti vaikuttanut vastaajien arjenhallinnan taitoihin ja asiointi taitoihin, taitoihin joita tarvitaan sujuvassa arjessa ja sosiaalisissa kanssakäymisissä. Yhteiskunnallisesta näkökulmasta voidaan todeta, että Fattaluuta-hankkeen toimintamalli on toimiva ja monipuolinen kuntouttavatoiminta, joka tukee yksilön polkua päihdekuntoutumisessa ja rikoksettomassa elämässä.

Lähteet

- Heikkilä, T. 2014. Tilastollinen tutkimus. Edita Publishing Oy. Porvoo. Bookwell Oy.
- Hietala, O. & Rissanen, P. 2015. Opas kokemusasiantuntija -Toiminnasta. Kuntoutussäätiö.
- Holopainen, M. & Pulkkinen, M. 2008. Tilastolliset menetelmät. WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Häkkinen, I. 2015. Päihdetoipumisen vaiheet. Päihdetoipujan työkirja 2. Printon Trukikoda.
- Julkunen, J. & Nyberg-Hakala, A. 2010. Toimiva Päihdekuntoutus. Casper Oy.
- Järvikoski, A. Toim., Vaara, M-L., Härkäpää, K., Juopperi, T. & Matinmikko, P. 2011. Työ kuntoutuksen tavoitteena. Teoksessa Kuntoutus työn muutoksessa. Toim. Järvikoski, A., Lindh, J. & Suikkanen, A. Juvenes Print. Tampere.
- Kananen, J. 2008. Kvantti, Kvantitatiivinen tutkimus alusta loppuun. Jyväskylän yliopistopaino.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki. WSOY.
- Kerola, K., Kujanpää, S. & Kallio, A. 2013. Ihmiseltä ihmiselle -Sosiaaliset taidot. Suomen yliopistopaino Oy. Tampere.
- Kivivuori, J. 2013. Rikkollisuuden syyt. Hansaprint. Vantaa.
- Koski-Jännes, A., Riittinen, L. & Saarnio, P. 2008. Kohti muutosta. Tammi.
- Rikosseuraamuslaitos 2012. Päihdetyön linjaukset vuosille 2012-2016.
- Teirilä, H. 2003. Teoksessa Salaspuro, M., Kiianmaa, K. & (Toim.) Seppä, K. 2003. Päihdelääketiede. Kustannus Oy Duodecim. Helsinki.
- Tyni, S. 2015. Vankeinhoidon vaikuttavuus. Onko kuntoutukselle tilastollisia perusteita? Akateeminen väitöskirja. Rikosseuraamuslaitoksen julkaisuja 1/2015. Itä-Suomen yliopisto. Joensuu. Suomen yliopistopaino.
- Virokangas, H. Osonalus, L. & Varonen, T. 2015. Päihdetyön vertaistoiminnan opas. Waasa Graphics Oy.
- Sähköiset lähteet
- Eskola J. & Suoranta J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Laadullisen aineistojen analyysitapoja. Vastapaino. Tampere. Luettu 9.5.2018. <https://www-ellibslibrary-com.nelli.laurea.fi/reader/9789517685047>
- Kansaneläkelaitos. 2016. Työllistymistä edistävä ammatillinen kuntoutus korvaa työkokeilun ja työhönvalmennuksen. Luettu 20.2.2017. www.kela.fi
- Kokemusasiantuntijat. Luettu 5.5.2017. <http://www.kokemusasiantuntijat.fi/tietoa/kokemusasiantuntijaksi/>
- Lintonen, T., Rönkä, S., Kotovirta, E. & Konu, A. 2012. Huumeet suomessa 2020 - ennakointi tutkimus. Poliisiammattikorkeakoulun raportteja 101. Tampere. Luettu 14.6.2017. http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/86720/Raportteja101_web.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Miikkulainen 2012. Arjen taidot -tietopankki. Materiaalia rikoksista tuomittujen

arjessa selviytymisen ja elämänhallinnan edistämiseen. Luettu 7.5.2017. http://www.rikosseuraamus.fi/material/attachments/rise/julkaisut-muut/6Cr4qakak/Arjen_taidot_tietopankki_2012.pdf

Nimettömät alkoholistit. Luettu 12.6.2017. www.sivu. <http://www.nasuomi.org/tietojanasta/>

