

Katja Huttula ja Mira Kerminen-Hakkio

**KEHITTÄMISHANKE PÄIHDE- JA PELIRIIPPUVAISTEN
LAITOSKUNTOUTUKSEEN
Toiminnallisia harjoitteita yhteisön ryhmäturvallisuuden edis-
tämiseksi**

**Opinnäytetyö
CENTRIA AMMATTIKORKEAKOULU
Hoitotyön koulutusohjelma
NHOSS12K**

TIIVISTELMÄ

Yksikkö Kokkola-Pietarsaaren yksikkö, Kokkola	Aika Marraskuu 2015	Tekijä/tekijät Katja Huttula Mira Kerminen-Hakkio
Koulutusohjelma Hoitotyön koulutusohjelma		
Työn nimi KEHITTÄMISHANKE PÄIHDE- JA PELIRIIPPUVAISTEN LAITOSKUNTOUTUKSEEN. Toiminnallisia harjoitteita yhteisön ryhmäturvallisuuden edistämiseksi.		
Työn ohjaaja Arja Liisa Ahvenkoski, Terveystieteiden maisteri, lehtori	Sivumäärä 71 + 20	
Työelämäohjaaja Pekka Tuppurainen, ohjaaja ja Pauliina Jylhä, laitосkuntoutuksen vastaava työntekijä, Ventuskartano ry:n laitосkuntoutus		
<p>Projektiluonteisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa yhteisön ryhmäturvallisuutta vahvistava toiminnallinen harjoitesarja Ventuskartano ry:n laitосkuntoutuksen sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten käyttöön. Tavoitteena oli toiminnallisilla harjoitteilla edistää asiakkaan sisäistä turvallisuuden tunnetta hänen saapuessaan laitосkuntoutukseen ja ryhmän sisäisen vertaistuen kehittämistä yhteisössä.</p> <p>Kehittämishankkeessa suunniteltiin ja toteutettiin toiminnallinen harjoitesarja, joka sisälsi viisi harjoitekertaa aikavälillä 8.11. - 6.12.2015. Suunnittelutyön lähtökohtana käytettiin entisten asiakkaiden teemahaastatteluista saatua tietoa omakohtaisista laitосkuntoutuksen kokemuksista. Toiminnallisen harjoitesarjan luomisessa käytettiin Mikko Aallon kehittämiä toiminnallisia harjoitteita. Laitосkuntoutuksen asiakkaille osoitettujen harjoitteiden teemat olivat tunteiden tunnistaminen ja ilmaiseminen, vuorovaikutustaidot, omien arvojen tunnistaminen sekä yhteisön ryhmäturvallisuuden lisääminen. Harjoitekertoihin osallistui eri harjoitekerroilla 3 - 11 asiakasta ja laitосkuntoutuksen työntekijöitä.</p> <p>Kehittämishankkeen toiminnallisella harjoitesarjalla tavoiteltiin ryhmän turvallisuusasteen nousua oletetusta T3-tasosta (tuntematon perusturvallinen ryhmä) T5-tasoon (avoin ryhmä). Tavoite täyttyi jokaisella harjoitekerralla ja ryhmän turvallisuusaste vaihteli välillä T3 - T6, tuntemattomasta perusturvallisesta ryhmästä heikkoutta hyväksyvään ryhmään. Toiminnalliset harjoitteet antoivat osallistujille mahdollisuuden olla vuorovaikutuksessa toistensa kanssa eri tavalla. Asiakkaat kokivat harjoitteiden tuovan vaihtelua laitосkuntoutuksen arkeen ja jotain uutta toistuvien keskusteluhetkien sijaan. Henkilökunta koki toiminnallisten harjoitteiden soveltuvan osaksi Ventuskartanon laitосkuntoutuksen päihde- ja peliriippuvaisten asiakkaiden hoitotyötä.</p> <p>Kehittämishankkeen arvioinnissa käytettiin asiakkailta ja laitосkuntoutuksen työntekijöiltä kerättyä kirjallista ja suullista palautetta sekä havainnointi- ja arviointiaineistoa.</p>		
Asiasanat kehittämishanke, laitосkuntoutus, riippuvuus, toiminnalliset menetelmät, turvallisuus, vertaistuki		

ABSTRACT

Unit Unit of Kokkola-Pietarsaari, Kokkola	Date November 2015	Author/s Katja Huttula Mira Kerminen-Hakkio
Degree programme The Degree Programme in Nursing		
Name of thesis DEVELOPMENT PROJECT FOR INSTITUTIONAL REHABILITATION OF SUBSTANCE AND GAMBLING ADDICTED CLIENTS. Experiential group activities for improving group psychological safety in the community.		
Instructor Arja Liisa Ahvenkoski, Master of Health Sciences, Lecturer		Pages 71 + 20
Supervisor Pekka Tuppurainen and Pauliina Jylhä, Institutional rehabilitation of Ventuskartano ry		
<p>This thesis was a project work with the purpose to produce a model and a guide for a series of experiential group activities for improving group psychological safety in the community. The guide was planned for the social and health care professionals at the institutional rehabilitation of Ventuskartano ry. The aim was to use experiential group activities to improve client's sense of inner safety when arriving for rehabilitation and to develop group's inner peer support in the community.</p> <p>A model of experiential group activities including five activity occasions was carried out during the period of 8th November and 6th December 2015. The planning work was based on theme-centered interviews of former clients which gave information on the personal experiences in institutional rehabilitation. Experiential working methods developed by Mikko Aalto were used to create the model of experiential group activities. The themes for the group activities were identifying and expressing emotional states, communication skills, identifying values of one's own and increasing group psychological safety in the community. From three to eleven clients and a few employees of the institutional rehabilitation participated in the different activity occasions.</p> <p>The aim was to increase group's safety degree from the hypothetical T3 (unknown, basic safe group) to T5 (open group). The aim was fulfilled at every occasion and safety degree varied between T3 - T6 (group accepting weakness). The group activities gave the participants a possibility to interact with each other in various ways. The clients felt that the activities gave a change and brought something new to their everyday life in the rehabilitation. The personnel experienced the activities to be applicable as one of their working methods.</p> <p>The development project was evaluated by gathering written and verbal feedback from the clients and the personnel and the data gotten from observation and evaluation.</p>		
Key words development project, institutional rehabilitation, addiction, experiential activity methods, safety, peer support		

**TIIVISTELMÄ
ABSTRACT
SISÄLLYS**

1 JOHDANTO	1
2 RIIPPUVUUS ILMIÖNÄ	3
2.1 Päihderiippuvuus	6
2.2 Peliriippuvuus	10
3 LAITOSKUNTOUTUS PÄIHDE- JA PELIRIIPPUVAISTEN PALVELUMUOTONA	12
3.1 Yhteisöhoito päihde- ja peliriippuvaisten laitoskuntoutuksessa	13
3.2 Vertaistuki laitoskuntoutuksen yhteisössä	14
4 TOIMINTAKOKEMUSMENETELMÄT JA TOIMINNALLISET HARJOITTEET PÄIHDE- JA PELIRIIPPUVAISTEN TOIPUMISEN TUKENA	15
4.1 Ryhmäturvallisuus	19
4.2 Yksilön sisäinen turvallisuudentunne	21
5 KEHITTÄMISHANKKEEN TARKOITUS JA TAVOITTEET	23
6 KEHITTÄMISHANKKEEN TOTEUTUS	24
6.1 Organisaatio, ohjaus ja viestintä	25
6.2 Aikataulu ja resurssit	27
6.3 Ideointi- ja konseptointivaihe	29
6.4 Kokeilu- ja toteuttamisvaihe	31
6.5 Päättämis- ja vaikuttavuuden arviointivaihe	33
6.6 Käyttöönottovaihe	35
7 KEHITTÄMISHANKKEEN ARVIOINTI	36
7.1 Asiakkaiden palaute harjoitekerroista	36
7.2 Laitoskuntoutuksen työntekijöiden palaute ja arvio harjoitekerroista	37
7.3 Projektipäälliköiden arvio harjoitekerroista	39
7.4 Laitoskuntoutuksen henkilökunnan arvio kehittämishankkeesta	43
7.5 Projektipäälliköiden arvio kehittämishankkeesta	44
8 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	48
9 POHDINTA	52
9.1 Opinnäytetyön merkitys päihde- ja peliriippuvaisille laitoskuntoutuksen asiakkaille	52
9.2 Ammatillinen kasvu opinnäytetyöprosessin aikana	55
9.3 Jatkotutkimusaiheet	59
LÄHTEET	60
LIITTEET	

KUVIOT

KUVIO 1. Kokemusoppimisen malli (mukaillen Kolb 1984, 42)	16
KUVIO 2. Ryhmän kehityksen viisi vaihetta (Pennington 2005, 74)	19
KUVIO 3. Morelandin ja Levinen [1984] esittämä sosialisointivaiheinen malli (Pennington 2005, 75)	20

1 JOHDANTO

Riippuvuuden kehittymistä ihmisessä kuvataan usein kehämäisenä prosessina ja tästä irrottautuminen on myös usein pitkäaikainen muutosprosessi. Ihmisen irrottautuminen riippuvuuskäyttäytymisestä merkitsee hänen käsitystensä ja kokemustensa muuttamista riippuvuutta aiheuttavan asian suhteen. Päihde- ja peliriippuvainen ihminen tarvitsee muutokseen aina myös itsestään esiinnousevia voimavaroja. Näistä esimerkkinä tunne-elämän voimavarat, joita ovat tunteiden tunnistaminen ja ilmaiseminen, kielteisten ja myönteisten tunteiden hyväksyminen itsessä ja toisissa ihmisissä, oman sisäisen äänen kuuleminen ja pettymysten sietäminen. Päihdehoitotyö perustuu yhteistyökumppanuuteen asiakkaan kanssa, jossa hoitotyön tarkoituksena on auttaa kyseistä ihmistä eri elämäntilanteissa vahvistamalla hänen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia, inhimillistä kasvuaan ja hänen ihmissuhteidensa kehittymistä.

Käypä hoito -suositusten (2011, 2012) mukaan sekä alkoholi- ja huumeongelman hoidossa potilastyön perustana ovat avoin ja luottamuksellinen hoitosuhde sekä psykososiaalinen hoito ja kuntoutus. Hoidossa toteutetaan usein eri teorioihin perustuvia menetelmiä ja työtapoja sekä näiden yhdistelmiä. Päihdeongelmasta kärsivälle ihmiselle ei sinällään ole väliä, minkä hoitoideologian mukaisesti hän saa tarvitsemaansa apua, tärkeintä on päihdeongelman ihmisen näkeminen sekä hänen itsetuntonsa ja motivaationsa vahvistaminen. Rahapeliongelman hoidossa käytetään muun muassa päihde- ja mielenterveysongelmien hoidossa käytettäviä hoitomuotoja.

Opinnäytetyön tarkoitus oli tuottaa yhteisön ryhmäturvallisuutta vahvistava toiminnallinen harjoitesarja Ventuskartano ry:n laituskuntoutuksen sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten käyttöön. Tavoitteena oli toiminnallisilla harjoitteilla edistää asiakkaan sisäistä turvallisuuden tunnetta hänen saapuessaan laituskuntoutukseen ja ryhmän sisäisen vertaistuen kehittymistä yhteisössä.

Toimintakokemusmenetelmillä on pitkä historia perustuen useisiin eri teorioihin ja kansainvälisen kirjallisuuskatsauksen mukaan toiminnalliset menetelmät ovat enenevässä määrin tulleet käyttöön päihde- ja peliriippuvaisten kuntoutuksessa. Toiminnalliset harjoitteet pohjautuvat toimintakokemusmenetelmiin, joiden perustana on kokemusoppimisen teoria,

eli ihminen oppii elämisen taitoja paremmin tekemällä kuin kuuntelemalla. Toiminnalliset harjoitteet sopivat hyvin nimenomaan tunne-, asenne- ja arvotason oppimiseen, sen lisäksi, että niillä on ryhmäytymistä tukeva vaikutus. Toiminnalliset harjoitteet voivat soveltua terapiavaihtoehdoksi paremmin kuin esimerkiksi kognitiivis-behavioraalinen terapia, koska riippuvuudesta kärsivällä ihmisellä on usein heikko kognitiokyky ja epäsopivia käyttäytymismalleja. (Hagedorn & Hirshhorn 2009.)

Kehittämishankkeessa käytettiin työskentelyn pohjana Aallon (2000) kehittämää ja kokoamia toiminnallisia harjoitteita. Hän on todennut, että on vaikeaa kuvitella ryhmää, jolle ei olisi toimintakokemusmenetelmistä hyötyä. Toimintakokemusmenetelmien arvopohjana on ihmisarvon kunnioittaminen jokaisen ihmisen ollessa arvokas, ainutlaatuinen ja vapaa. Toimintaideologia kiteytyy Mikko Aallon sanoihin: ”Kun ihmistä kohdellaan ihmisenä, hän tekee parhaansa.”

2 RIIPPUVUUS ILMIÖNÄ

On olemassa kaksi toisistaan eroavaa ilmiötä, riippuvuus ja riippumattomuus. Nämä ilmiöt itsessään eivät ole kielteisiä tai myönteisiä, vaan eräät niiden ilmenemismuodoista ovat näitä. Ihminen elää elämänsä eri vaiheissa ja kriiseissä niin sanotusti veitsen terällä riippuvuutensa ja riippumattomuutensa kanssa. Yksilön pysymiseen tasapainossa riippuvuuden ja riippumattomuuden kesken vaikuttavat esimerkiksi perintötekijät ja oppimiskokemukset lapsuudessa sekä nuoruudessa. Tasapainoilu näkyy yksilössä hänen tapanaan olla, ajatella ja käyttäytyä suhteessa riippuvuuden kohteeseen. (Holmberg 2010, 36 - 44.)

Myönteinen riippuvuus alkaa kehittyä ihmisen varhaisissa kehitysvaiheissa. Lapsuuden ajan myönteiset onnistumisen kokemukset ilmenevät myöhemmin ihmisen kykyä sopeutua erilaisiin elämäntilanteisiin, luottaen samalla sisäiseen turvallisuudentunteeseensa. Tämä riippuvuuden ilmenemismuoto ja sen tunne syntyy vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa – ihmisen luottaessa toiseen ihmiseen saadakseen apua, tukea tai tyydytyksen kokemuksia. Myönteinen riippuvuus kehittyy lopulta ihmisen kyvyksi ylläpitää tasavertaisia ja vastavuoroisia ihmissuhteita sekä sopeutua niiden vaihteluihin ilman uhan tai ahdistuksen tunnetta. (Havio, Inkinen & Partanen 2014, 40 - 49; Holmberg 2010, 36 - 44.)

Kielteinen riippuvuus on epärealistinen tai ihmisen elämäntilanteeseen soveltumaton selviytymistapa, jolloin ihminen turvautuu liiallisessa määrin muihin ihmisiin tai turvaa tuottaviin kohteisiin esimerkiksi syöminen, työnteko, verkkokäyttäytyminen sekä pelaaminen ja päihteiden käyttö. Ihmisellä on vaikeuksia tehdä itsenäisiä päätöksiä, huolehtia itsestään ja saada tyydytyksen kokemuksia elämässään. Hän hakee näin ollen riippuvuuden kohteesta turvaa ja tyydytystä. Ihminen kokee järjen vastaisia ja pakonomaisia tunteita riippuvuuden kohdetta kohtaan pyrkien toistuvaan yhteyteen tämän kanssa, oman minuutensa kustannuksella. Ihmisen toimiessa syklimäisesti riippuvuuskäyttäytymisen lopettaminen on vaikeaa hänelle ja käyttäytyminen aiheuttaa selkeitä haittoja kehitykselle elämän osa-alueilla. (Havio ym. 2014, 40 - 49; Holmberg 2010, 36 - 44.)

Riippuvuus on siis ihmiselle luonnollinen olotila ja jokaisella ihmisellä ilmenee sekä fysiologisia että psykologisia riippuvuuksia. Osa riippuvuuksista on välttämättömiä ihmisen elämälle ja hyvinvoinnille, esimerkiksi ihmisen fysiologinen riippuvuus hengitettävästä

ilmasta ja pienen lapsen psykologinen riippuvuus huoltajistaan. Filosofisesti riippuvuus eli addiktio eroaa ilmiönä edellä kuvatuista ihmisen perustarpeita tyydyttävistä riippuvuuksista ja kuvastaa pitkäaikaista tilaa, jossa ihminen altistuu voimakkaasti tiettyyn toimintaan motivoiville haluille. Addiktoitunut henkilö ei koe näitä haluja ajallisesti koko ajan, vaan riippuvuus on hetkittäin oireeton, mutta silti koko ajan läsnä henkilössä. Addiktoituneen henkilön toimintaa motivoivat halut eroavat muista terveiden ihmisten haluista tyypillisesti neljällä tavalla. Addiktoituneen henkilön halu on sinnikästä, epätavallisen vaativaa (himo), kytkeytyy nautinnon ja tuskan kokemuksiin sekä sillä on fysiologinen pohja altistaen henkilön toimimaan niiden mukaisesti. (Uusitalo 2013, 91 - 93.) Helamo (2009) kuvaa addiktion olevan addiktin elämälle keskeisimmin suuntaa ja mieltä antavaa aktiviteettia.

Riippuvuus on sairautena yksi sairaus, mutta sillä on monta ilmenemismuotoa. Tämä voi olla fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kehittyen mihin tahansa aineeseen tai toimintaan, josta ihminen saa mielihyvän tunteen – muun muassa syöminen, urheilu, elämänhallinta, juominen, viiltely, läheiset, shoppailu, huumeiden käyttö, laihduttaminen, pelaaminen ja seksi. (Irti huumeista ry 2011.) Riippuvuus määritellään lääketieteessä aineriippuvuuden osalta lääkkeen, huumeen tai muun päihteen jatkuvaan käyttöön liittyväksi tilaksi, jolle ovat ominaista henkilön halu käyttää ainetta ja suurentaa sen annosta, elimistön kasvava kyky sietää ainetta (toleranssi), fyysisen ja psyykkisen terveyden heikkeneminen sekä käytön lopettamisesta aiheutuvat fyysiset ja psyykkiset vieroitusoireet. Toiminnallisen riippuvuuden osalta tämä on henkilön voimakasta riippuvuutta jostakin tavasta tai kärsimistä jostakin pakkoajatuksesta, esimerkkinä tästä peliaddiktio. (Terveysportti 2014.)

Moni tekijä vaikuttaa riippuvuuden syntymiseen eivätkä tutkimukset tarjoa yhdenmukaista teoriaa esimerkiksi päihderiippuvuudesta (Aalto & Koivukangas 2011; Kuoppasalmi, Heinälä & Lönnqvist 2011, 405 - 470; Holmberg 2010, 36 - 44). Riippuvuus on silti ytimeltään lääketieteellinen ilmiö; biokemialliseen muutostilaan perustuva, krooninen ja uusiutuva aivosairaus (Kuoppasalmi ym. 2011, 405 - 470). Nykyään lääketieteellisessä tutkimuksessa vallitsee kaksi addiktion syntyyn pohjaavaa lähestymistapaa, geneettinen ja neuroadaptaatioteoria. Geneettinen teoria pohjautuu yksilön geneettiseen perustaan näissä ilmenevien erojen selittäessä 50 % yksilön päihteen käytön aloittamisesta ja 70 % käytön jatkumisesta. Neuroadaptaatioteoria puolestaan perustuu siihen, miten ihmisen aivot totuttavat hänen addiktiiviseen toimintaansa vaatien toiminnan jatkamista. (Raento & Tammi 2013, 19; Helamo 2009.)

Monissa alkoholiriippuvuuden syntyä selittävässä biologisissa teorioissa pidetään toistuvaan humalaan liittyvää mielihyvää keskeisenä ja välttämättömänä syynä riippuvuuden syntymiseen. Vallitsevana näistä on dopamiiniteoria, jonka mukaan mielihyvärata l. mesolimbisen dopamiinirata on keskeinen hermostollinen tekijä alkoholin humalaan liittyvässä mielihyvässä. (Aalto & Koivukangas 2011; Kuoppasalmi ym. 2011, 405 - 470.) Mesolimbisen dopamiinin vapautuminen on lisäksi monen huumeen käytön oppimisen edellytys (Kuoppasalmi ym. 2011, 405 - 470) ja dopaminergisen palkitsemisjärjestelmän toiminnan häiriö puolestaan yksi keskeisistä peliriippuvuuden (pelihimo, rahapeliriippuvuus) syntyyn vaikuttavista tekijöistä. Ihmisen pakonomaiseen käyttäytymiseen ei kuitenkaan ole olemassa yksinkertaista neurobiologista selitystä. (Hyytiä 2007.)

Riippuvuus on neurobiologisesti ja psykologisesti monimutkainen ilmiö, kuten myös aivojen mesolimbisen dopamiinirata. Ihmisen pakonomaisuus ei siis ole ainoastaan mielihyvän tavoittelua, koska esimerkiksi päihderiippuvaisella voi olla voimakas halu saada päihdettä, vaikka se ei enää tuottaisi käyttäjälleen miellyttävää euforian tunnetta. (Hyytiä 2007.) Psykodynaamiset tutkimukset korostavat yksilön minän rakenteen puutteita päihderiippuvuuden kehittymisessä (Pylkkänen 2013, 104 - 107). Pakonomaisen päihteiden käytön laukaivana tekijänä on usein elämäntilanteeseen ja historiaan liittyvä ja mielelle sietämätön avuttomuuden tunne (Huttunen 2013a). Psykoanalyttinen suuntaus keskittyy psyykkisen riippuvuuden syntymisessä yksilön lapsuuden ja nuoruuden vuorovaikutuskokemuksiin, jolloin addiktio ilmentää häiriöitä, joita tapahtuu kyseisen henkilön lapsuudessa riippuvuuden ja itsenäisyyden tarpeiden kehityksessä. Tällöin lapsen kasvuolosuhteet eivät tue hänen kehitystään riittävästi ja hänen itsenäistymiskehityksensä häiriintyy johtaen lopulta myös tunne-elämän häiriöihin. Tästä puolestaan seuraa, että lapsi kehittää omat puolustautumis- ja selviytymismekanisminsa sopeutuakseen ja selviytyäkseen kyseisissä olosuhteissa. (Ahtiala & Ruohonen 1998, 149 - 151.)

Lapsuuden ja nuoruuden aikaiset sosiaalisen oppimisen kokemukset altistavat riippuvuudelle, kuten myös myöhemmällä iällä koetut erilaiset elämänkriisit ja yksilön reagointi näihin (Koski-Jännes 2009). Ihmisen tunnereaktiot, ongelmanratkaisutaidot, päättely, päätöksentekokyky ja valitseminen vaikuttavat osaltaan psyykkisen riippuvuuden muodostumiseen. Päihteiden käyttö kytkeytyy myös sekä nuorten että aikuisten syrjäytymiseen, ystävien puutteen ollessa yksi merkittävimmistä nuorten syrjäytymistä edistävästä tekijöistä. (Holmberg 2010, 13 - 15, 36 - 44.) Huumeidenkäyttö puolestaan tyydyttää käyttäjän sosi-

aalisia tarpeita korostaen, että jengi voi olla merkityksellinen turvaa luova sosiaalinen tekijä erityisesti nuorille heidän irtautuessaan vanhemmista ja auktoriteeteista (Ahtiala & Ruohonen 1998, 155). Myös tietyt yksilön persoonallisuuspiirteet, impulsiivisuus ja elämyshakuisuus sekä heikentynyt ongelmansietokyky yhdistetään eri riippuvuuksien syntyyn (Castrén, Salonen, Alho & Lahti 2014; Kaasinen, Halme & Alho 2009).

Eri teoreettisista viitekehyksistä ja malleista huolimatta niin päihde- kuin peliriippuvuuden yhteisenä piirteenä ovat samankaltaiset muutokset ihmisen aivoalueissa, jotka vastaavat yksilön motivaatiosta, tunteiden säätelystä, käyttäytymisen hillitsemisestä ja kognitiivisista toiminnoista (Castrén ym. 2014; Kaasinen ym. 2009). Yksi riippuvuuden tunnusmerkeistä on henkilön kokema pelko ja/tai ahdistus pakonomaisen toiminnan lopettamiseen tai estymiseen (Holmberg 2008, 293 - 308).