Nimettömät narkomaanit. Luettu 12.6.2017. www.sivu. <http://www.nasuomi.org/tietojanasta/>

Päihdelinkki 2016. Huumeiden käytön riskit - DUDIT. Luettu 13.10.2017. <http://www.paihdelinkki.fi/fi/testit-ja-laskurit/huumeet/huumeiden-kayton-riskit-dudit>

Repper, J. & Carter, T. (2011). A review of literature on peer support in mental health services. Luettu 15.12.2017. <https://pdfs.semanticscholar.org/3d6b/2278fea0e7a56ba04c6853a43b91be4a0e92.pdf>

Rikksentorjuntaneuvosto. Turvallisuus suunnittelu 2012. Luettu 7.5.2017. <http://www.turvallisuussuunnittelu.fi>

Rikosseuraamuslaitos 2017. Arvot ja strategia. Luettu 21.3.2017. <http://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/rikosseuraamuslaitos/arvot.html>

Rikosseuraamuslaitos 2016. Ehdonalainen vapaus. Luettu 7.5.2017. <http://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/taytantonpano/vapautuminen/ehdonalainenvapaus.html>

Rikosseuraamuslaitos 2014. Valvottu koevapaus. Luettu 21.3.2017. <http://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/taytantonpano/vapautuminen/valvottukoevapaus.html>
Sosiaali- ja terveysministeriö. Sosiaali- ja terveystalot. Luettu 9.5.2018. <http://stm.fi/sotepalvelut>

Stop Huumeille ry. Luettu 13.1.2017. www.stophuumeille.fi.

Talentia. 2013. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. Luettu 30.4.2017. http://www.talentia.fi/files/558/Etiikkaopas_2013_net.pdf

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Hyvinvointi- ja terveyserot. Toimeentulo. Luettu 9.5.2018. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/toimeentulo>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa -Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje. Luettu 12.6.2017. http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/htk_ohje_verkko14112012.pdf

Valtioneuvosto. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita. Sosiaali- ja terveysalan jär-jestöt sosiaali- ja terveysministeriön kumppaneina. Sosiaali- ja terveysministeriön järjestöpoliittiset linjaukset. Luettu 20.2.2017. <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/73749>

Virokannas, E. 2014. Vertaisten ja ammattilaisten jäsenyyskategoriat huumeidenkäyttäjille suunnatussa katuklinikkatyössä. Yhteiskuntapolitiikka 657-668. Luettu 13.10.2017. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125876/virokannas.pdf?sequence=1>

Julkaisemattomat lähteet

Fattaluuta Hankesuunnitelma. 2015-2019.

Saraniemi. 2016. Raisa Saraniemi. Projektisuunnittelijan haastattelu. Stop Huumeille ry. Pasiila. 12/2016.

Stop Huumeille ry 2016. Toimintasuunnitelma.

Suutarinen 2016. Mirva Suutarinen. Toiminnan ohjaajan haastattelu. Stop Huumeille ry. Pasila. 5/2016.

Kuviot

Kuvio 1: Vastaajien ikäjakauma (n=16).	23
Kuvio 2: Vastaajien työllisyystilanne (n=16).	23
Kuvio 3: Sukupuolijakauma kysyttäessä kokivatko vastaajat tarvitsevansa enemmän tukea elämänhallintaan ennen Fattaluuta -koulutusta (n=16).	25
Kuvio 4: Sukupuolijakauma kysyttäessä onnistumisen tunteesta (n=16).	27
Kuvio 5: Sukupuolijakauma kysyttäessä onko Fattaluuta -koulutus on luonut mahdollisuuksia työllisyyspolkujen löytymiseen (n=16).	32

Kuvat

Kuva 1: Fattaluudan kevätkausi 2018 (Stop Huumeille ry:n www.sivut)	10
---	----

Taulukot

Taulukko 1: Kokemukset elämänhallinnasta, arkirytmistä, itsetunnosta ja sosiaalisista taidoista ennen Fattaluuta koulutusta (n=16). 25

Taulukko 2: Kokemukset elämänhallinnasta, arkirytmistä, itseluottamuksesta, onnistumisen tunteesta ja sosiaalisista taidoista Fattaluuta koulutuksen jälkeen (n=16). 26

Taulukko 3: Vastaajien kokemukset virasto asiointiin sujuvuudesta ja asiointitaitojen parantumisesta koulutuksen jälkeen (n=16). 29

Taulukko 4: Vastaajien kokemukset koulutuksen vaikuttavuudesta päihdeettömään ja rikoksettomaan elämään sekä koulutuksen myötä muuttunut suhtautuminen päihteisiin ja rikoksiin (n=16). 30

Taulukko 5: Vastaajien kokemukset vertaisuuden vaikuttamisesta omaan päihdekuntoutukseen ja uusien sosiaalisten suhteiden luomiseen sekä kokemus koulutuksen vaikuttavuudesta työllisyyspolkujen löytymiseen (n=16). 31

Liitteet

Liite 1: Kyselylomake	47
Liite 2: Tutkimuslupa.....	50

Liite 1: Kyselylomake

Vertaisten näkemyksiä Fattaluuta hankkeesta

Tämä kysely on osa opinnäytetyötäni, jonka toteuttamiseen Stop Huumeille ry on myöntänyt tutkimusluvan. Opinnäytetyöni käsittelee "Vertaisten näkemyksiä Fattaluuta hankkeesta".

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja kyselyyn vastaamalla annat suostumuksesi kyseiseen tutkimukseen osallistumisesta.

Opinnäytetyössä noudatetaan hyvää tieteellistä käytäntöä ja tutkimuseettisiä periaatteita. Vastaukset ja tulokset ovat täysin anonyymejä, joten vastaajat on mahdoton tunnistaa.

Ohjeistus

Vastausvaihtoehdot lomakkeessa:

-liikertin asteikolla 1-5 (täysin samaa mieltä - täysin erimielisiä).

-Kyllä/Ei/En osaa sanoa

-Avoin kysymys

-Osaan kysymyksistä on lisätty selitetekstit (Painamalla punaisesta kysymysmerkki kohdasta ne tulevat näkyviin)

Kysely sulkeutuu 30.9.2017

Ystävällisin terveisin,

Elina Mulku

Rikosseuraamusalan sosionomiopiskelija

Laurea-ammattikorkeakoulu

Lisätietoja voi kysyä: Elina.Mulku@student.laurea.fi

Vertaisten mielipiteitä Fattaluuta hankkeesta

Taustatiedot	
1. Sukupuoli	<input type="radio"/> Mies <input type="radio"/> Nainen
2. Syntymävuosi	<input type="text"/>
3. Tällä hetkellä olen (Valitse oikea vaihtoehto)	<input type="radio"/> Töissä <input type="radio"/> Opiskelen <input type="radio"/> Työtön <input type="text"/> Muu, mikä? <input type="radio"/> Eläkkeellä
4. Ennen fattaluuta koulutusta olin elänyt pääteetöntä elämää	<input type="radio"/> Kyllä <input type="text"/> Kuinka kauan? <input type="radio"/> Ei
5. Onko Fattaluuta koulutus sinulle ensimmäinen aikuisiällä suoritettu koulutus?	<input type="radio"/> Kyllä <input type="radio"/> Ei
6. Onko sinulla suoritettuja vankeusrangaistuksia tai yhdyskuntaseuraamuksia? Jos vastaat kysymykseen Kyllä, niin vastaa myös kysymyksiin 7-11 oikeilla vaihtoehdoilla. Jos vastaat kysymykseen Ei, niin siirry kysymykseen 12 (jätä vastaamatta kohdat 7-11)	<input type="radio"/> Kyllä <input type="radio"/> Ei
7. Olen suorittanut (Valitse oikea vaihtoehto, jos olet suorittanut useamman, valitse vain viimeisin)	<input type="radio"/> Yhdyskuntaseuraamus <input type="radio"/> yhdyskuntapalvelu <input type="radio"/> nuorisorangaistus <input type="radio"/> ehdollisesti rangaistujen nuorten valvonta eli ehdolliseen rangaistukseen tuomittujen nuorten rikoksentekijöiden valvonta <input type="radio"/> ehdonalaisen vapauden valvonta <input type="radio"/> valvontarangaistus
8. Vankeusrangaistus	<input type="radio"/> Ehdollinen vankeusrangaistus (Enintään kahden vuoden pituinen vankeusrangaistus voidaan määrätä ehdolliseksi) <input type="radio"/> Ehdoton vankeusrangaistus (Tällä tarkoitetaan suljetussa tai avovankilassa suoritettua rangaistusta)
9. Minä vuonna on viimeinen tuomiosi päättynyt?	<input type="text"/>
10. Vankilakertausuus?	<input type="text"/>

11. Suorittiko viimeisen tuomiosi

- Ennen Fattaluuta koulutusta
 Fattaluuta koulutuksen jälkeen
 Fattaluuta koulutuksen aikana

Ennen Fattaluuta koulutusta

Ennen fattaluuta koulutusta koin tarvitsevani enemmän tukea elämänhallintaan?