2.1 Päihderiippuvuus

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen määrittelemänä päihde on keskushermostoon vaikuttava, haitallista riippuvuutta aiheuttava aine, kuten tupakka, alkoholi, lääke, liuotin ja huume (THL 2014a). Ihminen käyttää pähteitä pääasiassa niiden mielihyvää tuottavan, ohimenevästi toimintakykyä parantavan ja ahdistusta ja epämiellyttävää olotilaa vähentävän vaikutuksensa vuoksi. Ihminen myös havaitsee usein helpommin pähteiden käytön myönteiset vaikutukset kuin haitat, jotka ilmaantuvat päihtymystilaa ja vieroitusoireita lukuun ottamatta vähitellen. Pähteiden käyttö etenee yleensä kokeilun kautta vakiintuneeksi käytöksi, joka voi puolestaan muuttua pähteiden riskikäytöksi, haitalliseksi käytöksi ja johtaa lopulta riippuvuuteen. (Kuoppasalmi ym. 2011, 405 - 470.) Monet psykiatriset häiriöt lisäävät pähteiden ongelmakäyttöä ja riskiä huumeriippuvuuden kehittymiseen. Tämänkaltaiset häiriöt johtavat usein aineiden käyttöön eriasteisten ahdistus-, pelko- ja masennusoireiden lievittämiseksi. (Huttunen 2013a.)

Alkoholisairaus tarkoittaa sairautta, jonka ainoa tai tärkein aiheuttaja on ihmisen runsas alkoholinkäyttö – tähän luetaan myös *alkoholiriippuvuus* (Huttunen 2012), joka on oireyhtymä ja vaikein alkoholin ongelmakäytön muodoista (Aalto 2010, 8). Psykkisesti riippuvainen l. addiktiivinen henkilö on juomishimoinen; hänellä on pakonomainen halu saada alkoholia ja hän on kykenemätön pidättäytymään alkoholista huolimatta terveydellisistä ja sosiaalisista seurauksista (Huttunen 2013b; Kiiänmaa 2010, 25). Ihminen on alkoholiriip-

puvainen, kun hänen alkoholin ongelmakäyttönsä on saavuttanut vakavimman asteen ja riippuvuus hallitsee elämää monin tavoin (Kuoppasalmi ym. 2011, 405 - 470).

Alkoholi aiheuttaa muutoksia sekä aivoihin että yksilön tapaan havainnoida, tuntea ja ajatella – riippuvuus ilmenee yksilön käyttäytymisen muuttumisena (Aalto 2010, 9). Alkoholiriippuvuutta sairastavilla henkilöillä ilmenee runsaasti neurologisia ja psykiatrisia ongelmia (Huttunen 2012). Pitkään jatkuneena alkoholin ongelmakäyttö johtaa lopulta aivosolujen kuolemaan, mikä runsaana ilmetessään aiheuttaa älyllisten toimintojen heikkenemisen. Näistä yleisimmät häiriöt ovat muistivaikeudet, informaation prosessoinnin hidastuminen, toiminnan ohjauksen häiriöt sekä persoonallisuuden muutokset. (Winkqvist 2010, 169 - 170.) Muita esimerkkejä häiriöistä ovat tylsistyminen ja itsetuhoisuus (Huttunen 2012). Alkoholiriippuvuus kaikkine seurauksineen aiheuttaa ja vaikeuttaa ihmisen ahdistus-, pelko-, unettomuus- ja masennusoireita. Päihteiden käyttöön liittyvät mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöt ovat väestössämme hyvin yleisiä. (Huttunen 2013a.)

Ihminen on huume- ja/tai lääkeriippuvainen, kun hän on menettänyt hallinnan aineen käytön osalta ja hänen kykynsä tahdosta riippuvaiseen toimintaan on rajoittunut päihteiden käytön osalta (Alho 2012, 52 - 53). *Huumeriippuvuus* on krooninen sairaus, jolle on ominaista toleranssin kehittyminen. Huumeriippuvaisella on myös pakonomainen tarve saada ainetta ja kykenemättömyys pidättäytyä tästä. Psykkisen riippuvuuden tai addiktion vaikutukset heijastuvat kokonaisvaltaisesti yksilön terveyteen. Huumeriippuvainen on usein olemukseltaan ahdistunut, pelokas, masentunut ja henkisesti rikkinäinen ihminen, jonka minäkuva on lisäksi usein häiriintynyt ja itsetunto heikko. (Kianmaa 2012, 30.)

Lääkeriippuvuus määritellään hoidollisesti tarpeettoman tai tarpeettomaksi muuttuneen lääkkeen jatkuvaksi tai pakonomaiseksi käytöksi huolimatta käytön aiheuttamista terveydellisistä ja sosiaalisista haitoista (Huttunen 2013c). Ihmiselle voi syntyä riippuvuus pääasiassa keskushermostoon vaikuttavista (PVK) lääkkeistä, jotka ovat reseptilääkkeitä ja tarkoitettuja kivun, ahdistuneisuuden ja unihäiriöiden hoitoon (Seppä & Heinälä 2012, 61 - 63). Lääkeriippuvuuteen liittyy usein psykologisen tai fysiologisen riippuvuuden kehittyminen (Huttunen 2013c), mikä ilmenee lääkkeiden tarkoitushakuisena ja päihteenomaisena käyttämisenä, tästä esimerkkinä bentsodiatsepiiniriippuvuus. Lääkeriippuvaisilla henkilöillä bentsodiatsepiinien haittavaikutukset ovat moninaisia, ja heillä ilmenee muun muassa seuraavia oireita: väsymys, välinpitämättömyys, heikentynyt kyky kontrolloida omaa käyt-

täytymistään, ärtyneisyys, muistin ja keskittymiskyvyn ongelmat, sekavuus, masennus, ahdistuneisuus ja levottomuus. (Aalto 2012, 114 -115.)

Huumeiden ja lääkkeiden ongelmakäyttäjälle päihteet ovat usein keino lievittää erilaisia sietämättömiä oireita ja tunnetiloja. Näitä ovat ahdistuneisuus, ärtyneisyys, unettomuus, häpeä ja ulkopuolisuuden tunne. Ongelmakäyttäjät ovat usein kyvyttömiä käsittelemään tunnetilojaan (tyhjyyden tunne, pelko, viha, häpeä) laillisin keinoin, ja he etsivät välitöntä mielihyvää sekä lyhyen aikavälin ratkaisuja välittämättä toimintansa seurauksista. (Tuomola 2012, 46 - 47; Ahtiala & Ruohonen 1998, 32.) Päihde- ja mielenterveysongelmista yhtäaikaaisesti kärsivät ihmiset käyttävät usein monia päihteitä yhtä aikaa, jolloin käyttötottumuksiin kuuluvat päihdevaikutuksen tehostaminen, pitkittäminen tai ajoittainen humalahuiskisuus yhdistelemällä eri päihteitä ja lääkkeitä tai vaihtamalla annostustapaa tai -reittiä (Holmberg 2010, 65 - 74).

Päihderiippuvuuteen liittyy usein eheän itsetunnon ylläpitämisen vaikeudet (Pylkkänen 2013, 104 - 107) ja päihdeongelmaisen ihmisen identiteetti, osa rooleista, kuva omasta itsestään ja arvostaan muuttuvat päihderiippuvuuden edetessä. Päihderiippuvainen kokee voimakkaasti oman kykenemättömyytensä tehdä sitä, mitä haluaisi – hänen arvonsa ja tekonsa ovat ristiriidassa keskenään. Elämän kuviot ja minäkuva muuttuvat päihderiippuvuuden kehittyessä voimakkaammiksi, ja identiteetti- ja roolimutokset muuttavat päihderiippuvaisen minäkuvaa siten, että riippuvuuden edettyä loppuvaiheeseen voidaan jo puhua päihteenkäyttäjän identiteetistä ja roolista. Ihmisen käsitys omasta arvostaan ja merkityksestään muuttuu riippuvuuden kehittyessä siten, että hänen minätietoisuutensa, itsearvotuksensa ja –luottamuksensa sekä itsetuntemuksensa vähenevät. Päihderiippuvaisen minäkuva on epäselvä, ristiriitainen ja epärealistinen, eikä henkilö kykene enää täysipainoisesti käyttämään ”Minän työvälineitä”. Psykkisen riippuvuuden saadessa ihmisestä entistä syvemmän otteen päihderiippuvaisen henkilön sosiaalinen elämä muuttuu kaksijakoiseksi hänen hakeutuessa seuraan, jossa hän tuntee hyväksyntää ja yhteenkuuluvuutta – näin hän itse ruokkii lisääntyvää sosiaalista riippuvuutta. Vähitellen ihminen muovaa minäkuvaansa kyseiseen sosiaaliseen kontekstiin sopivaksi. (Ruisniemi 1997, 12 - 17.)

Addiktiivinen riippuvuus saa ihmisen liukumaan yhä etäämmälle sellaisista asioista, joita hän ennen riippuvuutta elämässään arvosti ja piti itselleen tärkeänä (Holmberg 2008, 293 - 308). Riippuvuuden myötä ihminen menettää myös valinnanvapautensa ja elämänhallin-

tansa – sen, mitä hän alun perin lähti päihteiden avulla tavoittelemaan (Korhonen 2013, 148 - 154). Ihmisen ollessa jatkuvasti kemiallisten aineiden vaikutuksen alaisena hän kadottaa myös kosketuksen omiin tunteisiinsa ja tarpeisiinsa (Ahtiala & Ruohonen 1998, 151). Päihderiippuvaisella henkilöllä on usein voimakas harhakäsitys omasta tunne-elämästään ja elämänsä hallinnasta. Hänellä on alentunut kyky kohdata voimakkaita tunteita ilman, että hän muuttaisi tunnekokemustaan itselleen nopean ja varman keinon, päihteen, avulla. Päihderiippuvaisen henkilön oman toiminnan ja tunne-elämän välinen silta on katkennut. Hän on vieraantunut omista tunteistaan, mitä on seurannut tunteiden tunnistamisen ja kuvaamisen vaikeus. Päihtymys on lopulta ihmisen ainoa merkittävä tunnekokemus tunnemöykyn jäädessä jonnekin ihmisen sisälle. (Helamo 2009.) Päihderiippuvuuden loppuvaiheessa henkilö on täysin vieraantunut omista tunteistaan ja omasta itsestään (Ruisniemi 1997, 16).

Päihdepotilaat ja -asiakkaat tuntevat kuitenkin usein suurta häpeää häpeäidentiteetin päästessä syntymään, jolloin ihminen ei voi turvallisesti kohdata omaa heikkouttaan yksin eikä toisten kanssa (Helamo 2009). Näiden ihmisten taustalla on yleensä vaikeita sosiaalisia ongelmia, jotka osaltaan vaikuttavat kielteisesti päihteiden ongelmakäyttäjien itsekunnioitukseen ja itsetuntoon. Päihteiden käyttö auttaa heitä hetkeksi tukahduttamaan jatkuvan kelpaamattomuuden ja huonommuuden tunteensa sekä parantamaan itsetuntoaan. Päihteiden käytölle on omalla tavallaan tilaus heidän ollessa kyvyttömiä kestämaan ja sietämään häpeän tunnetta. Toisaalta häpeän tunne on reaktio kunnioittavan vastavuoroisuuden puutteeseen, jolloin tämän tunteen syntymiseen on merkityksensä myös muilla ihmisillä. (Alho 2012, 52 - 53; Holmberg 2010, 45 - 54.)

Päihteiden ongelmakäyttö kytkeytyy erilaisiin valintoihin sietämättömissä elämäntilanteissa ja useimmiten ongelmien taustalla on moninaisten syiden kasauma. Päihteiden käyttö lieventää ainekohtaisesti ahdistusta, yksinäisyyttä, häpeää, syyllisyyttä ja masennusta – ja käyttöön kytkeytyy usein jokin tunnetila, jota sillä halutaan muunnella. Tunteet voidaan haluta täysin turruttaa tai niiden ilmenemistä jollain tavoin kontrolloida. Päihteiden käyttö toimii esimerkiksi ihmisen syyllisyydentunteen kieltämisen apuvälineenä, vaikka käyttö itsessään lisäisi henkilön syyllisyydentunnetta. Henkilöt, jotka tukeutuvat päihteisiin, tuntevat usein voimakkaita toiseuden tai arvottomuuden tunteita, ja heillä voi olla vaikeuksia ottaa vastuuta ja kohdata itseään. He vaimentavat näin hätäviestinsä ja luottavat harhaan paremmasta elämästä kemiallisen turvamuurin takana, jossa arki tuntuu heistä siedettä-

vämmältä ja jossa heillä olisi turvallisempi olla. Päihde on heille väline, jonka avulla he pääsevät omaan henkilökohtaiseen turvapaikkaansa. (Holmberg 2010, 45 - 54.)

2.2 Peliriippuvuus

Käyttäytymis- ja hillitsemishäiriöille on ominaista, että jännitystä luova yllyke laukaisee ihmisessä toistuvan taipumuksen toimia hallitsemattomasti häiriötilan ilmetessä. Peliriippuvuuden syntymekanismit ja taustatekijät ovat samankaltaisia kuin päihderiippuvuuden (Alho 2014), mutta sen syntyprosessi on monimutkainen eri vaiheineen ja riippuvuuden kehittymisen vaihdellessa eri henkilöillä niin ajallisesti kuin vaikutuksiltaan (Jaakkola 2008). Tämän hillitsemishäiriön syntyyn ja ilmenemiseen vaikuttavat perinnöllinen alttius, lapsuuden kehityksen aikainen haitallinen oppiminen ja ulkoinen altistuminen (Lönnqvist & Räsänen 2011, 471 - 479). Rahapeliriippuvaisilla on todettu ilmenevän myös muita impulssikontrollin häiriöitä, esimerkiksi ostovimmaa ja pakonomaista seksuaalikäyttäytymistä (Lahti, Castrén, Tenhola, Heinälä & Alho 2012). Impulsiivisen ihmisen oman välittömän reagoinnin estäminen on puutteellista. Tähän liittyy myös psykososiaalisia taustatekijöitä, kuten kasvuympäristön väkivaltaisuus, alkoholiongelmat ja sosiaaliset ongelmat. Psykologisesti selvitettyinä käytös- ja hillitsemishäiriöt ilmentävät ihmisen taipumusta ulkoistaa omaa ahdistuneisuuttaan toiminnan tasolle. (Lönnqvist & Räsänen 2011, 471 - 479.)

Peliriippuvuus on vakava toiminnallinen ongelma, joka on jatkuvaa, jaksoittain toistuvaa ja oirekuvaltaan vaihtelevaa uhkapelaamista. Se on tahdosta pitkälti riippumaton sairaus, jolloin henkilöllä on voimakas pakonomainen halu pelata voittojen ja/tai jännityksen takia, huolista irrottautumiseksi ja paetakseen avuttomuuden tunteita. (Alho 2014.) Rahapelaaminen helpottaa ongelmasta kärsivän ahdistusta suomalla hetkellisen hyvänolotunteen ja tuottaen ”nosteen”. Toleranssin kasvaessa hänen on lisättävä toimintaansa saavuttaakseen saman nosteen tunteen, joka johtaa pelaamiseen yhä useammin, tiheämmin tai suuremmin panoksin. (Castrén ym. 2014.) Pelaajalla on usein myös pelaamiseen liittyviä epätodellisia ja vääristyneitä ajatuksia (Lönnqvist & Räsänen 2011, 471 - 479), esimerkiksi odotus suuresta voitosta, joka on juuri tulossa. Pelaaminen on ihmisen elämässä keskeisintä näiden mielikuvien hallitessa hänen ajatteluaan. Lopettaessaan pelaamisen henkilö kokee vieroitusoireita: levottomuutta, ärtyneisyyttä, ahdistusta, syyllisyyttä ja alakuloa. (Alho 2014.)

Peliriippuvuuden seuraukset voivat olla äärimmäisen vakavia ilmeten psyykkisinä, fyysisinä, sosiaalisina ja taloudellisina ongelmina (Jaakkola 2011). Pelihimoisen henkilön usein toistuvat uhkapelijaksot vaikuttavat vahingollisesti tämän sosiaalisiin, ammatillisiin, ai-neellisiin ja perheeseen liittyviin arvoihin ja sitoumuksiin (Lönnqvist & Räsänen 2011, 471 - 479). Peliriippuvuus aiheuttaa ihmisessä useita hänen hyvinvointiaan ja terveydentilaansa uhkaavia oireita, masentuneisuutta, häpeän ja epätoivon tunnetta sekä lisäksi itsetuhoisuutta. Pelaajan salatessa ongelmaansa ja valehdellessa hänen ahdistuksensa ja yksinäisyytensä yleensä pahenevat, mikä osaltaan altistaa kierteen jatkumiselle. (Alho 2014.) Varsin usein henkilön uhkapelihimoon liittyy myös joko alkoholin ja huumeiden väärinkäyttöä tai riip-puvuus näistä (Huttunen 2013d). Päihde-ehdoisesti asioivilla sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkailta on todettu esiintyvän rahapeliongelmaa enemmän kuin väestössämme keski-määrin (Lahti, Salonen & Kuussaari 2014, 297).

3 LAITOSKUNTOUTUS PÄIHDE- JA PELIRIIPPUVAISTEN PALVELUMUOTONA

Sosiaali- ja terveysministeriö (2014) vastaa päihdepalvelujen toimivuudesta Suomessa. Päihdepalvelujen laatua valvovat Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto Valvira ja aluehallintovirastot. Kunnat ovat velvollisia huolehtimaan päihdehuollon sisällöstä ja laajuudesta kunnassa esiintyvän tarpeen mukaan (Päihdehuoltolaki 17.1.1986/41). Päihdehuollon eri palvelumuotoja ovat avohoito, laitoshoido, kuntoutus sekä asumis- ja tukipalvelut (Sosiaali- ja terveysministeriö 2014). Peliriippuvuuteen liittyvät palvelut on tällä hetkellä järjestetty yleisesti rahapelihaittoihin keskittyneinä erityispalveluina tai osana päihdepalveluita. Osa peliriippuvuusasiakkaista käyttää lisäksi mielenterveyspalveluita sekä talous- ja velkaneuvontaa (THL 2015a).

Laitoskuntoutus on yksi päihdehuollon erityispalvelumuodoista (Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen Kuntaliitto 2002). Laitoskuntoutus on päihderiippuvaiselle tarpeen silloin, kun avohoidon palvelut eivät ole riittäviä tai eivät vastaa henkilön tarpeeseen (Holopainen 2013). Laitoskuntoutusta järjestävät kuntoutuslaitokset tarjoavat sekä katkaisuhoidoa että pitempiaikaista kuntoutusta (Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen Kuntaliitto 2002). Alkoholi-ongelmaisen laitoskuntoutus kestää yleisimmin noin neljästä kuuteen viikkoa, kun taas huume-ongelmaisen kuntoutusaika on useita kuukausia (Holopainen 2013). Peliriippuvuuden hoidossa avo- tai laitoskuntoutuksella ei ole nähty eroa toipumisessa, mutta myös peliriippuvaisen hoidossa laitoskuntoutus tulee kyseeseen silloin, kun avokuntoutus ei ole tuottanut tulosta tai muut syyt puoltavat laitoskuntoutuksen tarkoituksenmukaisuutta (Monash University 2011).

Riippuvuuksien hoidossa käytetään sekä lääkehoitoa että psykososiaalisia hoitomenetelmiä, joita ovat tavallinen, tukeva hoitosuhde, kognitiivinen käyttäytymisterapia, kahden-toista askeleen ohjelma, ratkaisukeskeinen terapia, yhteisö vahvistusohjelma, terapeutin yhteisö, systeemiteoreettinen terapia ja psykodynaaminen terapia (THL 2014b). Alkoholi- ja huume-ongelmaisen hoidossa potilas- ja asiakastyön perustana ovat Käypä hoito -suositusten (2011, 2012) mukaan avoin ja luottamuksellinen hoitosuhde sekä psykososiaalinen hoito ja kuntoutus. Usein hoidossa toteutetaan eri teorioihin perustuvien menetelmien ja työtapojen yhdistelmää (Holopainen 2011). Päihdeongelmasta kärsivälle ihmiselle ei

sinällään ole väliä, minkä hoitoideologian mukaisesti hän saa tarvitsemaansa apua – tärkeintä on päihdeongelmaisen ihmisen näkeminen sekä hänen itsetuntonsa ja motivaationsa vahvistaminen. Mikään hoitomuodoista ei ole osoittautunut toista selvästi paremmaksi. (Holmberg 2012, 22 - 24; 2010, 8, 65 - 74.)

Rahapeliongelmaisen hoitotyön tueksi ei Suomessa ole vielä laadittu Käypä hoito -suositusta eikä peliongelman hoitovaihtoehtoista ole tehty kattavaa vertailututkimusta. Peliongelman hoidossa käytetään muun muassa päihde- ja mielenterveysongelmien hoidossa käytettäviä hoitomuotoja, kuten kognitiivista käyttäytymisterapiaa, motivoivaa haastattelua sekä muita psykoterapeuttisia hoitomenetelmiä. Maailman ensimmäinen rahapeliongelman hoitoon tehty Käypä hoito -suositus on tehty Australiassa vuonna 2011 ja sen mukaan paras hoitomuoto rahapeliongelmaan on lyhytkestoinen, kognitiivinen käyttäytymisterapia, mutta myös muut psykologiset interventiot ovat hyödyllisiä. (THL 2015b.)

3.1 Yhteisöhoito päihde- ja peliriippuvaisten laitostuntoutuksessa

Yhteisöhoito on yksi päihde- ja peliriippuvaisten laitostuntoutuksessa käytettävistä hoitomenetelmistä (THL 2014b; Käypä hoito -suositus 2012). Siitä käytetään rinnakkain nimityksiä terapeutin yhteisö ja yhteisökasvatus (Kaipio 2009, 53). Laitostuntoutuksen yhteisön muodostavat kuntoutujat ja henkilökunta yhdessä (De Leon 2000, 131; Murto 2013, 14). Kaikkia yhteisöhoidollisia suuntauksia yhdistää pyrkimys käyttää yhteisöä asiakkaiden hoidon ja kuntoutuksen perustana (Murto 1997, 239). Yhteisö toimii sekä kontekstina että menetelmänä henkilön omassa muutosprosessissa. Yhteisöhoitossa on yhteinen päämäärä, jonka tavoitteena on hoitaa yksilön riippuvuutta sekä tukea kuntoutujan elämäntavan ja minäkuvan muutosta. Kaikki yhteisön toiminnot, ihmissuhteet ja ihmisten välinen vuorovaikutus auttavat ihmistä toipumaan ja löytämään oikean tavan elää, joten näin yhteisö palvelee yksilöä toipumaan. (De Leon 2000, 85, 92 - 94.)

Osallistumalla yhteisön jokapäiväisiin toimintoihin kuntoutuja ottaa vastuuta yhteisön toiminnasta, saa luottamusta muilta kuntoutujilta sekä samalla omaksuu oikean elämän arvoja (De Leon 2000, 87 - 88; Murto 2013, 14). De Leonin (2011) mukaan yhteisöhoito on ainoa päihdekuntoutusmenetelmä, jonka päämääränä on lopullinen toipuminen ja persoonallisuuden muutos. Kuntoutujan tulee tuntee olonsa turvalliseksi ja hyväksytyksi yhteisössä, jotta hänen kuntoutumisensa onnistuu (De Leon 2000, 87 - 88; Murto 2013, 14).

Yhteisöhoidon periaatteisiin kuuluu demokraattisuus, eli jokainen yhteisön jäsen on osallisena yhteisön päätöksenteossa ja jokaisella on samanlaiset oikeudet. Yhteisössä tulee ilmetä tarpeeksi avoimuutta ja osallistumista, jolloin sen jäsenet voivat jakaa omia henkilökohtaisia kokemuksiaan keskenään, ja lisäksi yhteisön tulee sallia jäsentensä erilaisuus, jotta toisen ongelmien ymmärtäminen olisi mahdollista. Yhteisöhoidossa asiakas saa jatkuvaa palautetta käyttäytymisensä vaikutuksesta yhteisöön ja sen toisiin jäseniin. Tässä tilanteessa vaaditaan jokaiselta yhteisön jäseneltä rehellisyyttä ja avoimuutta. Myös jäsenen fyysisen ja psyykkisen turvallisuuden takaaminen sisältyvät yhteisöhoidon periaatteisiin. (Murto 1997, 249 - 250; Kaipio 2009, 63 - 64.)

3.2 Vertaistuki laitospääntoutuksen yhteisössä

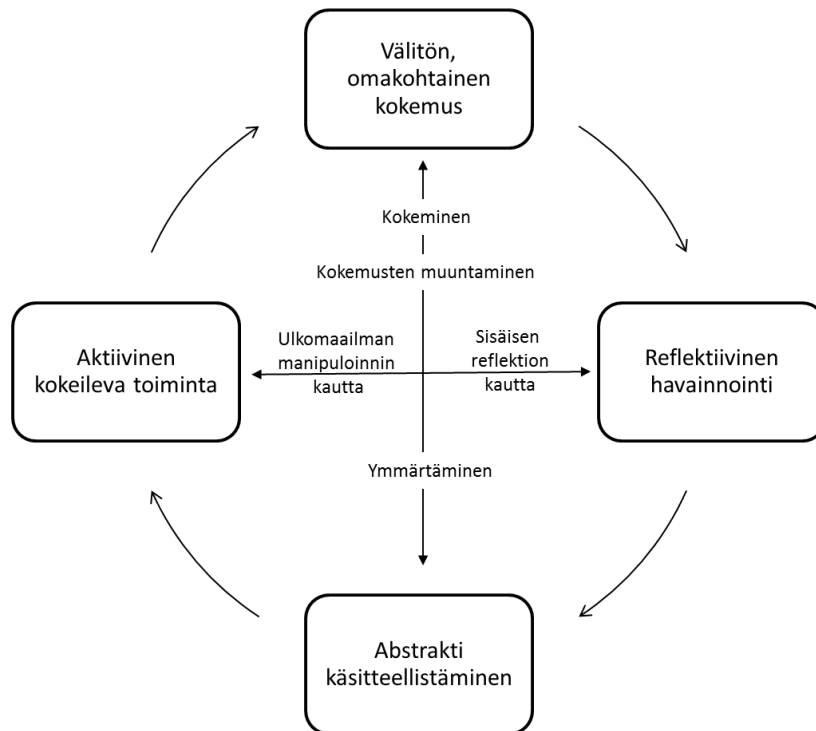
Vertaistuella on suuri merkitys päihde- ja peliriippuvaisen toipumisessa ja tätä hyödynnetään riippuvuuden hoidossa osana ammatillista hoitoa ja kuntoutusta (THL 2014c). Yhteisöhoidossa kaikki kuntoutujat ovat toistensa vertaishenkilöitä, samanvertaisia kamppaillessaan elämänmuutoksensa kanssa (De Leon 2000, 165). Vertaisryhmällä on suuri terapeutinen ja kasvattava vaikutus (Murto 1997, 242). Henkilön toipumisprosessiin yhteisöhoidossa kuuluu olennaisena osana yhteisön antama tuki ja sosiaalinen oppiminen. Toipumisprosessi lähtee ihmisestä itsestään, ja toipuminen on aina oman itsensä auttamista. Ihminen ei kuitenkaan pysty tähän yksin, vaan tarvitsee tähän tukea – voidessaan auttaa toista toipumaan, auttaa samalla myös itseään toipumaan. (De Leon 2011.)

Yhteisön jäsenten antama vertaistuki on keskeinen voima yhteisöhoidossa. Yhteisössä yhteisesti sovitut säännöt ja rajat, toisten jäsenten auttaminen ja vertaisryhmäpalaute kuuluvat keskeisesti yhteisöhoidon arkeen. Vertaisryhmä toimii yhteisössä merkittävänä sosiaalistajana ja vahvistaa henkilön kokemusta siitä, että riippuvuudesta irrottautuminen ja toipuminen kannattavat. Vertaisryhmältä saatu palaute vahvistaa henkilön arvojen, asenteiden, käyttäytymisen ja persoonan muutosta. Henkilön kokema ryhmään samaistuminen ja oman itsensä reflektointi ryhmään nähden ovat muutosprosessin avaintekijöitä. (Hännikäinen-Uutela 2004.) Jokaisen ryhmän jäsenen tulee kokea ryhmä turvalliseksi sekä oppia vähitellen luottamaan ryhmään ja jakamaan omia kokemuksiaan ryhmäläisten keskuudessa. Tämä mahdollistaa, että kyseinen jäsen voi olla tukena ja roolimallina toisille päihdekuntoutuksen yhteisön jäsenille. (Ruisniemi 2006, 37.)

4 TOIMINTAKOKEMUSMENETELMÄT JA TOIMINNALLISET HARJOITTEET PÄIHDE- JA PELIRIIPPUVAISTEN TOIPUMISEN TUKENA

Toimintakokemusmenetelmillä pyritään erityisesti lisäämään ryhmän turvallisuutta ja sisäistä luottamusta sekä tukemaan tunne-, asenne- ja arvotason oppimista. Menetelmillä on myös ryhmäytymistä tukeva vaikutus. Toiminnallinen oppiminen sopii hyvin elämisen taitojen oppimiseen, sillä ihminen oppii näitä taitoja paremmin tekemällä kuin kuuntelemalla. Oppimisen edellytyksenä on ryhmä, jossa voi verrata omia kokemuksiaan toisten kokemuksiin. Toimintakokemusmenetelmien arvopohjana on ihmisarvon kunnioittaminen; jokainen ihminen on arvokas, ainutlaatuinen ja vapaa. Tähän perustuu menetelmien etiikka, jonka mukaan toimimalla taataan ryhmän jäsenten psyykkinen turvallisuus. (Aalto 2000, 143 - 144, 149 - 155.) Toimintakokemusmenetelmissä tunteiden purkaminen katsotaan tärkeäksi vaiheeksi, koska perustavoitteena on turvallisen ryhmän luominen. Tämän vuoksi on erittäin tärkeää, että ryhmän jäsenet pystyvät kommunikoimaan tunnetasolla ja kun ryhmässä koetaan, että kaikenlaiset tunteet ovat hyväksytyjä, on helpompi käsitellä myös ”tunnetulppia”. Lisäksi toimintakokemusmenetelmät antavat mahdollisuuden elämisen taitojen opetteluun, jota voidaan vahvistaa tunteista puhumalla. (Aalto 2000, 120.)

Toimintakokemusmenetelmien lähtökohta on kokemusoppiminen (Aalto 2000, 149). Kolbin kokemusoppimisen (experiential learning) mallissa (KUVIO 1) on neljä vaihetta: omakohtainen kokemus, reflektiivinen havainnointi, abstrakti käsitteellistäminen ja aktiivinen, kokeileva toiminta. Oppiminen lähtee oppijan omakohtaisesta kokemuksesta, jota seuraa reflektio eli oppija pohtii omaa toimintaansa ja ajatteluaan. (Kolb 1984, 40 - 42; Sahlberg & Leppilampi 1994, 30 - 31.) Reflektio kuuluu yhtenä osana kokemusoppimisen perusprosesseihin, ja se on jatkuvaa ja aktiivista itsetutkiskelua. Reflektio edellyttää avointa asennoitumista ja älyllisen ajattelun taitoa. Sitä voidaan tehdä myös ryhmässä, jolloin reflektion kohteena voi olla esimerkiksi ryhmän toiminta. Tämän seurauksena oppija ymmärtää ilmiöitä teoriassa ja luo uusia toimintamalleja. (Sahlberg & Leppilampi 1994, 30 - 31.)



KUVIO 1. Kokemusoppimisen malli (mukaiillen Kolb 1984, 42)

Toimintakokemusmenetelmiä käytettäessä ryhmässä toteutetaan toiminnallisia harjoitteita, joilla on määritellyt tavoitteet (Aalto 2000, 146, 151). Toiminnallisilla harjoitteilla on pitkä historia, ja ne pohjautuvat useisiin eri teorioihin. Toiminnallisten harjoitteiden käyttö on tehokas apuväline riippuvuusasiakkaan toipumisprosessissa, ja ne ovat yhä enenevässä määrin tulossa yhdeksi terapiavaihtoehdoksi riippuvuusasiakkaiden hoidossa. Kognitiivis-behavioraalinen terapia ei aina ole tehokasta riippuvuudesta kärsiville asiakkaille, koska päihderiippuvaisilla on usein heikko kognitiokyky sekä epäsoivia käyttäytymismalleja. (Hagedorn & Hirshhorn 2009.)

Ryhmässä tehtävät toiminnalliset harjoitteet ovat tehokkaita riippuvuusongelmalliselle, koska näitä suorittaen ihminen saa ilmaista itseään turvallisessa ympäristössä. Itsensä ilmaisun lisäksi harjoitteet antavat ryhmän jäsenille mahdollisuuden olla vuorovaikutuksessa keskenään uudella tavalla; näin tulee esiin ryhmän vaikutus yksilön toipumisprosessissa. Longon [2004] esittämän näkemyksen mukaan toiminnalliset harjoitteet auttavat riippuvuusongelmasta kehittämään empatiakykyä, harjoittelemaan vuorovaikutustaitoja ja rakentamaan luottamusta. Kun henkilö oppii luottamaan itseensä ja toisiin ryhmän jäseniin, on sillä vaikutus yksilön toipumisprosessiin. (Hagedorn & Hirshhorn 2009.)

Riippuvuusasiakkaiden suorittamat toiminnalliset harjoitteet lisäävät ryhmän koheesiota, vähentävät riippuvuusongelmaisten ihmisten heille ominaisia puolustusmekanismeja ja tehottomia ajatusmalleja. Lisäksi toiminnallisten harjoitteiden aikana ihminen kohdataan siinä muutosvaiheessa, jossa hän kulloinkin on sekä tarjotaan riippuvuusongelmaiselle henkilölle luovia mahdollisuuksia tutkia omia tunteitaan, motivaatiotaan ja oivalluksiaan suhteessa aikaisempiin kokemuksiin. (Hagedorn & Hirshhorn 2009.)

Toiminnallisten harjoitteiden yllätyksellisyydellä on oma painoarvonsa, ja tämän vuoksi harjoitteiden tavoitteita ei etukäteen kerrota ryhmän jäsenille. Niiden yksityiskohtainen kertominen saattaisi aiheuttaa sen, että harjoitteisiin osallistujat alkavat tarkkailla käyttäytymistään ja analysoida tapahtumia kesken harjoitteen. Tämä voisi aikaansaada sen, että osallistujat eivät sitoudu harjoitteeseen tai eivät saavuta harjoitteen tavoitteena olevaa aitoa tunnekokemusta samalla tavalla kuin, jos kokemus on yllätyksellinen. Oppimisen tavoitteista on hyvä kertoa osallistujille, mutta yleisten ja yhdessä hyväksytyjen tavoitteiden esiin tuominen riittää. (Aalto 2000, 146, 151.)

Ohjaaja tekee kyseessä olevalle kohderyhmälle ohjelman ja valitsee siihen tälle ryhmälle sopivia toiminnallisia harjoitteita. Tavoitteet asetetaan vastaamaan ryhmän tarpeita. Toiminnallisia harjoitteita tehtäessä tulee ohjaajan alussa määrittellä kyseisen ryhmän turvallisuuden aste, jotta ryhmälle voidaan valita oikeanlaisia harjoitteita. Lisäksi ryhmälle tulee asettaa tavoitetaso eli mille ryhmäturvallisuuden tasolle pyritään. Aina ei ole tarvetta eikä edes toivottavaa nostaa ryhmän turvallisuutta ylimmälle mahdolliselle tasolle. (Aalto 2000, 70 - 74, 81 - 83.) Aalto (2000, 22 - 23; 2002, 16 - 18) on määritellyt ryhmän turvallisuuden asteet seuraavasti: T1 Pelkäävä ryhmä, T2 Turvaton ryhmä, T3 Tuntematon perusturvallinen ryhmä, T4 Tuttu, turvallinen ryhmä, T5 Avoin ryhmä, T6 Heikkoutta hyväksyvä ryhmä, T7 Haavoittuvuutta salliva ryhmä ja T8 Armahtava ryhmä. Asteikossa turvallisuuden astetta merkitään T-kirjaimella ja numerolla ja tarkennetun määritelmän avulla ryhmän ohjaaja pystyy arvioimaan ryhmän turvallisuuden tason ja näin valitsemaan ryhmälle oikeanlaisia harjoitteita.

Toiminnallisia harjoitteita tehtäessä voi mukana olla osallistujien ja ohjaajan lisäksi avustavaa henkilökuntaa, esimerkiksi apuohjaaja ja havainnoija. Lähtökohtana toimintakokemusmenetelmiä käytettäessä on etukäteen suunniteltu harjoite, joka suoritetaan ryhmässä. Harjoitetta voidaan muokata tarpeen mukaan käyttämällä seuraavia työkaluja: kehyskerto-

mus (mielikuvitustarina), roolien antaminen, kilpailu, aikarajat ja rajoitteistaminen (toimintavalmiuksien rajoittaminen). Sama harjoite synnyttää osallistujissa erilaisia kokemuksia ja jokaisen kokemus on omanlaisensa. (Aalto 2000, 87 - 88, 99 - 107.)

Ryhmän havainnointi on hyvä työkalu, jota voidaan käyttää apuna harjoitteiden purku- ja prosessointitilanteessa. Havainnoija tarkkailee ryhmän toimintaa, ja apuna voidaan käyttää kirjallista havainnointikaavaketta tai muita apuvälineitä. Harjoitteiden purku ja prosessointi ovat erityisen tärkeitä toimintoja toimintakokemusmenetelmiä käytettäessä. Purkuun ja prosessointiin voidaan käyttää purku- ja prosessointikysymyksiä, joiden avulla saadaan osallistujat itse oivaltamaan, millainen hän itse on ja miksi hän toimi tilanteessa tietyllä tavalla. Purku ja prosessointi auttavat ryhmän jäsentä myös saamaan yhteyden omiin tunteisiin eli purkamaan tunteita. (Aalto 2000, 114 - 115.) Harjoitteiden aikana saadut kokemukset puretaan ja käsitellään yhdessä, varsinkin tunteiden käsittelyn merkitys korostuu. Ohjaaja antaa tukea kokemusten purku- ja käsittelyvaiheessa, jonka jälkeen etsitään keinoja, miten opitut asiat voidaan siirtää normaaliin elämään. (Aalto 2000, 151.)

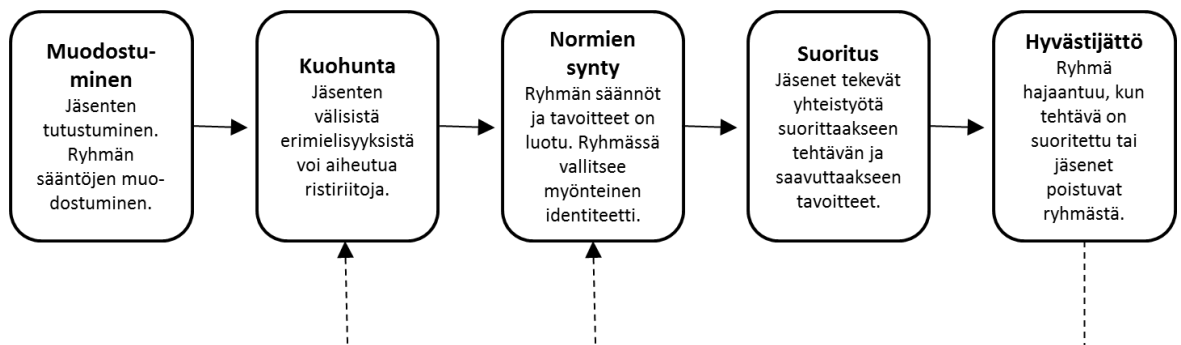
Aallon (2000, 137) mukaan toiminnallisten harjoitteiden ohjaajalta ei sinänsä vaadita erityistä koulutusta aiheeseen ja harjoitteita voidaan käyttää hyvin moninaisissa tilanteissa. On kuitenkin olennaista tietää kenen kanssa ja millä tavoin harjoitteita käytetään. Harjoitteita voidaan käyttää yksittäisinä leikkeinä tai harjoitteina, jolloin ei välttämättä ole määritelty mitään erityistä oppimis- tai terapianäkökulmaa. Toisaalta harjoitteilla on mahdollista päästä syvälle ihmismieleen ja saada aikaan terapeuttisia kokemuksia. Ohjaajan tulee tunnistaa oma ammattitaitonsa ja kokemuksensa ja sen perusteella valita, minkälaisia harjoitteita hän käyttää. Aalto on omissa harjoitekuvauksissaan merkinnyt, minkä tasoista ammattitaitoa tai kokemusta kukin harjoite edellyttää.

Ohjaajalla itsellään tulee olla vankka luottamus toiminnallisiin harjoitteisiin, koska ilman ohjaajan omaa luottamusta ryhmä voi lukkiutua ja kokea turvattomuutta. Alussa ohjaaja saattaa käyttää paljon itseään saadakseen ryhmän toimimaan. Mitä enemmän ohjaaja harjaantuu harjoitteiden pitämiseen, oppii hän samanaikaisesti luottamaan ryhmän omaan kykyyn selviytyä harjoitteista ja pystyy itse asettumaan enemmän sivuun. Ohjaajan tulee luottaa, että ryhmä toimii sillä hetkellä juuri niin kuin sen tulee toimia eikä ohjaajan tule odottaa ryhmältä enempää eikä vähempää, sillä harjoitteiden keskiössä on itse ryhmä – ei ohjaaja. Ohjaajan on tärkeää oppia tunnistamaan eri ryhmien turvallisuuden asteita, ja tämä

taito kehittyä ohjaajalle kokemuksen myötä. On myös hyvä, että ohjaaja osaa niin sanotusti nollata edellisen harjoitekerran kokemukset, etteivät nämä kokemukset vie herkkyyttä uuden ryhmän aistimiselle. Lisäksi ohjaajan tulee antaa ryhmän jäsenten sisäiselle prosessille aikaa kehittyä. Hän ei saa omalla käytöksellään kiirehtiä asioiden etenemistä, koska ihmisen sisäiset prosessit tarvitsevat aikaa. (Aalto 2000, 137 - 139.)

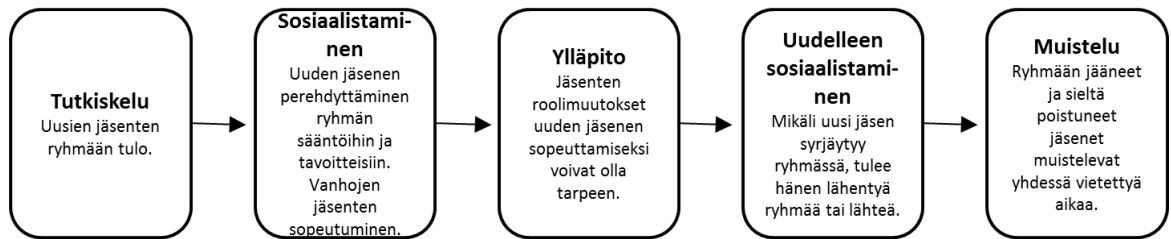
4.1 Ryhmäturvallisuus

Pennington (2005, 72 - 75) tuo esille Tuckmanin [1965] sekä Morelandin ja Levinen [1982] esittämät viisi ryhmän kehitysvaihetta (KUVIO 2). Ryhmä voi käydä läpi kaikki vaiheet tai jokin ryhmä ei edisty seuraavaan vaiheeseen, vaan saattaa palata vaiheissa taaksepäin. Ryhmän vaiheet ovat: muodostuminen, kuohuntavaihe, normeista sopimisvaihe, suoritusvaihe ja päätösvaihe. Katkoviivat osoittavat, että kun ryhmästä lähtee jäseniä, se voi joutua palaamaan aiempiin vaiheisiin. Nämä kehitysvaiheet soveltuvat parhaiten ryhmälle, joka pysyy samanlaisena tietyn tehtävän ajan, eli ryhmällä on kiinteä elinkaari.



KUVIO 2. Ryhmän kehityksen viisi vaihetta (Pennington 2005, 74).

Ventuskartanon laituskuntoutuksen yhteisö, opinnäytetyönä toteutetun kehittämishankkeen kohde, ei kuitenkaan ole kiinteä ryhmä, koska yhteisöön saapuu uusia jäseniä lähes viikoittain. Tätä tilannetta kuvaa paremmin Penningtonin (2005, 75 - 76) esittämä Morelandin ja Levinen [1984] ryhmäsosialisaatioon pohjautuva viisivaiheinen malli (KUVIO 3), jossa tarkastellaan tilannetta uuden jäsenen saapuessa jo vakiintuneeseen ryhmään ja miten ryhmä sosiaalistaa uuden jäsenen osaksi olemassa olevaa ryhmää. Ryhmäsosialisaation vaiheet ovat tutkiskeluvaihe, sosiaalistamisvaihe, ylläpitovaihe, uudelleen sosiaalistamisvaihe ja muisteluvaihe.



KUVIO 3. Morelandin ja Levinen [1984] esittämä sosialisointin viisivaiheinen malli (Pennington 2005, 75).

Ihminen on lajityyppinä hyvin riippuvainen toisista yksilöistä. Uusi ryhmän jäsen haluaa liittyä ryhmään ja sen muihin jäseniin turvallisesti – siten, ettei kukaan menetä kasvojaan tai loukkaannu. Ihmisen on mahdollista tutustua vain yhteen ihmiseen kerrallaan, joten ryhmään liittyminen turvallisesti vaatii aikaa ja mahdollisuutta vuorovaikutustilanteisiin. (Kopakkala 2011, 55.) Onnistunut vuorovaikutus edellyttää puolestaan ryhmän roolien riittävää selkeyttä. Ryhmässä jäsenet omaksuvat itselleen erilaisia rooleja, joilla on oma tehtävänsä. Ensinnäkin niiden avulla tehdään työnjako ryhmässä, toiseksi roolit antavat järjestystä ja ennakoitavuutta ryhmälle ja kolmanneksi rooli antaa jäsenelle identiteetin tunteen. Jäsenillä voi olla ryhmässä useampia erilaisia rooleja ja roolit voivat aina muuttua, kun ryhmään saapuu uusi jäsen. (Pennington 2005, 90 - 93.)

On luonnollista, että ihmiset haluavat ryhmässä liittyä emotionaalisesti toisiinsa säilyttäen oman identiteettinsä. Alkuvaiheessa toisiin tutustuttaessa halutaan säilyttää riittävä turvallisuuden tunne. Kun ryhmässä on useampi ihminen, on suhteilla tapana mutkistua. Jokainen haluaa saada itselleen sopivan ja riittävän turvallisen aseman ryhmässä. Ryhmädynamiikka syntyy siitä, kun ryhmä yrittää löytää tasapainon ryhmään liittymisen ja yksilön erillisyyden välillä. Ryhmään liittyminen emotionaalisesti onnistuu sen mukaan, miten turvallisesti ryhmän jäsen olonsa ryhmässä tuntee. (Kopakkala 2011, 58.) Aallon (2000, 15 - 17; 2002, 6 - 7) mukaan turvallisuus tarkoittaa tietynlaista yksilön ja ryhmän tilaa, jossa on erittäin vähän ihmisen minuutta uhkaavia tekijöitä, joiden seurauksena yksilö voisi tuntea pelkoa, häpeää, syyllisyyttä tai arvottomuutta.