Täysin erimielä Jokseenkin erimielä Ei samaa eikä erimielä Jokseenkin samaa mieltä Täysin samaa mieltä



13. Ennen Fattaluuta koulutusta tarvitsin elämäni arkitymiä?

Täysin erimielä Jokseenkin erimielä Ei samaa eikä erimielä Jokseenkin samaa mieltä Täysin samaa mieltä



14. Ennen Fattaluuta koulutusta koin itsetuntoni huonoksi

Täysin erimielä Jokseenkin erimielä Ei samaa eikä erimielä Jokseenkin samaa mieltä Täysin samaa mieltä



15. Ennen Fattaluuta koulutusta koin että sosiaaliset taitoni tarvitsevat harjoitusta? (Koetut haasteet ihmissuhteiden luomisessa, sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa muiden kanssa)

Täysin erimielä Jokseenkin erimielä Ei samaa eikä erimielä Jokseenkin samaa mieltä Täysin samaa mieltä



16. Ennen Fattaluuta koulutusta koin että sosiaaliset taitoni tarvitsevat harjoitusta? (Koetut haasteet ihmissuhteiden luomisessa, sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa muiden kanssa)

Täysin erimielä Jokseenkin erimielä Ei samaa eikä erimielä Jokseenkin samaa mieltä Täysin samaa mieltä



Fattaluuta koulutuksen jälkeen

17. Fattaluuta koulutus auttoi minua elämänhallinnan eri osa-alueiden kanssa?

Täysin erimielä Jokseenkin erimielä Ei samaa eikä erimielä Jokseenkin samaa mieltä Täysin samaa mieltä



18. Fattaluuta koulutuksen myötä sain elämäni arkitymiä?

Täysin erimielä Jokseenkin erimielä Ei samaa eikä erimielä Jokseenkin samaa mieltä Täysin samaa mieltä



19. Sain Fattaluuta koulutuksesta onnistumisen tunteita?

Täysin erimielä Jokseenkin erimielä Ei samaa eikä erimielä Jokseenkin samaa mieltä Täysin samaa mieltä



20. Fattaluuta koulutus paransi itseluottamustani?

Täysin erimielä Jokseenkin erimielä Ei samaa eikä erimielä Jokseenkin samaa mieltä Täysin samaa mieltä



Miten/ Miksi ei?

21. Fattaluuta koulutuksen myötä sosiaaliset taitoni paranivat? ?

Täysin erimielä Jokseenkin erimielä Ei samaa eikä erimielä Jokseenkin samaa mieltä Täysin samaa mieltä



22. Vapaa sana onnistumisen kokemuksista, itsetunnosta, sosiaalisista taidoista ja arjen hallinnasta:

23. Fattaluuta koulutuksen jälkeen oma virasto asiointini oli sujuvampaa? ?

Täysin erimielä Jokseenkin erimielä Ei samaa eikä erimielä Jokseenkin samaa mieltä Täysin samaa mieltä



24. Omat asiointitaitoni parantuivat Fattaluuta koulutuksen myötä? ?

Täysin erimielä Jokseenkin erimielä Ei samaa eikä erimielä Jokseenkin samaa mieltä Täysin samaa mieltä



25. Fattaluuta koulutuksen käytyäni pystyn auttamaan muita virasto asiointissa? ?

Täysin erimielä Jokseenkin erimielä Ei samaa eikä erimielä Jokseenkin samaa mieltä Täysin samaa mieltä



26. Vapaa sana asiointitaidoista (mm. virastot, tiedon haku, lomakkeet, asian esittäminen):

27. Fattaluuta koulutus on auttanut minua kokonaisvaltaisesti ylläpitämään rikoksetonta elämäntapaa? _____

Täysin erimielistä	Jokseenkin erimielistä	Ei samaa eikä erimielistä	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

28. Fattaluuta koulutus on auttanut minua kokonaisvaltaisesti ylläpitämään päihteetöntä elämäntapaa? _____

Täysin erimielistä	Jokseenkin erimielistä	Ei samaa eikä erimielistä	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