Aallon (2002, 6 - 7) mukaan turvallisuus ryhmässä koostuu viidestä eri osatekijästä. Ensimmäinen on *luottamus*, johon kuuluu sekä kyky osata luottaa toiseen että osoittautua itse luotettavaksi. Luottamus on avoimuutta ja rohkeutta ottaa vastaan ryhmän jäsenten luotta-

muksenosoitukset ja heidän tukensa. Luotettavaksi osoittautuminen puolestaan vaatii, että emme käytä hyväksi toisen jäsenen avoimuutta, vaan haluamme heidän saavan hyötyä siitä, että he heittäytyvät toisen luottamuksen varaan. Kun luottamus on molemminpuolista, ihmisissä syntyy turvallisuudentunne. Toinen turvallisuuden herättäjä on *hyväksyntä*. Mitä arkaluontoisemmalle alueelle toisten hyväksyntä meissä kohdistuu, sitä suuremman turvallisuudentunteen se meissä synnyttää. Kolmas turvallisuutta lisäävä tekijä on *avoimuus*. Tämä edellyttää avoimuutta ja rohkeutta minuuden eri tasoilla. Mitä turvallisemmaksi tunnemme olomme ryhmässä, sitä avoimempia olemme, ja mitä avoimempia olemme, sitä enemmän joudumme toisten luottamuksen varaan ja sitä kautta lisäämme luottamusta. Neljäs osatekijä on *tuen antaminen*. Turvallisuus ja luottamus lisääntyvät tuen antamisella. Osoitamme toiselle ryhmän jäsenelle luottamuksemme hänen kykynsä selviytyä edessä olevista haasteista. Viides osatekijä on *sitoutuminen*. Sitoutumisen osoittaminen kertoo luottamuksesta ryhmää kohtaan ja halusta tehdä työtä yhteisen päämäärän saavuttamiseksi.

Ryhmäturvallisuus kasvaa ryhmän jäsenten välisten vuorovaikutustilanteiden lisääntyessä, ja ryhmän jäsenet liittyvät tunnetasolla toisiinsa sen mukaan, miten turvallisiksi he kulloinkin olonsa ryhmässä tuntevat (Kopakkala 2011, 37 - 38, 58). Turvallisessa ryhmässä ihminen saa olla sellainen kuin on; myös hänen heikkoutensa hyväksytään. Näin ihminen voi tuoda esiin kaikkein kipeimpiä asioita itsestään ja tuntea todellista hyväksyntää ja välittämistä. Turvallinen ryhmä lisää ihmisen itsetuntoa, tukee minäkuvaan, ihmisen psyykkistä turvallisuutta ja tunnetta elämässä selviämisestä yksin ja yhdessä. Turvallisessa ryhmässä ihminen voi osoittaa tukeansa myös muille ryhmän jäsenille. Sen sijaan turvattomassa ryhmässä on läsnä pelko. Ihminen ei uskalla tuoda esiin itseään sellaisena kuin hän on, hän rajaa ilmaisuaan jopa valheellisesti eikä kykene osoittamaan tukeaan muille ryhmän jäsenille. Turvallisen ryhmän tuoma tuki ihmisen turvallisuudelle, minuudelle ja itsetunnolle vahvistaa ihmisen sisäistä eli yksilön turvallisuutta. (Aalto 2000, 16 - 17, 22; 2002, 8.)

4.2 Yksilön sisäinen turvallisuudentunne

Ihmisen kokema turvallisuus on Anderssonin vuonna 1984 määrittelemänä yksilön tietoisuutta ja varmuutta asioiden järjestyksestä. Koettu turvallisuus ei sinällään liity mihinkään erityiseen tapahtumaan tai ilmiöön, vaan yksilön käsityksiin eri tapahtumista. Yksilö luo itse oman arkisen maailmansa, johon liittyy turvallisuuden ja turvattomuuden kokemuksia hänen todellisuutta koskevista tulkinnoistaan. Turvallisuudentunteita yleisesti ilmaistuna

ovat ihmisen sisäinen hyvinvointitunne, omaa minuutta ja yleensä olemassaoloa koskeva luottamus ja myös olo, johon ei liity vaaraa eikä uhkaa. Turvallisuudentunne on pääsääntöisesti hyvä ja tavoittelemisen arvoinen asia. Kehittyäkseen ihminen kuitenkin tarvitsee haasteita ja uusia vaatimuksia, näiden aiheuttaessa jopa samanaikaisesti turvattomuudentunteita. Ihminen ei myöskään voi kokea hyvää oloa eikä onnea myönteisinä ilmiöinä, ellei hän koe elämässään kielteisiä ilmiöitä. Ihminen tarvitsee siis kosketuksia elämänsä toisiin puoliin; tuskaan ja kärsimykseen. (Sarvimäki & Stenbock-Hult 1996, 74 - 75.)

Yksi ihmisen turvallisuudentunteen ulottuvuuksista on sisäinen turvallisuus, joka muodostuu yksilön myönteisistä kokemuksista omasta itsestään ja syntyy ihmisen joutuessa käsittelemään omaa turvattomuuttaan esimerkiksi henkilökohtaisen kriisin yhteydessä. Yksilön sisäiseen turvallisuuteen vaikuttavat henkilön kypsyyt ja itseensä kohdistamat tunteet. Sisäisesti turvallinen ihminen luottaa itseensä ja on tietoinen heikkouksistaan ja voimavaroistaan. (Sarvimäki & Stenbock-Hult 1996, 74 - 75.) Elämä on täynnä kokemuksia, jotka voivat horjuttaa ihmisen perusturvallisuuden tunnetta missä tahansa hänen elämänsä vaihetta. Ihmistä järkyttävä tai pitkälti jatkunut vaikea elämänvaihe on suurimpia riskitekijöitä hänen turvattomuudentunteensa lisääntymiselle, mikäli hänelle on jo lapsuudessa kertynyt runsaasti kokemuksia esimerkiksi muiden ihmisten arvaamattomuudesta. Näin ollen toisten ihmisten merkitys turvallisuuden ja luottamuksen tunteiden ylläpitämisessä korostuu erityisesti, kun ihminen joutuu kokemaan omien voimavarojensa heikkenemisen. (Vilén, Lepämäki & Ekström 2008, 63 - 64.)

Kokemusasiantuntija Korhonen (2012, 42 - 51) kertoo elämästään työkeskeisyyksineen, humalahakuisuuksineen ja monine seksisuhteineen korostaen sisäisen turvallisuudentunteen merkitystä ihmiselle. Sisäisen turvallisuudentunteen vahvistuessa hoitoprosessin aikana ihminen uskaltautuu ja vapautuu katsomaan millainen on aiemmin ollut ja tuntemaan tilanteisiin kuuluvia tunteita. Kuntoutumisen edetessä ryhmän merkitys korostuu sen tarjotessa peilin, jonka avulla ihminen vähitellen oppii tuntemaan itseään ja omaa käyttäytymistään. Aalto (2000, 14 - 25) toteaaakin, että ihmisen turvallisuudentunne on psyykkiseltä ulottuvuudeltaan sellainen tila, jossa on mahdollisimman vähän tietynkaltaisia yksilön minuutta uhkaavia tekijöitä – sellaisia, jotka voisivat synnyttää kyseisessä ihmisessä pelkoa, syyllisyyttä, häpeää tai arvottomuuden tunnetta. Näin ihminen tietoisesti kokee olevansa hyväksytty ihminen.

5 KEHITTÄMISHANKKEEN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Projektiluonteisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa yhteisön ryhmäturvallisuutta vahvistava toiminnallinen harjoitesarja Ventuskartano ry:n laitostuntoutuksen sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten käyttöön. Tavoitteena oli toiminnallisilla harjoitteilla edistää asiakkaan sisäistä turvallisuuden tunnetta hänen saapuessaan laitostuntoutukseen ja ryhmän sisäisen vertaistuen kehittymistä yhteisössä.

Projekti-käsitteeseen liittyviä synonyymejä on yleisesti käytössä useita erilaisia. Niistä kehittämishanke valikoitui merkitykseltään projektiluonteisen opinnäytetyön termiksi. Kehittämishankkeelle on merkityksellistä tavoitteellinen, kertaluonteinen ja määräaikainen tehtäväkokonaisuus, jossa eri toimijat pyrkivät luomaan uudenlaisen toimintatavan, palvelun tai muun tuotteen. Kehittämishankkeen toiminta on hyvin rajattua ja määriteltyä, ja sen tavoitteiden saavuttaminen vaatii ryhmätoimintaa ja siihen sitoutumista. Projekti puolestaan on merkitykseltään suppeampi ja siitä puuttuu kehittämisenäkökulma. (Paasivaara, Suhonen ja Virtanen (2013, 14 - 16.) Projektipäälliköt Huttula ja Kerminen-Hakkio olettivat, että kehittämishankkeessa tuotetaan tuote, mikä uuden toimintatavan myötä aktivoidaan osaksi laitostuntoutuksen pysyvää käytäntöä.

6 KEHITTÄMISHANKKEEN TOTEUTUS

”Jos en minä, kuka sitten? Jos en nyt, milloin sitten?” Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen Mielenterveys- ja päihdepalvelut -yksikkö siteeraa edellä mainittua Hillelin ohjenuoraa ja toteaa, että palveluiden käyttäjät ja paikalliset työntekijät ovat usein unohdettuja asiantuntijoita mielenterveys- ja päihdetyön kehittämisessä. (Nevalainen 2010, 89 - 109.) Projektimainen työskentely on toimintaideana siirretty hyvinvointipalveluihin yritysmaailmasta ja taustalla ovat yhteiskunnalliset vaatimukset esimerkiksi sosiaali- ja terveyspalvelujen tehostamisesta ja laadun parantamisesta. Viime vuosina kehittämishankkeita on suunnattu hyvinvointipalveluihin lähinnä valtakunnallisten ja laajojen strategioiden näkökulmista. (Paasivaara ym. 2013, 12 - 14.) Tulevaisuuden kehittämissuunnitelmat on kirjattuna Kansalliseen mielenterveys- ja päihdesuunnitelmaan 2009–2015 työryhmän esittäessä, että päihdekuntoutajat tulee nostaa kokemusasiantuntijoina mukaan kehittämään ja arvioimaan palveluita (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012). Opinnäytetyön toteutuksessa huomioitiin niin palveluiden käyttäjät kuin työntekijät, mutta myös kokemusasiantuntijat.

Opinnäytetyö sai alkunsa tekijöiden yhteisestä mielenkiinnosta toteuttaa opinnäytetyö päihdehoitotyön näkökulmasta ja yhteistyössä kolmannen sektorin kanssa. Yhteistyötaho löytyi Päihdekeskus Portista, jossa Ventuskartano ry tuottaa palveluinaan muun muassa päihde- ja peliriippuvaisten asiakkaiden kokonaisvaltaista laitostuntoutusta kumppanuusyhteistyössä perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon kanssa. Ventuskartanon laitostuntoutus tarjoaa asiakkailleen pitempiaikaista kuntoutusta vieroitusvaiheen jälkeen ja on erikoistunut päihdekuntoutuksen lisäksi peliongelman hoitoon. Opinnäytetyön aihe ja toteutustapa muotoutuivat työelämän tarpeista ja yhteistyössä kehittämistyöstä vastaavan työelämäohjaajan kanssa.

Projektiluonteinen opinnäytetyö oli kehittämishanke, jolla oli kertaluonteinen ja tavoitteellinen tehtäväkokonaisuus. Tämän saavuttamista edistettiin noudattamalla Paasivaaran ym. (2013) esittämiä käytäntöjä hyvinvointipalveluiden projektijohtamisesta sekä elinkaarimallin mukaista projektin kulkua. Elinkaarimallin (Paasivaara ym. 2013, 79 - 97) mukaisesti ja kehittämishankkeen jäsentämisen, toteuttamisen ja johtamisen helpottamiseksi sen vaiheet olivat seuraavat: ideointi- ja konseptointivaihe, kokeilu- ja toteuttamisvaihe, päättämis- ja vaikuttavuuden arviointivaihe sekä käyttöönotto- ja arviointivaihe.

6.1 Organisaatio, ohjaus ja viestintä

Kehittämishanke sisältää joukon ihmisiä ja muita resursseja, jotka on tilapäisesti koottu yhteen suorittamaan tiettyä tehtävää. Näistä ja projektimaiseen työskentelyyn liittyvistä toiminnoista käytetään yleisesti vakiintuneita käsitteitä, esimerkiksi projektipäällikkö, projektiorganisaatio ja projektiohjaus. (Ruuska 2007, 18 - 26.) Projektiorganisaatio on tarkoitettu kertakäyttöiseksi ja sille on luonteenomaista johtaminen tavoitteiden ja poikkeamien avulla sekä joustavuus. Projektipäälliköllä on keskeinen asema projektiorganisaatiossa. (Ruuska 2007, 18 - 26.) Projektipäällikön tulee varmistaa omalla johtamispanoksellaan, että kehittämishankkeessa saavutetaan sen tavoiteltu tulos ja yhteistyötahot osallistuvat hankkeen toteutukseen sen onnistumisen kannalta merkittävällä panoksella. Ensiarvoisen tärkeää on pitää toistuvasti yllä avointa keskustelua toiminnan etenemisestä ja tavoitteiden saavuttamisesta koko kehittämistyön aikana. (Paasivaara ym. 2013, 81 - 94.)

Kehittämishankkeen organisaation perustana oli kaksi tasavertaista projektipäällikköä, sairaanhoitajaopiskelijat Katja Huttula ja Mira Kerminen-Hakkio, jotka kuuluivat sekä projekti- että ohjausryhmään. Projektipäälliköt vastasivat kehittämishankkeen päivittäisjohtamisesta ja siihen liittyvästä päätöksenteosta sekä yhteydenpidosta muihin toimijoihin ja organisaatioon. Heillä oli ensisijainen vastuu kehittämishankkeen toteuttamisesta seuraten tehtävien edistymistä ja päämäärän saavuttamista. Projektipäälliköt vastasivat myös kehittämishankkeen ohjauksesta noudattaen toiminnassaan joustavan ohjauksen elementtiä. Ohjaaminen sisälsi ne toimintatavat, joita projektipäälliköt loivat kehittämishankkeen suunnitteluvaiheessa sen ohjaamisen mahdollistamiseksi. Näistä näkyvin oli kehittämishankkeen ohjausryhmä. Ohjaukselliseen toimintaan sisältyi kehittämishankkeen tavoitteiden asettaminen, suunnittelu, toteuttaminen, seuranta ja arviointi yhteistyössä projektiorganisaation kanssa. Käytännön tasolla ohjauksessa korostui sekä ihmisten että asioiden johtaminen. Ilman ohjausta projekti ei pääse päämääräänsä ja ohjaukseen panostaminen merkitsee aina panostamista projektin onnistumiseen ja laatuun (Paasivaara ym. 2013, 71, 79 - 97.)

Mahdollisiin ongelmakohtiin tartuttiin jo varhaisessa vaiheessa. Paasivaara ym. (2013, 81 - 94) toteavat, että näihin tulee tarttua pikaisesti ja pohtien, mistä mahdollinen ongelma johdetaan ja mitä sille voidaan tehdä. Vaihtoehtoiset ratkaisukeinot käsitellään yleensä projekti-ryhmän kesken ja valitaan näistä paras mahdollinen ratkaisukeinoksi. Näin vältetään etenkin pienen kehittämishankkeen sisältämä riski toiminnan pysähtymisestä. Tarvittaessa toi-

minnan uudelleen suuntaamisen toimenpiteet harkitaan ja päätetään yhdessä projektiryhmässä, mikäli havaitaan tavoitteiden saavuttamisessa heikkouksia.

Projektiryhmä koostuu kehittämishankkeen kannalta tärkeistä asiantuntijoista, ja jäsenillä on omat vastuualueensa ja valtuutus ratkaista vastaanulleita ongelmia omaa asiantuntemustaan ja toimialuettaan koskevissa kysymyksissä (Ruuska 2007, 18 - 26). Ohjausryhmä vastaa puolestaan projektiohjauksesta, jossa sovelletaan projektihallinnan ja -suunnittelun menetelmiä ja työtapoja (Virtanen 2009, 42 - 47). Käytännössä ohjausryhmä valvoo kehittämishankkeen etenemistä, tukee projektipäälliköitä näiden johtamistehtävässä sekä tekee kehittämishankkeen rajausta, aikataulua ja resursseja koskevia päätöksiä (Ruuska 2007, 18 - 26). Lisäksi ohjausryhmä tekee päätelmiä riskeistä ja täsmentää projektin tavoitteita (Virtanen 2009, 42 - 47).

Organisaatioryhmiin (projekti- ja ohjausryhmä) kuuluivat kehittämishankkeen asettajan edustajina ja työelämäohjaajina Ventuskartanon kehittämistehtävistä vastannut ohjaaja Pekka Tuppurainen ja laituskuntoutuksen vastaava työntekijä Pauliina Jylhä. Centria ammattikorkeakoulun edustajana molemmissa ryhmissä oli opinnäytetyötä ohjannut opettaja Arja Liisa Ahvenkoski. Ohjausryhmään kuului edellä mainittujen henkilöiden lisäksi kehittämishankkeen asettajan edustajana ohjaaja Marjo Sumell. Projektiorganisaatio vastasi yhdessä projektipäälliköiden kanssa kehittämishankkeen onnistumisesta ja antoi ohjeita toiminnan edistämiseksi. Projekti- ja ohjausryhmän toiminta tuki osaltaan tavoitteiden tarkentamista ja näin lopputuloksen saavuttamista. Ohjausryhmän kokouksia pidettiin kolme kertaa kehittämishankkeen aikana ja projektiryhmä kokoontui puolestaan kaksi kertaa.

Kehittämishankkeen viestintä toteutui henkilökohtaisena vuorovaikutuksena (LIITE 1) sekä sähköisenä että kirjallisena viestintänä. Kehittämishankkeen tiedottamisesta vastasivat projektipäälliköt. Erikseen oli sovittu, että työelämäohjaajat edesauttaisivat omalla toiminnallaan viestintää laituskuntoutuksen henkilökunnalle ja asiakkaille. Kokousten ja kasvokkain tapaamisten välillä projektiryhmän kesken harjoitettiin viestintää, tiedottamista ja väliarviointia sähköpostitse ja puhelimitse. Kirjallinen viestintä sisälsi dokumentteja ja asiakirjoja kehittämishankkeen suunnittelun, toteutuksen, seurannan ja päättämisen osalta. Dokumentaatio ja raportointi ovat osa projektin asioiden johtamista ja sen tarkoituksena on, että kaikki tahot saisivat tärkeistä sovitusta asioista ja kehittämishankkeen tehtävien etenemisestä oleellisen tiedon (Paasivaara ym. 2013, 105 - 106). Kehittämishankkeessa tämä

näkyi siten, että esimerkiksi kaikista kokouksista toimitettiin projektipäälliköiden toimesta asialistat, tarvittavat ennakkomateriaalit sekä jälkikäteen muistiot tapaamisiin kutsutuille.

Kehittämishankkeen loppuraportoinnin pohjana toimivat edellä mainittujen asioiden lisäksi asiakkailta ja laituskuntoutuksen henkilökunnalta saadut palautteet ja arvioinnit. Projektipäälliköt vastasivat yhdessä loppuraportin kokoamisesta ja kirjoittamisesta kyseisen työn ajoituksessa helmi-toukokuuhun 2015. Loppuraportti julkaistaan sähköisenä Theseus.fi-palvelussa ja esitellään suullisesti opinnäytetyöseminaarissa loppusyksystä 2015.

6.2 Aikataulu ja resurssit

Yksi projektimaisen työskentelyn keskeisistä tekijöistä on aikataulu, joka korostaa kehittämishankkeen kertaluonteisuutta selkeästi määritellyine alku- ja päätepisteineen (Paasi-vaara ym. 2013, 23). Ohjaustoimintansa tueksi projektipäälliköt loivat kehittämishankkeen epävirallisessa aloitusvaiheessa suunnitelman (LIITE 2), johon laadittiin puolivuositain jaoteltuna kehittämishankkeen aikataulu sekä sen eri toteutusvaiheiden, tehtävien ja ohjaustoiminnan toteutuminen. Suunnitelma toimi projektipäälliköiden tukena, ja siinä tuotiin esille, miten saattaa kehittämishanke alkuun ja edistää sen etenemistä kokonaisuudessaan. Kehittämishankkeemme oli laajuudeltaan ja vaiheiltaan ajallisesti rajattu ajanjaksolle 31.1.2014 – 8.3.2015. Kevät 2014 edusti epävirallista hankkeen ideointivaihetta ennen projektisuunnitelman ja tutkimusluvan (LIITE 3) virallista hyväksyntää 18.6.2014, mikä oli kehittämishankkeen virallinen aloituspäivä. Hanke päättyi virallisesti suunnitelman mukaisesti 8.3.2015.

Projektipäälliköt vastasivat hankkeen aikataulusta ja varmistivat, että hanke eteni ja toteutui aikataulun mukaisesti. Kehittämishanke eteni ja sen eri vaiheet toteutuivat lähes suunnitellun aikataulun mukaisesti. Vaikuttavuuden arviointi- ja käyttöönottovaiheen välillä tapahtui siirtymää, koska vaikuttavuuden arviointivaihetta jatkettiin toiminnallisten harjoitteiden koekäyttönä. Tämä päättyi laituskuntoutuksen henkilökunnalta toukokuussa 2015 saatuun loppuarviointiin. Käyttöönottovaihe alkoi näin ollen heti kyseisen arviointivaiheen jälkeen. Muutos aikataulussa johtui ohjausryhmän päätöksestä ottaa toiminnalliset harjoitteet koekäyttöön Ventuskartanon laituskuntoutuksessa kymmenen viikon ajaksi.

Budjetti on myös yksi kehittämishankkeen keskeisiä tekijöitä (Paasivaara ym. 2013, 23). Kehittämishankkeelle ei laadittu erillistä hintamääräistä budjettia, koska se toteutui ilman erillistä ulkopuolista rahoitusta. Ennen kehittämishankkeen virallista aloittamista määritettiin seuraavat osa-alueet resurssien arvioimiseksi: kehittämishankkeen kesto ja syvyys, laajuus, pakollisuuden aste, omaehtoisuus ja suhde työyhteisön perustehtävään (Paasivaara ym. 2013, 23 - 29). Kehittämishanke oli pieni, työyhteisön omaehtoinen kehittämistyö ja syvyydeltään pinnallinen, vaikka tavoitteena oli tuottaa toiminnallinen harjoitesarja työyhteisön ammattilaisten käyttöön. Kehittämishankkeen pakollisuuden aste oli luonteeltaan ennakoiva, koska suunnittelulla ja toteutuksella pyrittiin omaehtoisesti uudistamaan ja kekeilemaan toimintamallia. Kehittämishanke nousi esiin Ventuskartanon laitospääntötyön kehittämissuunnitelmasta. Kehittämissuunnitelma oli konkreettinen liittyen arjen toimintaan ja kehittämishankkeen suhde laitospääntötyön perustehtävään sen toimintafilosofiaa vahvistava ja täydentävä.

Henkilöresurssit sekä aineelliset ja rahalliset resurssit hyödynnettiin siten, että kehittämishanke toteutui suunnitellussa aikataulussaan ja mahdollisimman edullisesti eri toteuttajatahojen näkökulmasta. Projektipäälliköiden työpanokset jaettiin kahteen osa-alueeseen kesäkuusta 2014 lähtien. Tämä toteutettiin projektimaisen työskentelyn tehostamiseksi opinnäytetyön aihealueen ollessa sisällöllisesti laaja ja tavoiteaikataulun ollessa ajallisesti mitoitettuna tiukka. Toinen projektipäälliköistä keskittyi projektijohtamiseen ja -ohjaukseen sekä kehittämishankkeen riippuvuus ilmiönä-käsitteeseen. Toinen puolestaan keskitti työpanoksensa käsitteisiin 'laitospääntötyö päihde- ja peliriippuvaisten palvelumuotona' sekä 'toimintakokemusmenetelmät ja toiminnalliset harjoitteet päihde- ja peliriippuvaisten toimimisen tukena'. Työnjako toteutui teoreettisen tiedon syventämisen, kokemusasiantuntijoiden haastatteluiden ja toiminnallisten harjoitteiden luonnostelun yhteydessä. Myös opinnäytetyön kirjoittaminen eteni esitetyn jaottelun mukaisesti. Silti ajatusten vaihtoa, ideointia, suunnittelua ja toisen tekstiosuuskien lukua sekä kommentointia suoritettiin molempiin suuntiin projektipäälliköiden toimesta. Kehittämishankkeen loppuraportti ja opinnäytetyötä yhteen kokoavat tekstiosuudet, kuten hankkeen arviointi ja pohdinta, ovat yhteisen työn tulosta.

Alkuperäisessä projektisuunnitelmassa esitettiin, että Ventuskartano vastaisi osaltaan toiminnallisista harjoitteista syntyvistä materiaalikustannuksista, kehittämishankkeen jokapäiväisen toteuttamisen yleiskuluista (esim. tietokoneen, puhelimen ja ajoneuvon käyttöku-

lut, paperi- ja tulostekulut) vastaisivat jokainen taho erikseen ja kokouksiin sisällyvistä asiakirjakuluista projektipäälliköt. Ventuskartano sitoutui päätöspöytäkirjan mukaisesti vastaamaan omalta osaltaan pienistä, esimerkiksi monistekustannuksista. Projektipäälliköt päättivät vastata itse kehittämishankkeen yksittäisistä kuluista, ja käytännössä Ventuskartanolle ei syntynyt lainkaan välittömiä kuluja. Projektipäälliköt käyttivät omia varoja yhteensä noin 165 euroa kehittämishankkeen välittömiin toimistotarvikekuluihin ja Mikko Aallon Ryppäästä ryhmäksi -kirjaan. Välittömiä kuluja syntyi lisäksi matkakuluina kertyen erillisistä kirjastokäynneistä, kehittämishankkeen toimijoiden tapaamisista ja toiminnallisista harjoitepäivistä. Toiselle projektipäälliköistä kertyi ajokilometrejä yhteensä noin 930 km kehittämishankkeen toteutuksen aikana. Projektipäälliköt vastasivat myös kehittämishankkeen lopputuotoksen, Toiminnallinen harjoitesarja -oppaan, kustannuksista.

6.3 Ideointi- ja konseptointivaihe

Ideointi- ja konseptointivaihe sisältää kehittämishankkeen suunnittelun ja keskittyy tavoiteltavan lopputuloksen ja sen saavuttamiseksi tarvittavien keinojen pohdintaan (Paasivaara ym. 2013, 81 - 86). Kehittämishankkeessa suunnittelun perustana oli ammattikorkeakoulussa hyväksytty opinnäytetyösuunnitelma, johon kehittämishankkeen välttämättömät asiat oli alustavasti konkretisoitu. Paasivaaran ym. (2013, 101 - 102) mukaan hyvä projekti-suunnitelma sisältää ainakin esittelyn kehittämishankkeen tavoitteista, projektiryhmästä, toteutussuunnitelmasta, budjetista ja ohjaussuunnitelmasta. Yksi osa kehittämishankkeen suunnittelussa on mahdollisten riskien tunnistaminen ja ennakointi. Riskianalyysi laadittiin projektipäälliköiden toimesta käyttämällä SWOT-nelikenttäanalyysiä (LIITE 4), jonka avulla kehittämishankkeessa voitiin ennalta varautua mahdollisiin epäonnistumisiin ja myös osittain välttää näitä.

Kehittämishankkeen ideointi on luovaa työtä ja on tavanomaista, että yksi henkilö keksii alustavan idean, jota tämän jälkeen kehitellään muutaman henkilön yhteistyönä eteenpäin. Pieni kehittämishanke saattaa alkaa toteutukseltaan heti pian tämän jälkeen. (Paasivaara ym. 2013, 81 - 86.) Opinnäytetyönä toteutetun kehittämishankkeen idean antoi sen asettajataho Ventuskartano. Lähtöoletuksena oli, että soveltamalla Aallon (2000) kehittämiä toiminnallisia harjoitteita voitaisiin kehittämishankkeessa mallintaa harjoitesarja Ventuskartanon päihde- ja peliriippuvaisten laitospääntoutukseen toteutettavaksi. Ventuskartanon laitospääntoutuksen ohjaajat eivät ennestään olleet käyttäneet kyseisiä toiminnallisia harjoit-

teita asiakkaiden kuntoutuksessa, lukuunottamatta satunnaisia toteutuskertoja yhden ohjaajan toimesta.

Keskeisten sidosryhmien osallistuminen jo suunnitteluvaiheessa on tärkeää kehittämishankkeen onnistumiselle, koska vuoropuhelua eri henkilöiden näkemyksistä, toiveista ja peloista tarvitaan (Paasivaara ym. 2013, 81 - 86). Työelämän edustajien kanssa toteutuneiden alkutapaamisten jälkeen aloitettiin tarkennettu suunnittelutyö, jossa olennaista oli kehittämishankkeen tavoitteiden kirkastaminen ja keskeinen idea suhteessa organisaation perustehtävään. Projektipäälliköille oli tärkeää saada tässä vaiheessa selville, millaisia tuloksia ja vaikutuksia kehittämishankkeelta odotettiin. Mahdollisimman laadukkaan toiminnallisen harjoitesarjan saavuttamiseksi projektipäälliköt keskittyivät kehittämishankkeen suunnittelussa syventämään tietoperustaa ja käymään vuoropuhelua työelämäohjaajan kanssa.

Työelämäohjaaja antoi projektipäälliköille vapaat kädet tarkentavaan suunnittelutyöhön. Projektipäälliköille korostettiin, että harjoitteiden on hyvä olla sellaisia tehtäviä, jotka ovat niiden toteuttajille ominaisia ja joissa heidän vahvuutensa pääsevät esiin. Työelämäohjaaja myös ohjeisti, että projektipäälliköiden tulee ensin selvittää riippuvuus ilmiönä, kyseisen ongelman merkitys ihmiselle ja millaiset turvallisuutta edistävät harjoitteet tämän kaltaiselle ryhmälle soveltuvat. Tiedonhankintaan projektipäälliköt saivat ohjausta informaatiolukutaidon oppitunneilta ja Centria-kirjaston Tietoverstaalta. Pääosin käytetyt tiedonhankinnan palvelut olivat: Academic Search Elite, Cinahl, kirjasto- ja tietopalvelu COLIBRI, Melinda, SAGE Premier ja Terveysportti.

Kehittämishankkeen konseptointivaihe käsitti syvällisemmän työskentelyotteen, jolla edistettiin alkuperäisten ideoiden rikastamista. Ideoiden rikastamista haettiin projektiryhmän kanssa käydyistä yhteisistä keskusteluista ja väliarvioinneista sekä kokemusasiantuntijoiden haastatteluista. Tätä ennen työelämäohjaaja toteutti todellista tilannetta jäljitellen toiminnallisen harjoitekerran, jossa opinnäytetyöntekijät olivat asiakkaiden rooleissa. Tämän tarkoituksena oli suoda projektipäälliköille ennalta näkökulmaa toiminnallisten harjoitteiden toteuttamiseen ja kokemiseen.

Kokemusasiantuntijoiden haastattelua varten laadittiin tiedote (LIITE 5), joka laitettiin työelämän toimesta näkyville ja tiedoksi Ventuskartanon laituskuntoutuksen tiloihin sen

asiakkaille. Työelämän edustajat vastasivat haastateltavien kartoittamisesta ja heidän informoimisestaan haastatteluiden osalta. Projektipäälliköt ottivat itse yhteyttä haastateltaviin, kun he olivat esittäneet työelämälle suullisen suostumuksensa haastattelulle. Erillistä kirjallista lupaa ei työelämän päätöksellä haastateltavilta vaadittu.

Tiedonantajista osa oli jo kuntoutuneita ja osa laituskuntoutuksessa sisällä olevia asiakkaita. Ennen haastattelua projektipäälliköt kävivät tiedotteen läpi tiedonantajan kanssa, painottaen haastattelun vapaaehtoisuutta ja tiedonantajan oikeutta keskeyttää haastattelu missä vaiheessa tahansa. Haastattelu oli rakenteeltaan yksilöllinen teemahaastattelu ja sen kysymykset olivat seuraavat: 1. Miten kuvailisit sitä hetkeä, jolloin saavuit laituskuntoutukseen? 2. Miten kuvailisit laituskuntoutuksen yhteisössä kokemaasi aikaa? 3. Miten kuvailisit yhteisön keskuudessa vallinnutta ryhmäturvallisuuden tunnetta? 4. Miten koet henkilökohtaisen turvallisuudentunteesi muuttuneen laituskuntoutusjakson aikana? 5. Mitkä tekijät vaikuttivat turvallisuudentunteeseesi? Haastattelujen päätteeksi projektipäälliköt kävivät yhdessä tulokset eli kirjallisen aineiston kokonaisuudessaan läpi, käyttäen näistä hyväkseen toiminnallisten harjoitteiden sisällön suunnitteluun ja toteutukseen soveltuvat tiedot.

Yhteisen kehittämistyön tuotoksena syntyi toiminnallinen harjoitesarja, jota ensin toteutettiin kehittämishankkeen kokeilu- ja toteuttamisvaiheessa opinnäytetyöntekijöiden toimissa ohjaajina ja laituskuntoutuksen henkilökunnan toimiessa havainnoijina ja arvioijina. Työelämän kanssa sovittiin ennen toiminnallisten harjoitekertojen pitämistä, mitä harjoitteiden havainnointi- ja arviointityö käytännössä merkitsee sisällöltään ja miten työ jakautuu laituskuntoutuksen edustajien ja opinnäytetyöntekijöiden kesken. Projektipäälliköiden vastuulla oli ohjata laituskuntoutuksen työntekijää havainnoimaan yhteisön ryhmäturvallisuutta ja arvioimaan ohjaajien ammattitaitoa. Toiminnallisia harjoitekertoja varten laadittiin laituskuntoutuksen asiakkaille tiedote (LIITE 6), joka laitettiin työelämän toimesta näkyville ja tiedoksi Ventuskartanon laituskuntoutuksen tiloihin.

6.4 Kokeilu- ja toteuttamisvaihe

Kehittämishankkeen kokeilu- ja toteuttamisvaihe käsitti projektipäälliköiden mallintaman ja projektiryhmän hyväksymän harjoitesarjan toteutuksellisen osuuden Ventuskartanon laituskuntoutuksen asiakkaille. Kehittämishankkeelle suunniteltu toiminnallinen harjoitesarja (LIITE 7) valmistui harjoitteiden toteuttamisvaiheen aikana. Harjoitesarjan sisältö

muotoutui valmiiksi projektipäälliköiden havainnointien, asiakkailta saatujen palautteiden ja henkilökunnan antaman väliarvioinnin pohjalta. Näitä varten laadittiin neljä erillistä lomaketta: asiakaspalaute, harjoitteiden havainnointi ja arviointi, ohjaajien ammattitaidon arviointi sekä harjoitesarjan kokoava arviointi. Edellä mainitut lomakkeet suunniteltiin projektipäälliköiden toimesta itsenäisesti, omaperäisesti ja erityisesti kehittämishankkeen käyttötarkoitukseen. Tekijänoikeudellisen suojan myötä kyseiset lomakkeet jäävät opinnäytetyöntekijöiden haltuun eikä näitä julkaista osana opinnäytetyötä.

Toteutettu harjoitesarja kuvattiin laajemmassa mittakaavassa kehittämishankkeen lopputuotokseen, Toiminnallinen harjoitesarja -oppaaseen (LIITE 8, etukansi), joka on kokonaisuudeltaan 83 sivua käsittävä kuvitettu paperinen opaskansio. Tämän sisältö muotoutui työelämää edustaneen ohjausryhmän jäsenen esittämien toiveiden mukaisesti. Toiminnallinen harjoitesarja -opas jäi kehittämishankkeen asettajan haltuun yksinoikeudella opinnäytetyösuunnitelman ja -sopimuksen mukaisesti.

Toiminnallinen harjoitesarja sisälsi kahdeksan erilaista harjoitealuetta: tutustumisharjoitteet, itsensä ilmaisemisharjoitteet, sulattajat, leikit ja hullutteluharjoitteet, lämmittelyt, yhteistoimintaharjoitteet, arvoharjoitteet ja myönteisyysarjoitteet. Ventuskartanon laitostutoutuksen asiakkaille osoitettujen harjoitteiden teemat olivat tunteiden tunnistaminen ja ilmaiseminen, vuorovaikutustaidot, omien arvojen tunnistaminen sekä yhteisön ryhmäturvallisuuden lisääminen. Harjoitesarjan aloitustilanteessa ryhmän oletettu turvallisuuden aste oli 3 (tuntematon perusturvallinen ryhmä) ja harjoitteilla tavoiteltiin ryhmän turvallisuuden asteen nousua tasolle 5 (avoin ryhmä) joko yksittäisen harjoitekerran aikana tai harjoitesarjan päätyttyä. Sarjaan valittujen harjoitteiden ohjaajan ammattitaitovaatimus oli vapaaehtoisohjaajan ja/tai kasvattajan ja kouluttajan taso.

Toiminnallinen harjoitesarja sisälsi yhteensä viisi harjoitekertaa toteutettuna viitenä viikona peräkkäin. Ajallisesti yksi harjoitekerta kesti 3 - 4 tuntia valmisteluineen ja purkuineen. Toiminnallisia harjoitteita käytettäessä ohjattu ryhmä suoritti ensin toiminnallisia ja tavoitteellisia tehtäviä (harjoitteita), joista saadut kokemukset purettiin tämän jälkeen. Toisinaan kokemuksia vähäisessä määrin myös prosessoitiin eli jäsennettiin. Erillistä harjoitteiden prosessointia ei kuitenkaan opinnäytetyöhön varsinaisesti sisällytetty työelämäohjaajan ohjeistamana. Aallon (2000) toimintakokemusmenetelmiä ja toiminnallisia harjoitteita käytettäessä tavoitellaan, että ajan myötä ryhmässä suunnitellaan lopuksi, kuinka ko-

ettu ja opittu asia siirretään arkeen toimintana. Jokaisella harjoitekerralla oli mukana molemmat opinnäytetyöntekijät toisen toimiessa harjoitteiden ohjaajana ja toisen apuohjaajana/havainnoijana, yksi laitostuntoutuksen työntekijä havainnoijana sekä vaihteleva määrä laitostuntoutuksen asiakkaita. Asiakkaiden osallistujamäärä vaihteli eri harjoitekerroilla olleen välillä 3 - 11 henkilöä. Yhtenä kertana joukkoon liittyi mukaan asiakkaita Päihdekeskus Portin vieroitushoitoyksiköstä, mikä loi ennalta suunnittelemtoman tilanteen ohjaajien ja laitostuntoutuksen yhteisön näkökulmasta.

Toiminnallisiin harjoitekertoihin osallistuneilta asiakkailta ja laitostuntoutuksen työntekijöiltä pyydettiin palaute ja arviointi jokaisen harjoitekerran jälkeen. Asiakkailta oli mahdollisuus antaa myös suullista palautetta harjoitekertojen purkutilanteissa. Kirjallista palautetta he antoivat ilmoitustaululle jätettyyn lomakkeeseen ja yhtenä harjoitekertana henkilökohtaisesti jaettuun lomakkeeseen. Laitostuntoutuksen työntekijät osallistuivat harjoitteiden havainnointiin tehden kirjauksia havainnointilomakkeeseen, joka sisälsi arviointia ryhmäturvallisuudesta ja ihmisen sisäisestä turvallisuudesta. Lomakkeen avulla havainnoijat arvioivat ryhmän turvallisuudenasteen ennen harjoitekertaa ja sen jälkeen. Näin saatiin arvioita toiminnallisten harjoitteiden vaikuttavuudesta ja soveltuvuudesta kyseiselle asiakasryhmälle. Havainnoijina toimivat laitostuntoutuksen työntekijät vaihtuivat eri harjoitekertoina. Laitostuntoutuksen työntekijät antoivat myös kirjallisen palautteen opinnäytetyöntekijöille ohjaajina onnistumisesta jokaisen harjoitekerran jälkeen.

Kehittämishankkeen etenemistä arvioitiin myös työelämäohjaajan toimesta hänen antaessaan henkilökohtaista suullista ohjausta opinnäytetyöntekijöille. Tämä toteutui kahden toteutuneen harjoitekerran jälkeen. Viiden viikon harjoitesarjan päätyttyä laitostuntoutuksen henkilökunnalta kerättiin kokoava arvio. Tämän kautta heillä oli mahdollisuus kertoa, miten he kokivat toiminnallisten harjoitteiden vaikuttaneen laitostuntoutuksen yhteisöön kokonaisuudessaan viiden viikon aikana. Tämä toteutettiin työelämän edustajan esittämän erillisen pyynnön mukaisesti.

6.5 Päätämisen- ja vaikuttavuuden arviointivaihe

Kehittämishankkeen päätämisen- ja vaikuttavuuden arviointivaiheessa näkyy konkreettisesti, mihin kehittämistyössä ollaan päätyneessä. Tällöin on syytä varmistaa, että henkilöstö on siinä määrin mukana, että kehittämishanke voidaan niin sanotusti kunnialla päättää. (Paasi-

vaara ym. 2013, 91 - 92.) Tämän tiedostivat myös kyseisen kehittämishankkeen projektipäälliköt. Kehittämishankkeessa pidettiin tulosten esittelytilaisuus laitostuntoutuksen henkilökunnalle ennen kehittämishankkeen virallista päättämistä. Näin toimien projektipäälliköt halusivat edistää kehittämishankkeen tulosten tietoisuutta ja käyttöönottoa sekä saivat samanaikaisesti työntekijöiltä arvokasta palautetta tulosten käyttökelpoisuudesta.

Esittelytilaisuus sisälsi esittelyn kehittämishankkeen tavoitteista ja aikataulusta, johdannon toimintakokemusmenetelmien ideologiaan ja kahdeksan harjoitteen yhteistoteutuksen osallistujien kesken. Esittelytilaisuuden tarkoituksena oli tuoda esille erilaisia toiminnallisia harjoitteita, joita hyödyntäen Ventuskartanon laitostuntoutuksen ohjaajat voisivat rakentaa turvallisia ryhmiä. Yhteisen keskustelun ja toiminnan myötä henkilökunnan edustajille annettiin mahdollisuus ilmaista ja tutkia omia ajatuksiaan, tunteitaan ja käyttäytymistapojaan turvallisessa ympäristössä – siten, kuinka harjoitteet toimisivat itse asiakkaiden keskuudessa. Lisäksi tilaisuudessa keskusteltiin yhdessä, miten toiminta jatkuu kehittämishankkeen päättymisen jälkeen ja miten loppuarviointi järjestetään. Tilaisuuden päättyessä Ventuskartanon laitostuntoutusyksikölle luovutettiin Toiminnallinen harjoitesarja -opas ja annettiin lainaan projektipäälliköiden työstämät muut materiaalit, kuten erilaiset kortit sekä osallistujien osallistumista stimuloivat ja helpottavat tarvikkeet ja opinnäytetyöskentelyn taustatukena toiminut Mikko Aallon Ryppäästä ryhmäksi -kirja.

Yksi päättämisvaiheen tehtävistä on kehittämishankkeen toiminnan päättäminen (Paasivaara ym. 2013, 91 - 92). Kehittämishankkeemme toiminnan virallinen päättäminen 8.3.2015 vahvistettiin viimeisessä ohjausryhmän kokouksessa, jossa projektipäälliköt esittivät lopuraportin esitysaikataulun ja itsearvionsa kehittämishankkeen onnistumisesta. Toinen päättämisvaiheen tehtävistä on kehittämishankkeen tulosten käyttöönottamisen varmistaminen (Paasivaara ym. 2013, 91 - 92). Tämä varmistettiin kehittämishankkeessa ainakin osittain toteutuvaksi ohjausryhmän tekemän päätöksen myötävaikutuksella. Ohjausryhmä päätti sitouttaa myös laitostuntoutuksen henkilökunnan koekäyttämään heille mallinnettuja toiminnallisia harjoitteita sekä arvioimaan näiden vaikuttavuutta ja soveltuvuutta.

Ennakkosuunnitelmasta poiketen ja ohjausryhmän tekemän päätöksen mukaisesti laitostuntoutuksen henkilökunta koekäytti sekä arvioi harjoitteiden vaikuttavuutta ja soveltuvuutta käyttöönsä. Koekäyttö toteutui ajallisesti 9.3. - 17.5.2015 välisenä aikana, yhteensä kymmenen viikon aikana. Koekäytöllä mahdollistettiin tuleville käyttäjille intensiivinen

perehtyminen toimintakokemusmenetelmien ideologiaan toteuttaen harjoitteita ja arvioiden niiden mahdollista vaikuttavuutta ja soveltuvuutta ammatillisesta näkökulmasta. Vastuu koekäytön toteutumisesta oli kokonaisuudessaan Ventuskartanon laitoskuntoutuksella.

Kehittämishankkeen vaikuttavuuden arviointivaihe ja käyttöönotto vaihe siirtyivät ajallisesti toteutettuna siten, että vaikuttavuuden arviointivaihetta jatkettiin toiminnallisten harjoitteiden koekäytön ajan. Tämä päättyi laitoskuntoutukselta saatuun loppuarviointiin (LIITE 9) viikolla 21 keuhäällä 2015. Johtaminen kehittämishankkeen tässä vaiheessa oli varsin keskeisessä asemassa, erityisesti kokonaisuuden hallinta sekä ihmisten että asioiden osalta.

Päätämishaiheeseen liittyy pohtimista ja suunnittelua – mitä kehittämistyön tuloksille tapahtuu jatkossa; aiotaanko niitä hyödyntää? Miten varmistetaan, että tulokset todella otetaan käyttöön? Tässä tilanteessa keskeisessä asemassa ovat kehittämishankkeen avainhenkilöistä vaikutusvaltaiset, yleensä johtavassa asemassa olevat henkilöt, joilla on vaikutusvaltaa oman organisaationsa toiminnassa. (Paasivaara ym. 2013, 91 - 92.) Kehittämishankkeessa tämä tarkoitti erityisesti työelämän edustajia projektiorganisaatiossa, kuten projektipäälliköt asian osaltaan totesivat kehittämishankkeen tulosten esittelytilaisuuden päätyttyä laitoskuntoutuksen vastaavalle työntekijälle.

6.6 Käyttöönotto vaihe

Tarkennetut tavoitteet kehittämishankkeen tuotoksen, Toiminnallinen harjoitesarja -oppaan, hyödyntämisen ja käyttöönottamisen osalta määritettiin kehittämishankkeen asettajan kanssa toiminnan viime hetkillä. Kehittämishankkeessa pyrittiin edistämään toiminnallisen harjoitesarjan hyödyntämistä ja käyttöönottoa Ventuskartanon laitoskuntoutuksessa tulosten esittelypäivän ja toiminnallisten harjoitteiden koekäytön myötävaikuttamana. Vastuu toiminnallisten harjoitteiden käyttöönotosta osana laitoskuntoutuksen toimintaa on Ventuskartanolla, joka voi ottaa kehittämishankkeen tuotoksena syntyneet toiminnalliset harjoitteet käyttöönsä näin halutessaan.

7 KEHITTÄMISHANKKEEN ARVIOINTI

Toiminnallisissa opinnäytetöissä on hyvä kerätä palautetta kohderyhmältä, jotta tavoitteiden saavuttamisen arviointi ei jää vain subjektiiviseksi arvioinniksi. Tätä on syytä pyytää toiminnan onnistumisesta ja soveltuvuudesta kyseiselle kohderyhmälle, lisäksi palautetta voi pyytää toteutustavasta ja käytännön järjestelyjen onnistumisesta. (Vilka ja Airaksinen 2003, 157.) Palautetta ja arviointia kerättiin koko kehittämishankkeen ajan eri tilanteissa ja eri kohderyhmiltä. Palautetta pyydettiin toiminnallisten harjoitteiden kohderyhmältä eli Ventuskartanon laitostuntoutuksen asiakkailta, jotka osallistuivat harjoitteisiin. Palautetta ja arviointia pyydettiin myös laitostuntoutuksen henkilökunnalta saadaksemme tietoa toiminnallisten harjoitteiden soveltuvuudesta ja mahdollisesta vaikuttavuudesta laitostuntoutuksessa.