29. Fattaluuta koulutus on muuttanut suhtautumistani päihteisiin? _____

Täysin erimielistä	Jokseenkin erimielistä	Ei samaa eikä erimielistä	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

30. Fattaluuta koulutus on muuttanut suhtautumistani rikoksiin? _____

Täysin erimielistä	Jokseenkin erimielistä	Ei samaa eikä erimielistä	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

31. Vertaisena toimiminen on auttanut minua itseäni päihdekuntoutumisessa? _____

Täysin erimielistä	Jokseenkin erimielistä	Ei samaa eikä erimielistä	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

32. Vertaistuki auttoi minua luomaan uusia sosiaalisia suhteita? (Uusia kavereita/ystäviä) _____

Täysin erimielistä	Jokseenkin erimielistä	Ei samaa eikä erimielistä	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

33. Fattaluuta koulutus on luonut mahdollisuuksia työllisyyspolkujen löytämiseen? (Kuntouttava työtoiminta, työssäkokeilu, opiskelu, "normaali" työsuhde) _____

Täysin erimielistä	Jokseenkin erimielistä	Ei samaa eikä erimielistä	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

34. Vapaa sana onnistumisen kokemuksista päihteettömästä ja rikoksettomasta elämästä. Mitkä asiat ovat vaikuttaneet näihin?

35. Vapaa sana vertaisuudesta ja vertaisena toimimisena:

36. Vapaa sana:

Tietojen lähetyks

Tallenna

Kiitos vastauksistasi!

Ystävällisin terveisin,

Elina Muikku

Rikosseuraamusalan sosionomiopiskelija

Laurea-ammattikorkeakoulu

Lisätietoja voi kysyä: Elina.Muikku@student.laurea.fi

Liite 2: Tutkimuslupa



Tutkimuslupahakemus
15.6.2017

1 (1)

Työn tekijä: Elina Muikku

Koulutusohjelma/korkeakoulu: Rikosseuraamusalan sosionomi, Laurea-ammattikorkeakoulu

Toimipiste: Tikkurilan ammattikorkeakoulu

Ohjaaja: [REDACTED]

Työn nimi: Vertaisten näkemyksiä Fattaluuta hankkeesta

Toimeksiantaja/yhteistyökumppani ja toimiala tai hanke: Stop Huumeille Ry, Fattaluuta hanke

Toimeksiantajan/yhteistyökumppanin yhteys henkilön nimi ja sähköpostiosoite: Raisa Saraniemi, projektisuunnittelija. raisa@stophuumeille.fi

Tavoitteet/tutkimusongelma:

Tavoitteena on tutkia vuoden 2013 diplomoitujen Fattaluutien näkemyksiä Fattaluuta hankkeesta. Tavoitteena on saada tietää miten vertaiset kokevat hankkeen, onko siitä ollut heille hyötyä elämän eri osa-alueissa ja kuntoutumisen vaiheissa.

Tutkimuskysymys on, miten Fattaluuta koulutus tukee päihdekuntoutujan päihdekuntoutusprosessia, arjen hallinnan taitoja ja rikollisuudesta sekä irrottautumista.

Tarvittavien tietojen / aineistojen määrittely:

Aineisto tullaan keräämään Laurean sähköisellä e-lomakkeella. Kyselylomakkeen linkki lähetetään diplomoiduille Fattaluutille sähköpostitse Fattaluuta hankkeen projektipäällikön välityksellä.

Markkinointi kohderyhmälle opinnäytetyöstä tehdään projektipäällikön välityksellä sähköpostitse sekä hyödyntäen Stop Huumeille ry:n kotisivuja ja Facebook sivuja.

Kysely suoritetaan ja analysoidaan tietoturvasestisesti. Vastaukset käsitellään SPSS ohjelmalla. Kyselylomakkeeseen saadut vastaukset näkee vain minä, Elina Muikku sekä opinnäytetyön ohjaajani Eeva Järveläinen.

Aikataulu: Aineisto kerätään heinäkuun aikana.

Liitteet: E-lomake ja tutkimussuunnitelma (sisältää kyselylomakkeen paperisena)

Tutkimuslupa myönnetään

Helsingissä 16.6.2017

Allekirjoitus

Toiminnanjohtaja
Stop Huumeille ry