Arviointitietoa hyödyntävä kehittämishanke edistää oppivan organisaation ideaa, mikäli se pystyy aidosti huomioimaan arvioinnissa esille nousseet negatiivisilta tuntuvat seikat. Oppiva projektiorganisaatio kykenee kääntämään siihen kohdistuneet negatiiviset kommentit itselleen kehittämishaasteiksi. Kehittämishankkeen arviointikokonaisuuden toimivuus edellyttää arvioinnin taitoa ja ajallista panostamista. Mikäli kehittämishanke toteuttaa arvioinnin itse, korostuu itsearviointitaitojen merkitys. (Paasivaara ym. 2013, 169 - 171.)

7.1 Asiakkaiden palaute harjoitekerroista

Asiakkailta saatiin sekä kirjallista että suullista palautetta, kirjallista palautetta hieman niukemmin kuin suullista. Palautteissa kävi ilmi toive vaihtoehtoisista aktiviteeteista laitostuntoutuksessa toistuvien keskustelutuokioiden sijaan. Osa osallistujista piti harjoitekertoja liian pitkinä ja harjoitteiden määrää liiallisena yhtä harjoitekertaa kohden, kun taas osan mielestä harjoitekerrat olivat sopivan mittaisia. Osa harjoitteista koettiin hauskoina ja leikkimielisinä. Eräs osallistuja nosti pidetyistä harjoitteista esille hyvinä erityisesti arvoharjoitteet ja harjoitteet, joissa oltiin sokkona sekä Kosketukset-harjoitteen (leikki ja hultteluharjoite). Kielteistä palautetta sai Ydinjätealue-harjoite (yhteistoimintaharjoite) sekä ulkona toteutettu harjoite. Kehittämishankkeen asettaja oli erikseen maininnut, että myös ulkoarjoitteet olisivat toivottavia, koska asiakkaat viettävät paljon aikaa sisätiloissa. Asiakkaiden antamasta suullisesta palautteesta kävi ilmi, että ulkona ei mielellään haluttu harjoitteita pidettävän. Osallistujien mielestä ilma oli marraskuussa tällaiseen toimintaan liian

kylmä. Muutama osallistuja koki häiritsevänä, ettei jokaisen harjoitteen tarkoitusta ollut tarkasti ennalta kerrottu. Osallistujien mielestä harjoitekerrat paranivat loppua kohden ja palautteen mukaan osallistujat olivat kokeneet harjoitteiden aikana ryhmäytymisen tunnetta.

Osallistujat antoivat palautetta harjoitteista seuraavin kommentein:

Hyvä fiilis.

Mukavia harjoitteita, parempia kuin edelliset.

Oli mielenkiintoisia ja kivaa vaihtelua tähän arkeen.

Hyviä harjoitteita olivat eli on oikea suunta.

Se roskapussien päällä hyppiminen oli vähän kummallinen ja se ryhmä, joka oli ulkona.

7.2 Laitoskuntoutuksen työntekijöiden palaute ja arvio harjoitekerroista

Henkilökunnalta saatiin sekä kirjallista että suullista palautetta ja arviot jokaisen harjoitekerran jälkeen. Arvioidessaan he käyttivät apuna havainnointilomaketta ja kokoavaa arviointilomaketta. Lisäksi työntekijät antoivat arvion opinnäytetyöntekijöiden ammattitaidosta ohjaajina ja suullista palautetta harjoitekertojen käytännön järjestelyjen onnistumisesta. Seuraavassa on esitettyä laitoskuntoutuksen työntekijöiden antamat palautteet ja arviot harjoitekerroittain.

Harjoitekerta 1: Ryhmässä oli viisi jäsentä, joista yksi uusi jäsen. Harjoitteiden aikana ryhmässä esiintyi luottamusta toisia kohtaan, mutta ohjaajien esittämiin kysymyksiin vastattiin harkiten ja varovaisesti. Keskinäinen hyväksyntä oli hyvällä tasolla. Ryhmä vaikutti toisiinsa sitoutuneelta ja noudattivat harjoitteiden sääntöjä hyvin. Ryhmän uusi jäsen osoitti elekielellään kuuluvansa ryhmään ja osallistuminen vaikutti luonnolliselta. Havainnoijana toiminut laitoskuntoutuksen työntekijä piti ryhmäkokoja hyvänä. Havainnoijan arvioimana ryhmän turvallisuuden aste oli alussa T3 (tunteamaton perusturvallinen ryhmä) ja lopussa T4 (tuttu, turvallinen ryhmä).

Harjoitekerta 2: Ryhmässä oli neljä jäsentä, joista yksi uusi jäsen. Harjoitteiden aikana ryhmässä oli nähtävissä luottamusta ja hyväksyntää toisia kohtaan ja ryhmän jäsenet tukivat toisiaan. Avoimuutta ja ryhmään sitoutuneisuutta ei ollut niinkään havaittavissa. Havainnoijan mielestä osallistujat olivat hiljaisia harjoitteiden vetäjää kohtaan. Ryhmän uu-

den jäsenen toiminta ei erityisesti erottunut muusta ryhmän toiminnasta. Ryhmän turvallisuuden aste oli alussa T4 (tuttu, turvallinen ryhmä) ja lopussa T4.

Harjoitekerta 3: Ryhmässä oli yksitoista jäsentä, joista seitsemän uutta jäsentä. Osallistujista neljä olivat päihdekeskuksen vieroitushoitoyksikön puolelta eli eivät sillä hetkellä olleet laituskuntoutuksen yhteisön jäseniä. Harjoitteiden aikana havainnoijan mielestä luottamus ryhmän jäsenten kesken lisääntyi, vaikka ryhmässä oli monta uutta jäsentä. Ryhmässä oli havaittavissa yllättävän avointa keskustelua omista kokemuksista. Hyväksyntä ryhmässä oli havainnoijan arvioimana keskitasoa; kaikki otettiin mukaan ryhmään, vaikka elekieli ja ilmeet osoittivat jonkin asteista väheksyntää tai sääliä joitakin osallistujia kohtaan. Ryhmä vaikutti sitoutuneelta tehtävien suorittamiseen. Havainnoijan näkemänä ryhmäytyminen tapahtui yllättävän hyvin siihen nähden, että osa osallistujista oli täysin vieraita toisilleen. Ryhmän uudet jäsenet pääsivät nopeasti sisään ryhmään ja mukaan toimintaan. Jossain tilanteissa muutama uusi jäsen ilmaisi häpeän tunnetta kerronnassaan. Uudet jäsenet toivat esiin luottamusta toisiin ryhmän jäseniin ja ryhmässä oli kykyä sietää erilaisia mielipiteitä. Uudet jäsenet toivat myös jossain määrin esille omia tunteitaan, mielipiteitään, arvojaan, moraaliaan ja unelmiaan. Havainnoijan mielestä harjoitteet vaikuttivat kivoilta. Ryhmän turvallisuuden aste oli alussa T3 (tuntematon perusturvallinen ryhmä) ja lopussa T6 (heikkoutta hyväksyvä ryhmä).

Harjoitekerta 4: Ryhmässä oli neljä jäsentä ja mukana ei ollut yhtään uutta jäsentä. Harjoitteiden aikana ryhmässä oli nähtävissä luottamusta ja avoimuutta toisia jäseniä kohtaan. Ryhmässä uskallettiin esittää omia mielipiteitä ja jakaa kokemuksia omasta elämästä. Ryhmässä oli nähtävissä eri rooleja, mutta ryhmä vaikutti toimivan hyvin yhteen ja ryhmässä oli havaittavissa huumoria ja naurua. Ryhmästä näkyi, että he olivat tuttuja toisilleen. Ryhmän turvallisuuden aste oli alussa T4 (tuttu, turvallinen ryhmä) ja lopussa T4.

Harjoitekerta 5: Ryhmässä oli kolme entuudestaan tuttua jäsentä. Harjoitteiden aikana ryhmässä keskusteltiin luottamuksesta ja keskustelu oli avointa. Harjoitekerralla esiintyi myös hyvää ryhmään sitoutumista ja esille tuli erilaisia rooleja. Osa osallistujista yritti saada ”valtaa” tuoden voimakkaammin esille omia mielipiteitään. Havainnoijan mielestä kyseinen käyttäytyminen kuvasti, että osallistujat tunsivat olonsa turvalliseksi pystyessään tämän kaltaiseen mielipiteen ilmaisuun. Tällaisen voimakkaan persoonallisen vaikutuksen vuoksi kaikille osallistujille ei välttämättä jäänyt tarpeeksi tilaa ilmaista tasapuolisesti itse-

ään. Havainnoijan mielestä harjoitteiden ohjaajat kestivät ja sietivät hyvin edellä kuvatun tilanteen, vaikka heillä olisi voinut kyseisessä tilanteessa olla vähän lisää auktoriteettia. Harjoitekerran loppua kohden vallinnut negatiivisuus väheni. Harjoitekerran aikana osallistujat olivat koko ajan hyvin mukana jo alusta lähtien. Harjoitteista arvo-tehtävä oli havainnoijan mielestä hyvä ja tunne -tehtävä saattoi osalle osua hyvinkin arkoihin kohtiin. Ryhmän turvallisuuden aste oli alussa T4 (tuttu, turvallinen ryhmä) ja lopussa T4 - T5 (avoin ryhmä).

Laitoskuntoutuksen kaikille työntekijöille osoitettuun kokoavaan arviointiin vastasi puolet henkilökunnasta. Vastauksista kävi ilmi, että harjoitteiden jälkeen yhteisön jäsenet olivat keskustelleet harjoitteista; lähinnä kommentointia, minkälaisina olivat kokeneet harjoitteet. Palautteen mukaan työntekijät eivät olleet havainneet suoranaista yhteyttä toiminnallisten harjoitteiden ja ryhmäturvallisuuden välillä. Eräs työntekijöistä totesi palautekeskustelussa yhden harjoitekerran jälkeen, että on hyvin vaikeaa tietää, mistä mikin asia yhteisön sisällä johtuu. Ryhmäturvallisuuteen ja yhteistoimintaan vaikuttaa myös niin moni muu asia kuin pidetyt harjoitteet.

Opinnäytetyöntekijöiden ammattitaidon osalta laitoskuntoutuksen työntekijät arvioivat, että opinnäytetyöntekijät olivat ohjaajina toimineet hyvin lähes jokaisella arvioitavalla alueella. Kehittämisalueeksi nousi ohjaajien kyky antaa ryhmälle tilaa toimia. Työntekijöiden arvioimana ohjaajien tehtävänanto oli selkeää ja vuorovaikutus asiakkaiden kanssa luontevaa. Ohjaajat saivat kaikki osallistujat mukaan ja harjoitteiden aikana ilmeni ryhmäytymistä. Ohjaajat kykenivät myös muuttamaan suunnitelmiaan tilanteisiin sopiviksi.

7.3 Projektipäälliköiden arvio harjoitekerroista

Itsearviointi on yksinkertaisimmillaan esitettyä yksilön tai ryhmän omaa toimintaa kriittisesti tarkastelevaa työtä. Arvioinnista syntynyttä tietoa yksilö tai ryhmä käyttää oppimiseen ja toimintansa kehittämiseen. Itsearvioinnin tulisi pohjautua aitoon tietoon, esimerkiksi asiakirjoihin, haastatteluihin, kyselyihin jne., mutta käytännössä itsearvioinnin keskeinen osa toteutuu kriittisesti reflektoiden. (OK-keskus 2014.) Seuraavassa on esitettyä projektipäälliköiden antamat itsearviot harjoitekerroittain.

Harjoitekerta 1: Harjoitteet kohdentuivat itsensä ilmaisemiseen ja näistä ensimmäinen oli suunniteltu pidettäväksi ulkona. Harjoitteessa käytetty paperimateriaali ei kuitenkaan toiminut ulkoilmassa, vaan kääpetyi rullalle ja harjoitetta piti näin ollen jatkaa sisätiloissa. Osallistujat osoittivat avoimesti, että ulkona olo ei ollut heille mieluisaa kylmän ja sopimattomien vaatteiden takia. He myös reagoivat ympäristössä ilmenneisiin ärsykkeisiin ja tämä hankaloitti keskittymistä osallistumiseen. Kokonaisuudessaan osallistujat olivat harjoitteissa avoimesti mukana ja erityisesti Tosiasiat itsestä -harjoitteessa osallistujat kykenivät avautumaan kokemuksistaan ja tuomaan eri tunteita esiin. Muutama osallistuja ilmaisi harjoitteiden purkutilanteessa, että heille oli vielä epäselvää, mikä harjoitteiden tarkoitus oli. Harjoitteiden tarkoitusta ja tavoitetta selvennettiin osallistujille siinä määrin, kuin tämä oli mahdollista ilman, että harjoitteiden vaikutus kärsi. Toiminnallisten harjoitteiden yksityiskohtainen selvittäminen voi aiheuttaa sen, että osallistujat alkavat tarkkailla omaa käyttäytymistään, jolloin harjoitteen vaikutus jää saavuttamatta (Aalto 2000, 151).

Harjoitekerta 2: Harjoitteet olivat pääasiassa yhteistoimintaharjoitteita. Harjoitekerran alussa osallistujat olivat varauksellisia, mutta vapautuivat toiminnan alettua. Myös ryhmän uusi jäsen osallistui aktiivisesti toimintaan ja sai hyväksyntää muilta osallistujilta. Tämän harjoitekerran harjoitteet olivat kestoltaan lyhyitä ja koko harjoitekerta jäi ohjaajien mielestä liian lyhyeksi osallistujien ollessa harjoitteissa innolla mukana ja näyttäessä siltä, että he odottivat lisää harjoitteita. Ydinjätealue- ja Sulloutumiset-harjoitteissa osallistujat olivat aktiivisesti mukana. Harjoitteiden aikana ohjaajat havaitsivat laitospöytätyön työntekijän ottaneen tietämättään johtajan roolin, jota harjoitteiden ohjaamisessa tulisi välttää. Toiminnallisten harjoitteiden ohjaajan tulee luottaa ryhmän kykyyn toimia ja antaa ryhmälle tilaa itsenäiseen toimintaan (Aalto 2000, 137 - 139). Oma juttu -harjoite ei innostanut kaikkia osallistujia ja jäi odotettua vaisummaksi.

Harjoitekerta 3: Harjoitteet olivat yhteistoiminta- ja itsensä ilmaisemisharjoitteita. Harjoitekerta oli erilainen, kun osallistujia tarjoutui mukaan ennakkosuunnitelmista poiketen vieritushoitoyksiköstä. Opinnäytetyöntekijät hyväksyivät kaikki mukaan toimintaan, koska tilanne tarjosi erilaisen näkökulman toiminnallisiin harjoitteisiin. Yhteensä osallistujia oli yksitoista, joista seitsemän uutta. Tilanteen erilaisuuteen ja ryhmän äkilliseen kokoonpanon muutokseen nähden harjoitekerta sujui mielestämme hyvin. Olimme yllättyneitä osallistujien avoimuudesta, vaikka ryhmässä ilmeni lievää varuillaanoloa ja ryhmän jakautumista ensimmäisen varsinaisen harjoitteen alkaessa. Koko ryhmä vaikutti kuitenkin sitou-

tuneelta tehtäviin ja osoitti myös hyväksyntää toisiaan kohtaan. Tolppa-apinat-harjoitteessa ryhmässä oli havaittavissa vapautumista ja ryhmäytymistä. Kyseinen harjoitekerta osoitti, että ohjaajina osasimme mukautua yllättävään ryhmän taustatilanteen muuttumiseen ja osallistujamäärän lisäykseen saaden silti aikaan onnistuneen harjoitekerran.

Harjoitekerta 4: Harjoitteet olivat lähinnä arvo- ja yhteistoimintaharjoitteita. Tällä harjoitekerralla mukana ei ollut uusia jäseniä, mikä näkyi ryhmän keskinäisenä luottamuksena ja avoimuutena. Ominaisuuksien kauppa -harjoitteessa ilmeni selvästi, että ryhmän jäsenet tunsivat toistensa ominaisuuksia ja luonteenpiirteitä. Arvojen jäsentämisharjoite sujui mukavassa keskusteleavassa hengessä. Osallistujat olivat aktiivisesti ja innolla mukana myös yhteistoimintaharjoitteissa, varsinkin sokkona tehdyssä Geometriset kuviot -harjoitteessa. Palapeli-harjoitteen aikana ryhmässä ilmeni turhautumisen tunteita, kun palapeli osoittautui vaikeaksi koota. Ryhmä ei silti missään vaiheessa halunnut antaa periksi, vaan teki harjoitteen yhteistyöllä loppuun. Palapeli -tehtävästä suoriutumisen jälkeen ryhmässä oli selkeästi nähtävissä onnistumisen iloa.

Harjoitekerta 5: Harjoitteet olivat pääasiassa itsensä ilmaisemis-, arvo- ja yhteistoimintaharjoitteita. Kyseiseen kertaan virittäydyttiin ajankohtaan sopivan Tuntematon sotilas -elokuvan innoittamana. Itsensä ilmaisemisharjoitteessa osallistujat ilmaisivat tunteitaan ja tehtävä herätti erittäin paljon keskustelua. Harjoitekerralla osa osallistujista esitti voimakkaita, välillä myös negatiivisia kommentteja yrittäen ottaa tilanteessa johtajan roolin sekä ”heittää leikiksi” esimerkiksi arvoharjoitteessa. Mielestämme onnistuimme hallitsemaan tilanteen provosoitumatta ja ohjaamaan tilannetta niin, että harjoitteita voitiin jatkaa. Kyseinen käyttäytyminen lieveni harjoitekerran edetessä, mutta silti dominoiva käytös vai mensi muiden osallistujien mahdollisuutta ilmaista itseään vapaasti. Osa osallistujista teki harjoitteita tosissaan ja halusi keskustella asioista asiallisesti. Gordionin solmu -yhteistoimintaharjoitteessa ryhmällä oli hauskaa, aikaan saaden myös naurua, mikä voidaan nähdä myönteisenä seikkana. Kyseisen kerran ja koko harjoitesarjan päättävä harjoite oli Täydennettävä minäkuva -myönteisysharjoite, johon kaikki ryhmän jäsenet keskittyivät hyvin, ja harjoitekerta päättyi iloiseen tunnelmaan.

Ohjaajina huomasimme, että ryhmädynamiikka vaikutti ryhmän toimintaan. Havaitimme uusien jäsenten ryhmään liittymistä, ja kaikkina niinä kertoina, kun mukana oli uusia jäseniä, ryhmässä näytti olevan hyväksyntää sen uusien jäseniä kohtaan. Kolmannella kerralla

mukana oli seitsemän uutta laitostuntoutuksen ulkopuolista jäsentä. Tällöin oli havaittavissa, että laitostuntoutuksen asiakkaat pitivät omaa ryhmäänsä omana ja toiset olivat ikään kuin vierailijoita. Ryhmässä oli havaittavissa ryhmäsosialisaation ensimmäinen vaihe eli tutkiskeluvaihe (Pennington 2005, 75). Silti kaikki jäsenet osoittivat hyväksyntää toisiansa ja toistensa ajatuksia kohtaan. Tämä osoitti mielestämme, että toiminnalliset harjoitteet lisäsivät ryhmän koheesiota ja vähensivät riippuvuusongelmalliselle ominaisia puolustusmekanismeja (Hagedorn & Hirshhorn 2009).

Ohjaajina koimme oppivamme uutta jokaisen harjoitekerran aikana ja myös näiden jälkeen. Kykenimme mielestämme vastaanottamaan meille annettua palautetta, vaikka se toisinaan oli kielteistä. Pystyimme kehittämään harjoitekertojen sisältöjä ja omaa toimintaamme ohjaajina vastaamaan ryhmän tarpeita. Mielestämme kaksi ensimmäistä harjoitekertaa olivat meille niin sanotusti oppitunteja asiakkaiden kohtaamiseen ja harjoitteiden pitämiseen. Kolme viimeistä harjoitekertaa olivat mielestämme varsin onnistuneita suorituksia. Kaikkia harjoitekerroille suunniteltuja harjoitteita ei aina ehditty pitämään näille varatussa ajassa, mutta ohjaajina koimme harjoitteiden syvyyden olevan tärkeämpää kuin määrän (Aalto 2000, 7). Parhaita hetkiä olivat tilanteet, kun huomasimme osallistujien ilmaisevan omia tunteitaan, sekä hetket, kun saimme kuulla harjoitteen aikana naurua, iloisia lausahduksia ja yhteishengen nousua. Se, että osallistujat olivat kaikki jokaisella kerralla mukana, osoitti meille, että yhteisön jäsenet arvostivat työtämme ja meitä ihmisinä.

Ohjaajina koimme, että harjoitekerroilla ilmeni huomattavaa ryhmän jäsenten välistä avoimuutta, hyväksyntää ja luottamusta. Se, että varsinkin kolmella viimeisellä harjoitekerroilla osallistujat ilmaisivat tunteitaan, mielipiteitään ja arvojaan hyvin avoimesti, osoitti mielestämme, että ryhmässä vallitsi tietty turvallisuuden tunne. Ryhmään liittyminen emotionaalisesti onnistuu sen mukaan, miten turvallisesti ryhmän jäsen olonsa ryhmässä tuntee (Kopakkala 2011, 58). Turvallisuus puolestaan tarkoittaa tietynlaista yksilön ja ryhmän tilaa, jossa on erittäin vähän ihmisen minuutta uhkaavia tekijöitä, joiden seurauksena yksilö voisi tuntea pelkoa, häpeää, syyllisyyttä tai arvottomuutta (Aalto 2000, 15 - 17; 2002, 6 - 7). Toiminnalliset harjoitteet ovat riippuvuusasiakkaille tehokkaita, koska ihminen saa ilmaista itseään turvallisessa ympäristössä ja harjoitteet antavat osallistujille mahdollisuuden olla vuorovaikutuksessa keskenään uudella tavalla (Hagedorn & Hirshhorn 2009).

7.4 Laitoskuntoutuksen henkilökunnan arvio kehittämishankkeesta

Henkilökunnalta saatiin yhteisesti laadittu kirjallinen arvio kehittämishankkeesta arviointilomakkeen (LIITE 9) sisällön mukaisesti. Seuraavassa on koostettuna laitoskuntoutuksen henkilökunnan antama loppuarvio sisältäen myös autenttisia lainauksia.

Ventuskartanon laitoskuntoutuksen henkilökunta käytti ennen arviointiaan oppaan sisältämiä toiminnallisia harjoitteita 9 - 10 viikon ajan kerran viikossa. Oppaan sisältämiä harjoitteita oli tarjolla yhteensä 20 kappaletta, joista henkilökunta hyödynsi koekäyttönsä aikana viittä kappaletta. Arviosta kävi ilmi, että henkilökunta koki toiminnallisten harjoitteiden soveltuvan hyvin käytettäväksi työssään. Heidän mielestään toiminnallisilla harjoitteilla voidaan hyvin vaikuttaa ryhmäturvallisuuden lisääntymiseen ja vielä enemmän yksilön sisäiseen turvallisuuden tunteeseen. Lisäksi he kokivat, että harjoitteilla voidaan hyvin edistää vertaistuen kehittymistä yhteisössä. Ventuskartanon laitoskuntoutus arvioi jatkavansa toiminnallisten harjoitteiden käyttöä työssään.

Laitoskuntoutuksen henkilökunta antoi arvionsa myös kehittämishankkeen toteutuksesta. Tässä kohden he arvioivat eri määritelmien avulla, miten projektiluonteinen opinnäytetyö palveli heitä laitoskuntoutuksen näkökulmasta tarkasteltuna. Kehittämishankkeen aikajän-teen ja resurssien he arvioivat palvelleen hyvin, mutta harjoitteiden toteuttamisaikataulua hankkeen aikana he pitivät liian tiiviinä. Kehittämishankkeen tavoitteellisuus täyttyi heidän mielestään välttävästi ja suunnitelmallisuus puolestaan erittäin hyvin. Kehittämishankkeen kohdentuminen oli arvioijien mukaan välttävää. Arviosta käy ilmi, että henkilökunta koki kehittämishankkeen toteutuksen kehittäneen jonkin verran palveluja ja niihin liittyvää osaamista sekä organisaatiota ja muuta toiminnan infrastruktuuria. Vähiten he kokivat toteutuksen kehittäneen henkilöstöä ja sen osaamista.

Henkilökunta arvioi projektiluonteisen opinnäytetyön palvelleen Ventuskartanon laitoskuntoutusta kehittämishankkeen osaamisen ja asiakaslähtöisyyden osalta välttävästi. Arvi-ossa henkilökunta oli nostanut esiin aikarajaamisen ryhmissä sekä pohtineet asiakkaiden tarpeiden kartoitusta. Kehittämishankkeen johtamisen he kokivat palvelleen hyvin. Kysyt-täessä miten kehittämishanke onnistui saavuttamaan sille asetetun tarkoituksen ja tavoit-teen, antoi henkilökunta seuraavan arvion:

Suunnitelman väljyys olisi mahdollistanut arvioinnin ja sen vaikuttamisen esim. ryhmäkokoonmisiin. Onko tavoite ollut liian kiveen hakattu ja sen todisteluun on liikaa kiinnitetty huomiota? Yksi kirja & tavoite → missä oma oivallus/erehtymisen kautta oppiminen?

Näkökulma väljemmäksi? → esim. toiminnallisten ryhmien merkityksen tutkiminen? Ei valmiita oletuksia? Luovuus ja yksinkertaisuus ryhmien aiheissa? Aina ei tarvita paljon välineitä/temppuja.

Henkilökunta arvioi, että projektiluonteinen opinnäytetyö ja yhteistyö oli kuitenkin kokonaisuutena onnistunut sen osalta, miten onnistunut projekti on määritelty arviointilomakkeessa. Puolentoista vuoden mittaista yhteistyötä ja sen merkitystä he arvioivat seuraavasti:

Yhteistyö on ollut todella aktiivista ja tunnollista Miran ja Katjan taholta, ohjaajien taholta vähän vähemmän johtuen asiakkaiden paljoudesta ja asiakastyypeistä → tuotti haasteita harjoitusvaiheessa molemmille tahoille.

Lisäksi henkilökunta nosti arviossaan esiin kehittämissuositusten tuotetun toiminnallisen harjoitesarjan osalta:

Materiaalikansion järjestely selkeämmäksi → käytettävyys parani. Materiaali on ollut hyvää sovellettavaksi ja sitä on ollut riittävän paljon.

7.5 Projektipäälliköiden arvio kehittämishankkeesta

Yleisesti voidaan todeta, että projekti on onnistunut, mikäli se on saavuttanut lopputuotteelle asetetut sisällölliset ja laadulliset tavoitteet suunnitellun aikataulun ja sovitujen kustannusten mukaisesti. Näin ollen projektin asiakkaan (tilaaja, käyttäjät) lisäksi myös projektiryhmä on tyytyväinen ja kokee onnistuneensa työssään. (Ruuska 2007, 265 - 288.) Liki puolitoista vuotta kestäneen yhteistyön aikana pyrimme luomaan uudenlaisen toimintatavan osaksi Ventuskartanon harjoittamaa nykyistä toimintaideologiaa ja sen laitostoutusyksikön toimintaa. Koemme, että opinnäytetyönä toteutettu kehittämishanke onnistui työssään tuottaen yhteisön ryhmäturvallisuutta vahvistavan toiminnallisen harjoitesarjan Ventuskartanon laitostoutuksen sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten käyttöön. Toiminnallinen harjoitesarja -oppaan sisältämiä harjoitteita toteuttamalla voidaan mielestämme edistää päihde- ja peliriippuvaisen asiakkaan sisäistä turvallisuuden tunnetta hänen saapuessaan laitostoutukseen ja ryhmän sisäisen vertaistuen kehittymistä yhteisössä.

Projektipäälliköiden antama arvio kehittämishankkeesta pohjautuu Paasivaaran ym. (2013, 151) esittämään kehittämishankkeen arviointijärjestelmän kokonaisvaltaiseen malliin. Malli soveltuu niin tietoa luovan kuin tietoa hyödyntävän kehittämishankkeen arviointiin. Arviointimallissa keskeiset arviointitehtävät kohdistuvat kehittämishankkeen perustaan, toteutuskonseptiin, aikaansaatuun koettuun hyötyyn ja aikaansaannoksiin sekä vaikuttavuuteen (Paasivaaran ym. 2013, 153 - 164). Painotimme tietoa luovan kehittämishankkeen mallia antaessamme itsearviota. Kehittämishankkeessa haettiin tarkoituksenmukaista tietoa, jotta voitiin päätellä, onko toiminta niin sanotusti ”oikeassa kurssissa” vai ei. Lisäksi tiedonhankinta oli keskeisessä asemassa lähes koko kehittämishankkeen toiminnan ajan. Kehittämistyössä oli mukana myös piirteitä tietoa hyödyntävästä kehittämishankkeesta, jossa tiedon soveltamisen taito on keskeinen menestystekijä. Hankittua tietoa piti siis osata soveltaa.

Kehittämishankkeen perustaa arvioitaessa keskityimme sen tarpeeseen ja tavoitteisiin. Pohdimme, miksi kehittämishanke ylipäänsä oli olemassa ja mitä tehtävää se toteutti? Mielestämme kehittämishanke oli vahvasti työelämälähtöinen toteuttaen sille asetettua tarkoitusta kehittämishankkeen asettajan, Ventuskartano ry:n, lähtökohdista sekä laitospäättäjien esittämien toiveiden ja asetelmien mukaisesti. Kehittämishankkeen päämäärätietoinen toiminta edisti laitospäättäjien toiminnan kehittämistarpeen saavuttamista ja myös Mieli 2009–2015 suunnitelman (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012) esityksen toteuttamista; päihdekuntoutujien osallistaminen heille osoitettujen palveluiden kehittämiseen ja arviointiin. Kehittämishanke onnistui mielestämme pitämään keskeisen toiminnallisen idean suhteessa sen asettajana olleen organisaation perustehtävään.

Arvioidessamme kehittämishankkeen toteutuskonseptia keskityimme sen panoksiin ja tuotoksiin pohtiessamme onnistumistamme projektipäälliköinä. Koemme kehittämishankkeeseen kohdistettujen taloudellisten ja henkisten voimavarojen olleen määrältään ja laadultaan hyvää tasoa. Projektipäälliköt antoivat työlleen kaikkensa jakaen omaksumansa tiedot ja omaamansa taidot ja kyvyt kehittämishankkeen käyttöön. Jokaisessa kehittämishankkeessa tulee eteen tilanteita, joihin ei ole aiempaa toimintamallia ja jotka pitää pystyä ratkaisemaan vajavaisin tiedoin. Ennakoimamme riskit olivat mielestämme hyvin hallinnassa kehittämishankkeen ajan. Projektiorganisaation toimintaan projektipäälliköt ovat tyytyväisiä, niin projekti- ja ohjausryhmän kuin Ventuskartanon laitospäättäjien henkilökunnan sitoutuessa projektityöhön. Kehittämishankkeella oli selkeä tarkoitus ja tavoitteet, joiden

saavuttamista edistävää kehittämistyötä sekä kehittämishankkeen etenemistä johto seurasi jatkuvasti sitoutuen tavoitteisiin. Yhteiset pelisäännöt, tiedonkulku ja koordinointi olivat oleellisia asioita vaikuttaen kehittämishankkeen toteuttamisessa ja onnistumisessa.

Koemme, että kaikki projektitoimijat sitoutuivat yhdessä projektiryhmän keskuudessa soveltuihin sääntöihin, aikatauluihin ja kehittämishankkeen tapaan tehdä työtä. Säännöt eivät mielestämme olleet liian raskaita ja työskentely kehittämishankkeessa antoi mahdollisuuden pysyä luovana. Viestintä kehittämishankkeen tavoitteista, pelisäännöistä ja tavoista toimia olisi voinut mielestämme olla eri tavoin toteutettu kohdentuen asettajan henkilökunnalle. Tarjosimme heille mahdollisuuden osallistua ensimmäiseen ohjausryhmän kokoukseen, jossa esiteltiin kehittämishankkeen keskeisimmät asiat toiminnan aloittamisen osalta ja tarkoitus oli pyytää jo luotuihin toimintamalleihin kommentteja osallistujilta. Kokoukseen ei kuitenkaan osallistunut varsinaisen ohjausryhmän ulkopuolisia osallistujia. Tältä osin olisimme voineet toimia toisin esimerkiksi järjestämällä aivan erillisen kehittämishankkeen informaatiotilaisuuden. Tämän olisi voinut toteuttaa sisällöllisesti toisin kuin kokouksen. Toinen vaihtoehto olisi ollut järjestää työpajat henkilökunnalle kehittämishankkeen alussa ja lopussa. Tämä olisi antanut selkeän viestin uuden yhteistoiminnan alkamisesta ja päättymisestä sekä olisi ehkä saattanut vähentää mielestämme lievästi ilmenyttä muutosvastarintaa. Kehittämishankkeen tulosten esittelypäivän koemme olleen onnistunut, vaikka osallistujia laitostuntoutuksen henkilökunnasta oli läsnä valitettavan vähän, puolet henkilökunnasta.

Kehittämishankkeen tuotoksia arvioimme siten, että onnistuimme saavuttamaan kehittämishankkeelle asetetun tarkoituksen projektisuunnitelman ja projektiryhmän päätösten mukaisesti. Toiminnallinen harjoitesarja -opas on tuotettu työelämän esittämien toiveiden mukaisesti ja on mielestämme laadullisesti hyvätasoinen ja kattavasti esitetty harjoitesarja. Tämän avulla on hyvä aloittaa syvempi perehtyminen toiminnallisten harjoitteiden ideologiaan ja aloittaa näiden harjoitteiden hyödyntäminen osana Ventuskartanon laitostuntoutuksen yhteisöhoitoa.

Kehittämishankkeen aikaansaamaa koettua hyötyä ja aikaansaannoksia arvioitaessa keskityimme sen tuloksiin ja vaikutuksiin. Pohdimme siis tuotettujen harjoitteiden laadullista sisältöä. Tällainen arviointi kuvastaa sitä, että projektia voidaan tarkastella myös investointina, jolloin sen onnistumista tulisi arvioida lopputuloksen hyödyn näkökulmasta (Ruuska

2007, 265 - 288). Mielestämme Ventuskartanon laitoskuntoutukselle mallinnetut toiminnalliset harjoitteet ovat sen asiakasryhmälle oikein kohdennettuja. Harjoitteet vaikuttivat harjoitekerroilla osallistujiin siten, että kehittämishankkeen tavoitteiden voidaan tältä osin olettaa täyttyneen. Ryhmäturvallisuuden vahvistamisessa harjoitteet vaikuttivat onnistuneesti, minkä havaitsivat ja arvioivat niin opinnäytetyöntekijät kuin laitoskuntoutuksen työntekijät.

Kehittämishankkeelle asetettujen tavoitteiden toteutumisen tarkempi arviointi jää jatkossa Ventuskartanon laitoskuntoutuksen toteutettavaksi. Käytännössä tämä tarkoittaa syvällistä pohtimista, millaisia kehittämishankkeen todelliset vaikutukset ovat olleet. Tämä vaatii arvioinnin toteuttajalta erityisiä metodisia haasteita (Paasivaara ym. 2013, 153 - 164), joihin opinnäytetyöntekijät eivät nähneet syytä tarkemmin perehtyä. Tämä ei olisi ollut perusteltua, koska kehittämishanke oli ajallisesti kapealle aikavälille rajattu. Toiminnallisia harjoitteita tulee käyttää asiakkailla huomattavasti pidempikestoisesti, jotta näiden vaikuttavuutta voidaan onnistuneesti arvioida. Toimintakokemusmenetelmien yksi olennainen osa, harjoitteiden prosessointi, jäi suunnitellusti kehittämishankkeen harjoitekerroilla vähäiseksi. Prosessoinnin avulla ryhmän jäsen saa yhteyden omiin tunteisiinsa ohjaajan antaessa tukea kokemusten käsittelyvaiheessa. Tämän jälkeen tulee etsiä keinot, miten opitut asiat voidaan siirtää normaaliin elämään (Aalto 2000, 114 - 115, 151.) Tätä ei tarkoituksellisesti toteutettu kehittämishankkeessa lainkaan. Opinnäytetyöntekijät kokevat tällaisen toiminnan vaativan huomattavasti enemmän ammattitaitoa ja lisää aikaa kohdennettuna harjoitteiden purkuun ja prosessointiin.

8 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Opinnäytetyöntekijät huomioivat koko opinnäytetyöprosessin ajan työskentelyssään sosi-
aali- ja terveysalan eettiset suositukset. Kaikessa toiminnassa lähtökohtana oli ihmisarvon
kunnioittaminen ja asiakkaan etu; missään vaiheessa kehittämishankkeen tarpeet eivät ylit-
täneet asiakkaan tarpeita (ETENE 2011). Opinnäytetyöntekijät tiedostivat alusta lähtien
kehittämishankkeen eettiset haasteet ja luotettavuudelle asetetut kriteerit sekä pyrkivät
olemaan kaikessa toiminnassaan vastuuntuntoisia koko opinnäytetyöprosessin ajan. Eetti-
syyden arviointiin käytettiin hoitotieteelliseen tutkimukseen sovellettavia ohjeita Maailman
lääkäriliiton (2013) Helsingin julistuksesta sekä American Nurses Associationin (2015)
julkaisemista eettisistä periaatteista. Lisäksi kehittämishankkeessa huomioitiin kansallinen
lainsäädäntö ja ohjeistus, muun muassa henkilötietolaki ja laki potilaan asemasta ja oi-
keuksista (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 211 - 228.) Opinnäytetyöntekijät
noudattivat työskentelyssään myös Ventuskartano ry:n omia arvoja, joita ovat välittämi-
nen, luotettavuus ja elämänhallinnan tukeminen.

Kehittämishankkeessa toimittiin hyvin haavoittuvan asiakasryhmän kanssa, koska asiakas-
ryhmä koostui päihdekuntoutuslaitoksen päihde- ja peliriippuvaisista asiakkaista sekä al-
kuvaiheessa toteutettujen haastatteluiden kuntoutujista ja kokemusasiantuntijoista (Kank-
kunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 213, 221 - 222). Henkilöt olivat hyvin herkässä elä-
mäntilanteessa ja jokainen omassa vaiheessaan toipumisprosessia. Opinnäytetyöntekijät
pitivät erityisen tärkeänä suojata kehittämishankkeeseen liittyviä ihmisiä kaikelta negatiivi-
selta vaikutukselta. Kehittämishankkeen ideointi- ja konseptointivaiheessa opinnäytetyön-
tekijät pohtivat, onko mahdollista, että he toiminnallaan avaavat asiakkaiden ”vanhoja haa-
voja” tai vaikeuttavat kuntoutumisprosessia, mistä syntyisi henkilöille lisää henkistä kär-
simystä. Opinnäytetyöntekijät hakivat tukea työelämäohjaajilta, joiden kanssa käytiin usei-
ta eettisiä keskusteluja. Myös ohjausryhmässä keskusteltiin kehittämishankkeen eettisistä
näkökulmista. Työelämäohjaajan kanssa kävimme läpi erityisesti vältettävät harjoitealueet
sekä suunnitellut harjoitteet varmistaen, ettei toiminnalla voida vahingoittaa osallistujia tai
aiheuttaa heille lisää kärsimystä. Jokaisella harjoitekerralla oli läsnä laituskuntoutuksen
työntekijä, joka seurasi harjoitetilanteita. Työntekijä oli asiakkaiden käytettävissä myös
harjoitekertojen jälkeen, mikäli heille ilmaantui tarvetta purkaa syvemmin harjoitteissa
syntyneitä ajatuksiaan.

Opinnäytetyöntekijät ja työelämäohjaaja keskustelivat ensimmäisessä projektiryhmän tapaamisessa tiedonantajien ja asiakkaiden kanssa tehtävästä kirjallisesta suostumuksesta haastatteluun tai osallistumisesta toiminnallisiin harjoitekertoihin. Työelämän puolelta todettiin, että erillistä kirjallista suostumusta ei ollut näiden osalta tarpeen tehdä. Haastatteluihin osallistuneet henkilöt olivat joko yksityishenkilön tai asiakkaan asemassa, mutta osallistuminen haastatteluun perustui jokaisen henkilön omaan tietoiseen suostumukseen. Toiminnallisiin harjoitekertoihin osallistuminen oli sen sijaan yksi osa asiakkaiden laitostoutusjaksoa, mutta harjoitteisiin osallistumisaktiivisuus asiakkaan valinnan mukaista. Eettiset periaatteet sitoivat opinnäytetyöntekijöitä ja kaikki kehittämishankkeen toimintaan osallistuneet tiedonantajat ja asiakkaat olivat tietoisia kehittämistyön luonteesta sekä siihen osallistumisen vapaaehtoisuudesta ja oikeudesta keskeyttää osallistuminen missä vaiheessa tahansa. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 219.)

Kehittämishankkeen ensimmäisessä tapaamisessa ja myös ohjausryhmän ensimmäisessä kokouksessa opinnäytetyöntekijät kävivät työelämäohjaajien kanssa keskustelua vaitiolovelvollisuudesta ja siihen sitoutumisesta. Opinnäytetyöntekijät allekirjoittivat kirjallisen vaitiolosopimuksen ohjausryhmän päätöskokouksessa. Kehittämishankkeeseen osallistuneiden tiedonantajien ja toiminnallisiin harjoitteisiin osallistuneiden asiakkaiden anonymiteetti säilyy opinnäytetyöraportissa ja henkilöiden anonymiteettiä suojeltiin koko kehittämishankkeen ajan (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 221). Kehittämishankkeeseen liittyneet haastattelu- ja kyselylomakkeet täytettiin niin, että jokaisen henkilön yksityisyys säilyi. Haastattelulomakkeet kirjattiin nimettöminä. Havainnointilomakkeissa käytettiin etunimiä, jotta tietoja voitiin käyttää harjoitekertojen purkutilanteissa. Lomakkeita käsiteltiin ja säilytettiin huolellisesti analysoinnin aikana. Tarkkaa säilytystä vaativat asiakirjat pidettiin toisen opinnäytetyöntekijän kotona lukollisessa kaapissa. Kaikki haastattelu- ja kyselylomakkeet hävitetään asianmukaisesti opinnäytetyön hyväksynnän jälkeen.

Asiakkaiden itsemääräämisoikeutta kunnioitettiin kehittämishankkeen kaikissa vaiheissa (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 218 - 219.) Haastatteluun kutsuttuja henkilöitä ja tiedonantajia sekä harjoitteisiin osallistuneita asiakkaita informoitiin ennakkoon kehittämishankkeen toiminnasta ja toteutuksesta. Kokemusasiantuntijoiden haastatteluissa korostettiin haastattelun vapaaehtoisuutta ja mahdollisuutta keskeyttää haastattelu missä vaiheessa tahansa. Toiminnallisten harjoitekertojen alussa korostettiin tilanteiden luottamuksellisuutta ja opinnäytetyöntekijöiden vaitiolovelvollisuutta sekä muistutettiin asiakkaita

harjoitteisiin osallistumisen vapaaehtoisuudesta ja mahdollisuudesta keskeyttää osallistuminen missä vaiheessa tahansa. Uusien jäsenten tullessa ryhmään varmistettiin, että myös heillä on edellä mainitut tiedot.

Oikeudenmukaisuus toteutui kehittämishankkeen eri vaiheissa. Työelämä hankki tiedonantajat kokemusasiantuntijoiden haastatteluihin opinnäytetyöntekijöiden esittämien toiveiden mukaisesti. Tiedonantajiksi toivottiin sekä päihde- että peliriippuvuudesta jo kuntoutuneita henkilöitä. Haastattelujen alkaessa laitospääntöyksen yhteisön keskuudesta nousi esiin kuntoutusjaksolla olevia henkilöitä, jotka halusivat osallistua haastatteluun. Opinnäytetyöntekijät pitivät tätä hyvänä mahdollisuutena saada erilaista kokemustietoa henkilöiltä, jotka olivat sisällä yhteisössä sekä kokemusta asiakkaan kohtaamiseen.

Jokaisella laitospääntöyksen asiakkaalla oli mahdollisuus osallistua toteutettuihin toiminnallisiin harjoitteisiin. Lisäksi tilanteessa, jossa osallistujia otettiin mukaan vieroitushoitoyksiköstä, koimme toimivamme tasa-arvon kannalta oikeudenmukaisesti ottaessamme avoimesti mukaan päihdeasiakkaita myös laitospääntöyksen yhteisön ulkopuolelta. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 221.) Toisaalta voidaan miettiä, oliko oikein laitospääntöyksen asiakkaita kohtaan, että osallistujia oli harjoitteissa mukana myös yhteisön ulkopuolelta. Tahdoimme kuitenkin opinnäytetyöntekijöinä kunnioittaa ihmisarvoa ja noudattaa myös Ventuskartanon arvoja, joista yksi on välittäminen, eli pidimme jokaista ihmistä yhtä tärkeänä. Yhteisö oli myös hyväksyväinen ottamaan sen ulkopuolisia osallistujia mukaan harjoitekertaan.

Eettisyyttä lisää se, että opinnäytetyölle haettiin tutkimuslupa Ventuskartano ry:ltä ja lupa myönnettiin toiminnanjohtajan toimesta 18.6.2014 (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 222). Opinnäytetyöraportin laadintaan liittyi tutkimuseettisiä haasteita. Niihin liittyen voidaan todeta, että opinnäytetyöntekijät olivat vastuuntuntoisia opinnäytetyöraporttia kirjoittaessaan ja käyttivät lähdeaineistoa oikein välttämällä plagiointia sekä tietojen sepittämistä. Toisten tutkijoiden ja toimijoiden työn kunnioittaminen näkyy lähdeaineiston käytössä ja lähteisiin viittauksissa. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 224 - 225.)

Kehittämishankkeen luotettavuuden arvioinnissa käytettiin soveltuvin osin Kankkunen ja Vehviläinen-Julkunen (2013, 202 - 209) esittämiä luotettavuuden arviointikriteerejä. Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet olivat selkeät ja syntyivät työelämän tarpeista (Kankkunen

& Vehviläinen-Julkunen 2013, 202). Opinnäytetyön aihe tuli tilattuna suoraan Ventuskartanolta, joten kehittämishanke oli työelämälähtöinen ja Ventuskartanon laitospääntöuksen tarpeista syntynyt. Kehittämishankkeemme luotettavuutta lisäsi tiivis työelämäyhteys. Opinnäytetyöntekijät pitivät koko ajan yllä yhteyttä työelämätahoon, ja projektiryhmän ja ohjausryhmän raportointi hoidettiin tunnollisesti ja tarkasti. Myös yhteyttä ohjaavaan opettajaan pidettiin tasaisin väliajoin. Hän oli projektiryhmän ja ohjausryhmän jäsen, ja häntä informoitiin kehittämishankkeen etenemisestä.

Kehittämishankkeen luotettavuutta kuvaa se, että tietoperustaa luodessamme käytössä oli useita tiedonhankintakanavia ja opinnäytetyöraportin lähdeaineistona käytettiin mahdollisimman laadukkaita, uusia ja monipuolisia kirjallisuuslähteitä sekä pyrittiin käyttämään alkuperäislähteitä (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 208; Vilka & Airaksinen (2003, 72 - 73). Lähdeaineistossa on kuitenkin mukana muutama iäkkäämpi klassikkoteos, joka tuo arvoa opinnäytetyön perustana olevalle teorialle. Luotettavuutta lisäsi myös se, että opinnäytetyöntekijät huolehtivat asiakkaiden eettisten oikeuksien varmistamisesta kehittämishankkeen joka vaiheessa. Lisäksi kehittämishankkeen lopputuotoksena syntyneitä toiminnallista harjoitesarjaa on mahdollista käyttää myös muissa vastaavanlaisissa päihdekuntoutusyksiköissä. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 203.)

Suunnitelmavaiheessa projektipäälliköt tekivät kehittämishankkeelle SWOT-analyysin, jolla tiedostettiin kehittämishankkeeseen liittyviä vahvuuksia, heikkouksia, mahdollisuuksia ja uhkia (Paasivaara ym. 2013, 85). Yksi toteutunut uhka jäi SWOT-analyysissä huomioimatta eli työelämäohjaajan vaihdos kesken kehittämishankkeen toiminnan. Tällä ei kuitenkaan ollut kehittämishankkeen toiminnan jatkumista uhkaavaa vaikutusta. Opinnäytetyöntekijät pitivät koko kehittämishankkeen ajan projektipäiväkirjaa ja -kansiota, johon kerättiin kehittämishankkeen tärkeät asiakirjat. Opinnäytetyöraportin luotettavuutta kuvastaa kehittämishankkeen toteutuksen elävä ja selkeä kuvaus sekä myös se, että kehittämishankkeen eri vaiheissa pyydettiin palautetta sekä toiminnallisiin harjoitteisiin osallistuneilta että laitospääntöuksen työntekijöiltä. Arviointia tehtiin koko kehittämishankkeen ajan. Opinnäytetyöraportin arviointiosuudesta löytyy asiakkaiden ja laitospääntöuksen henkilökunnan esittämiä autenttisia lainauksia. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 198 - 199, 203.)

9 POHDINTA

Opinnäytetyöskentelyyn, ajallisesti liki kahteen vuoteen, mahtui runsaasti erilaisia kokemuksia. Toteutunut kehittämishanke oli opinnäytetyöntekijöille uusia näkökulmia avaava ja arvokas kokemus. Toista näin läheistä vuorovaikutuksellista kokemusta päihde- ja peliriippuvaisten asiakkaiden kanssa emme välttämättä enää koe tulevaisuudessa. Työn toteuttaminen antoi opinnäytetyöntekijöille mahdollisuuden harjoittaa myös vuorovaikutus- ja yhteistyötaitoja edellyttävää yhteistyötä pienehkön työyhteisön keskuudessa.

Projektiluonteisen opinnäytetyömme tarkoituksena oli tuottaa yhteisön ryhmäturvallisuutta vahvistava toiminnallinen harjoitesarja Ventuskartanon laitospäästämisen sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten käyttöön. Tavoitteena oli toiminnallisilla harjoitteilla edistää asiakkaan sisäistä turvallisuuden tunnetta hänen saapuessaan laitospäästämiseen ja ryhmän sisäisen vertaistuen kehittymistä yhteisössä.

9.1 Opinnäytetyön merkitys päihde- ja peliriippuvaisille laitospäästämisen asiak- kaille

Päihdehoitotyössä ja yhteisöhoitossa korostuu turvallisuuden merkitys, sillä kuntoutujan tulee tuntee olonsa turvalliseksi ja hyväksytyksi yhteisössä, jotta hänen kuntoutumisensa onnistuu (Korhonen 2012, 42 - 51; De Leon 2000, 85 - 94.) Laitospäästämiseen saapuvan henkilön luottamus ihmisiin on usein heikko, ja turvallinen yhteisö voi tässä tapauksessa tarjota ihmisen kaipaamaa välittämistä ja kohtaamista (Lund 2006, 79). Yhteisössä ryhmän jäsenen tulee kokea ryhmä turvalliseksi sekä oppia luottamaan ryhmään ja jakamaan kokemuksiaan ryhmässä. Näin hän voi olla tukena toisille yhteisön jäsenille. (Ruisniemi 2006, 37.) Yhteisön jäsenet ovat toistensa vertaistukihenkilöitä antaen tärkeää tukea toisilleen ja yksilötasolla riippuvuudesta toipumiseen (De Leon 2011, 2000, 165).

Edellä mainitut seikat nousivat kehittämishankkeessa erityisesti esiin kokemusasiantuntijoiden sekä entisten ja silloisten asiakkaiden haastatteluissa. Tiedonantajilta opinnäytetyöntekijät saivat arvokasta tietoa Ventuskartanon laitospäästämisen asiakkaiden omakohtaisista kokemuksista laitospäästämisen ja sen yhteisössä. Teemahaastatteluiden anti sisälsi asiakkaiden kuvauksia saapumishetkestä laitospäästämiseen, yhteisössä koetusta ajasta ja yhteisön keskuudessa vallinneesta ryhmäturvallisuuden tunteesta. Lisäksi tiedonantajat

kuvasivat, miten he kokivat henkilökohtaisen turvallisuuden tunteensa muuttuneen laitoskuntoutusjakson aikana ja minkä tekijöiden he kokivat vaikuttaneen turvallisuuden tunteeseensa.

Ventuskartanon laitoskuntoutus perustuu verkostotyöhön, yhteisöhoitoon ja ryhmissä käytettävään kognitiiviseen käyttäytymisterapiaan. Laitoskuntoutuksessa kuntoutusjaksot saattavat usein olla melko pitkiä, kestäen yhdestä kuukaudesta useamman kuukauden mittaisiin kuntoutusjaksoihin. On tärkeää, että laitoskuntoutukseen saapuva kuntoutuja tuntee olevansa tervetullut yhteisöön ja löytää ryhmästä oman paikkansa. Uusia kuntoutujia saapuu lähes viikoittain yhteisöön, ja tämä muuttaa ryhmän dynamiikkaa aina ryhmän kokoonpanon muuttuessa. Tässä tilanteessa on laitoskuntoutuksen henkilökunnan kyettävä turvaamaan niin yksilön kuin ryhmän turvallisuuden tunne. Ryhmäturvallisuus on kuntoutujille ensiarvoisen tärkeää, jotta he voivat hyväksyvässä, avoimessa ja tukea antavassa ilmapiirissä ilmaista itseään ja syvimpiä tunteitaan turvallisesti pelkäämättä.

Aallon (2000, 16) mukaan turvallisuus ryhmässä koostuu seuraavista tekijöistä: luottamus, hyväksyntä, avoimuus, tuen antaminen ja sitoutuminen. Kehittämishankkeen harjoitekerroilla havaittiin ryhmän jäsenten keskuudessa avoimuutta, vapautumista, hyväksyntää toisia kohtaan ja ryhmäytymistä. Tunteiden tunnistaminen ja ilmaiseminen, erityisesti pelon, syyllisyyden, häpeän ja arvottomuuden tunteen, on yksi keskeinen tekijä ihmisen sisäisen turvallisuuden tunteen lisäämisessä (Aalto 2000, 19). Kaikki osallistujat ilmaisivat sekä myönteisiä että kielteisiä tunteitaan. Myös yhteisön ulkopuoliset osallistujat kykenivät jossain määrin ilmaisemaan tunteitaan, mielipiteitään, arvojaan, moraaliaan ja unelmiaan. Lisäksi eri harjoitekerroilla ilmeni keskinäistä luottamusta, toisiinsa sitoutumista ja tuen antamista.

Edellä mainittuihin viitaten toteamme, että toiminnallisilla harjoitteilla saavutettiin niille asetetut kaksi tavoitetta. Mielestämme toiminnalliset harjoitteet tukevat yhteisöhoitossa ryhmää muodostamaan turvallisen ilmapiirin ja sitä kautta antavat yksilölle mahdollisuuden turvallisesti ilmaista itseään, omia ajatuksiaan, mielipiteitään, tunteitaan, arvojaan ja moraaliaan. Kehittämishankkeen toiminnallisella harjoitesarjalla tavoiteltiin kokonaisuutena ryhmän turvallisuusasteen nousua oletetusta T3-tasosta (tunteamaton perusturvallinen ryhmä) T5-tasoon (avoin ryhmä). Tämä tavoite täyttyi jokaisella harjoitekerralla ja ryhmän

turvallisuusaste vaihteli välillä T3 - T6, tuntemattomasta perusturvallisesta ryhmästä heik-
koutta hyväksyvään ryhmään.

Toiminnallisia harjoitteita toteuttaneina voimme todeta, että harjoitteet tukevat päihde- ja peliriippuvuuden hoidossa käytettävää yhteisöhoitomenetelmää. Harjoitteiden laaja kirjo tekee toiminnasta mielekkään, koska yksikään harjoitekerta ei ole samanlainen. Mielestämme harjoitteiden onnistumisen kannalta tärkeintä on ohjaajan oma usko toiminnallisten harjoitteiden voimaan ja kyky antaa ryhmälle tilaa toimia. Harjoitteiden toteuttaminen ja harjoitteista saatu palaute erilaisine havaintoineen vahvasti mielipidettämme, että toiminnalliset harjoitteet voisivat soveltua osaksi Ventuskartanon laituskuntoutuksen toteuttamaa päihde- ja peliriippuvaisten hoitotyötä.

Mielestämme toiminnalliset harjoitteet täydentävät muita päihde- ja peliriippuvaisten hoidossa käytettäviä menetelmiä ja suosittelemme Ventuskartanon laituskuntoutusyksikölle käytettäväksi näitä harjoitteita sen muiden hoitomuotojen rinnalla ja täydentäjänä. Havait-
simme kehittämishankkeen harjoitekerroilla, miten toiminnalliset harjoitteet antoivat osal-
listujille mahdollisuuden olla vuorovaikutuksessa toistensa kanssa eri tavalla. Tämä ilmeni
myös asiakkaiden palautteista; toiminnallisten harjoitteiden koettiin tuovan vaihtelua lai-
toskuntoutuksen arkeen ja jotain uutta toistuvien keskusteluhetkien sijaan.

Jotta toiminnallisten harjoitteiden käyttö voitaisiin vakiinnuttaa osaksi yhteisön jokapäiväs-
tä toimintaa, suosittelemme syvällisempää perehtymistä Aallon Ryppäästä ryhmäksi -
kirjaan. Näin harjoitteiden ohjaajat voivat valikoida useiden satojen harjoitteiden joukosta
omasta mielestään ryhmälle sopivia muita harjoitteita ja laajentaa harjoitevalikoimaa. Sa-
manaikaisesti he voivat perehtyä vielä syvällisemmin toimintakokemusmenetelmien ideo-
logiaan ja käyttää heille laadittua Toiminnallinen harjoitesarja -oppaan harjoitteita laajem-
min. Katsomme, että vastaavanlainen toiminnallinen harjoitesarja soveltuu käytettäväksi
myös muissa päihde- ja peliriippuvaisille kohdennetuissa yhteisöhoitoa toteuttavissa kun-
tutuslaitoksissa. Suomen Tietotoimistolle antamassaan haastattelussa Aalto on todennut,
että on vaikeaa kuvitella ryhmää, jolle ei olisi näistä menetelmistä hyötyä (Kukkapuro ja
Nyrhinen 2013).

9.2 Ammatillinen kasvu opinnäytetyöprosessin aikana

Ammatillisen kasvumme ensimmäinen etappi opinnäytetyöskentelyssämme oli tiedonhankinta. Tahdomme korostaa sen todellista ja tärkeää merkitystä yleisesti opinnäytetyöskentelyssä ja että tämä on yksi merkittävä osa oppimisprosessia (Centria-ammattikorkeakoulu 2013). Opinnäytetyön aihe oli rajaamisyrityksistä huolimatta sisällöllisesti laaja ja aihealueena uusi sen tekijöille. Meillä ei ollut aiempaa kokemusta päihde- ja peliriippuvaisten hoitotyöstä käytännössä lainkaan, ja päihdehoitotyön opinnot olivat vasta edessäpäin.

Tilanne oli haasteellinen. Opinnäytetyöntekijät ja ohjaajat ymmärsivät, että tietoperustan tuli olla vahva, jotta Ventuskartanon laitospalautukselle luotava harjoitesarja kohdentuisi mahdollisimman oikein sen asiakkaille. Tilannetta helpotti työelämäohjaajan vahva alkuvaiheen panostus opinnäytetyöntekijöiden ohjaamiseen; kuuntelemiseen, ajatusten reflektointiin ja esiintuotujen pulmatilanteiden osalta erilaisten ongelmanratkaisuvaihtoehtojen esittämiseen. Myös opinnäytetyöprosessia ohjanneet opettajat auttoivat opiskelijoita kulkemaan oman kehittymisensä tiellä, erityisesti kehittämistyön alkuvaiheessa suunnan tarkentajana ja loppuvaiheessa oikeaan tienristeykseen palauttaen. Opinnäytetyöntekijöiden suppeaa tietämystä päihde- ja peliriippuvaisten hoitotyöstä täydennettiin syvällisellä perehtymisellä kehittämishankkeen käsitteisiin, panostamalla kokemusasiantuntijoiden haastatteluihin ja keräämällä väliarvioita kehittämishankkeen suunnittelun ja etenemisen osalta.

Sopivaa lähdekirjallisuutta koemme löytäneemme kohtuullisen hyvin, ja pidämme sitä laadullisesti hyvänä. Tutkimuksiin perustuvaa lähdeaineistoa suhteessa muuhun aineistoon olisimme voineet käyttää laajemmin hyväksi. Tämä olisi käytännössä tarkoittanut enemmän ulkomaisten tutkimusten hyödyntämistä, koska Suomessa päihdetyön tutkimus on valitettavasti ollut kovin hajanaista tähän asti ja siitä on puuttunut jatkuvuus (Kuntoutussäätiö 2011). Hoitotieteellistä tutkimusta päihdehoitotyön omaan tietoperustaan nojautuvasta tutkimuksesta on tehty varsin niukasti (Havio ym. 2014, 233 - 238). Rahapeliongelmien osalta Suomessa on tehty vielä vähemmän tutkimuksia (THL 2015c).

Toimintakokemusmenetelmiä ja toiminnallisia harjoitteita käsittävää korkeatasoista tutkittua tietoa emme kyenneet löytämään kotimaisista tiedonhankinnan palveluista lainkaan, joten käytimme tältä osin kansainvälistä lähdeaineistoa. Aalto on kyseisten menetelmien pioneeri ja kehittäjä Suomessa ja ollut mukana jo 1990-luvulta lähtien erilaisissa kehittä-

mishankkeissa kehittämällä ryhmäytymistä edistäviä toimintakokemusmenetelmiä. Yksi syy näiden metodien kehittämiseen aikoinaan oli yläkouluikäisten nuorten päihteidenkäytön ehkäiseminen. (Kukkapuro & Nyrhinen 2013.) Lisäksi Aalto on tehnyt yhteistyötä Diakonia-ammattikorkeakoulun kanssa kehitettäessä uusia keinoja ja toimintatapoja avohoidolliseen huumetyöhön (Novitskij 2002). Tietoperustan rajaaminen osoittautui todelliseksi haasteeksi, mutta koemme onnistuneemme tämän osalta hyvin, vaikka raportti on kohtuullisen laaja.

Ammatillisen kasvumme toinen etappi yhteistyöskentelymme aikana oli projektioppiminen, jossa oppimisen motiivina yksilötasolla oli ammatillinen kehittyminen (Virtanen 2009, 202). Kehittämishanke soi meille mahdollisuuden saada lyhyehkössä ajassa monenkaltaisia kokemuksia projektimaisesta työskentelytavasta, joka vaati sen tekijöiltä todellista sitoutumista ja aikataulujen sovittamista. Oman haasteen yhteisen työajan löytymiselle asettivat opinnäytetyöntekijöiden kesätyöt vuorotyössä sekä hoitotyön opintojen toteutuksessa ilmenneet aikataululliset muutokset teoria- ja harjoittelujaksojen osalta. Kehittämishankkeen aikataulu oli suunniteltu ajallisesti ja sisällöllisesti opintojen kulkua ennakoivaksi. Tästä haasteesta selviytyäkseen opinnäytetyöntekijät suorittivat työnjaon opinnäytetyön sisältämien käsitteiden mukaisesti. Näin työskentely tehostui kummankin ottaessa itsenäisen vastuun omasta aihealueestaan edistäen näin kehittämishankkeen etenemistä.

Vuorotellen ja lomittain molemmat opinnäytetyöntekijöistä tekivät kaiken tarvittavan, jotta toinen pystyi vuorollaan ja parhaalla tavallaan käyttämään omaa osaamistaan kehittämishankkeen hyväksi. Yhteistyöskentely oli tavoitelähtöistä ja dynaamista, mutta myös aktiivisen luovuuden ja tilanteisiin reagoimisen sallivaa. Ammatillinen otteemme projektityöskentelyssä kehittyi asioita suunnitelmallisesti toteuttamalla ja aktiivisesti kehittämishanketta johtaen. Yhteistyöskentely oli sopivan haasteellista ja kehittämishankkeen edetessä opimme tuntemaan enemmän toistemme työskentelytapaa, löytämään yhteiset toimintatavat sekä luottamaan toistemme antamaan tukeen. Tuen merkitys korostui erityisesti tilanteissa, jossa työelämäohjaaja vaihtui kesken opinnäytetyöprosessin ja kehittämishankkeen toteutuksen. Tätä emme olleet osanneet arvioida laatiessamme SWOT-nelikenttäanalyysiä, ja tämä oli meille projektipäällikköinä tiukan reflektoinnin ja keskinäisen pohdinnan paikka. Ammatillisen kehittymisen osalta tilanne oli oleellinen ja ehkä myös eniten omaan osaamiseen ja itseemme luottamiseen panostamista – merkityksellisesti myös stressaavaa riskinottoa, jollaiseksi myös projektiosaamista kuvataan (Virtanen 2009, 58 - 64).

Yhteinen opinnäytetyö- ja projektityöskentely kehitti vuorovaikutus- ja organisointitaitojamme. Opimme luomaan kehittämishankkeen toimintaa edistävät yhteiset pelisäännöt, jakamaan tietoa kattavasti eri toimijoille, tekemään päätöksiä tehokkaasti ja olemaan luontevasti yhteydessä yhteistyökumppaneihin. Kehittämishankkeesta tiedottamiseen ja viestintään emme kuitenkaan voi kehittämishankkeen projektipäällikköinä olla täysin tyytyväisiä. Tätä olisimme voineet tehostaa järjestämällä esimerkiksi erillisen tiedotustilaisuuden kehittämishankkeen käynnistymisestä ja sen toiminnasta. Tältä osin jätimme vastuun työelämän edustajille emmekä voi olla pohtimatta, johtuiko tietyissä tilanteissa laituskuntoutuksen henkilökunnan vähäinen osallistujamäärä tilaisuuksiin viestinnän puutteesta vai kenties muusta syystä. Henkilökunnan antama loppuarvio antaa puolestaan viitteitä, että henkilökunta ei olisi ollut tarpeeksi tietoinen kehittämishankkeeseen liittyneestä projektimaisesta työskentelystä. Tätä pohtiessa on syytä miettiä, olisiko jatkossa parempi ottaa laajemmin henkilökuntaa mukaan jo tulevien projektien ideointi- ja suunnitteluvaiheeseen.

Vaikka viestinnän osalta toteutus olisi voinut olla toisenlainen, oli yhteistyö Ventuskartanon laituskuntoutuksen henkilökunnan kanssa aktiivista ja toimivaa antaen varmuutta kehittämishankkeen etenemiseen – ilman tätä toiminnallista harjoitesarjaa ei olisi saatu toteutettua. Korostamme vielä työelämäohjaajien kanssa toteutuneiden henkilökohtaisten ohjaustilanteiden ja vuorovaikutuksen, esimerkiksi väliarvioinnin, merkitystä. Nämä antoivat opinnäytetyöntekijöille erilaista ”näkömää” harjoitesarjan suunnitteluun ja mallintamiseen siten, että kehittämishankkeelle asetetut tavoitteet voitiin saavuttaa. Kehittämishankkeen kokeilu- ja toteuttamisvaiheessa käydyt yhteiskeskustelut laituskuntoutuksen ohjaajien kanssa heti harjoitekertojen jälkeen tarjosivat meille arvokasta palautetta itsearviointia varten. Saimme näistä myös ideoita itsemme kehittämiseen harjoitteiden ohjaajina.

Ammatillisen kasvumme kolmas etappi yhteistyöskentelymme aikana oli projektioppiminen, jossa oppimisen motiivina projektitasolla oli sen menestyksekkäs toteuttaminen (Virtanen 2009, 202). Kehittämishanke toteutui menestyksekkäästi sen saavuttaessa sille asetetun tarkoituksen ja tavoitteet. Toiminta toteutui lähes kokonaisuudessaan alkuperäisen projektisuunnitelman mukaisesti. Poikkeuksena tästä olivat ainoastaan työelämäohjaajan vaihdos kesken työskentelyn ja kehittämishankkeen vaikuttavuuden arviointivaiheen pidentyminen kevään 2015 loppuun asti. Edellä mainitut poikkeukset eivät kuitenkaan vaarantaneet kehittämishankkeen etenemistä eivätkä tavoitteiden saavuttamista. Opinnäytetyöntekijät ky-

kenivät selviytymään edellä mainituista muutoksista ja työskentely jatkui suunnitellusti. Tämä osoitti joustavuutta, jota projektitoimijoilta työskentelyssään edellytetään.

Lopputuloksen saavuttamiseen vaikutti opinnäytetyöntekijöiden mielestä oleellisesti koko opinnäytetyöprosessin kattava ja toistuva itsearviointi. Olimme osaltamme asettaneet tietyt laadulliset tavoitteet omalle työskentelyllemme ja näiltä osin olemme tyytyväisiä kehittämishankkeen tuottamaan Toiminnallinen harjoitesarja -oppaaseen ja kehittämishankkeesta laadittuun loppuraporttiin. Onnistumisen arviointi on aina mielipidekysymys ja kehittämishanke on aina oppimisprosessi, mikä projektitoimijoiden ohella myös organisaation tulee oppia (Ruuska 2007, 265 - 288).

Ammatillisen kasvumme neljäs eli viimeinen etappi oli ammatillisen tiedon ja taidon lisääntyminen. Tietoa ja taitoa kartuttivat koskettavat kohtaamiset jo kuntoutuneiden ja laitospotilaisten asiakkaiden kanssa sekä harjoitekertojen toteutukset ohjaajina toimien. Tilanteissa korostui kuuntelemisen ja vuorovaikutuksen taito jokaisen yksilön kohtaamisessa. Haastattelut olivat sisällöllisesti erittäin mielenkiintoisia ja opinnäytetyöntekijöiden ammatillista näkemystä avartavia, mutta myös itsehillintää ja omien tunteiden hallintaa edellyttäviä kohtaamisia. Tiedonantajat avautuivat syvästi omakohtaisista kokemuksistaan ja sairaudestaan kertoen, millaista on sairastua riippuvuuteen. Tiedonantajilta saimme arvokasta tietoa siitä, mikä juuri heitä oli toipumisessa auttanut ja mitkä tekijät olivat vaikuttaneet heidän omaan kuntoutumiseensa. Tämä lisätietous rikasti toiminnallisten harjoitteiden suunnittelutyötämme ja lisäksi valmisti meitä kohtaamaan ja ymmärtämään päihde- ja peliriippuvaisia asiakkaita harjoitekerroillamme.

Ammatillinen kasvumme opinnäytetyöprosessin aikana täydentyi toimiessamme itse harjoitteiden ohjaajina viiden viikon ajanjaksona. Toiminnallisten harjoitteiden toteuttaminen, näiden vaikuttavuuden omakohtainen havainnointi ja osallistujilta saatu verbaalinen ja non-verbaalinen palaute kehittivät meitä entistä paremmin kohtaamaan uudestaan asiakkaat. Joka kerta olimme mielestämme entistä rohkeampia ja ehkä myös kykeneväisempiä antamaan asiakkaille kokemuksia toiminnallisten harjoitteiden parissa. Päihde- ja peliriippuvaisten asiakkaiden kohtaaminen ja heidän kanssaan käyty aktiivinen vuorovaikutus viitenä harjoitekertana jätti meille mielikuvan, mitä tunteiden kohtaaminen hoitotyössä voi todellisuudessa tarkoittaa. Ammatti-identiteetin kehittyminen on osaltamme vasta alkutekijöissään ja sen tulee jatkua läpi tulevan työelämän. Koemme, että olemme silti saavuttaneet

tämän puolentoista vuoden aikana lisää sisäistä ymmärrystä ja kokemusta niin päihde- ja peliriippuvaisten ihmisten hoitotyön ammatillisuudesta kuin itsestämme.

9.3 Jatkotutkimusaiheet

Opinnäytetyöskentely ja kehittämishankkeen toteuttaminen herätti useita jatkotutkimusaiheita. Uusien tutkimusten ja kehittämishankkeiden avulla on mahdollisuus parantaa päihde- ja peliriippuvaisten asiakkaiden kuntoutumispalveluja ja hoitomenetelmiä. Jatkotutkimuksissa olisi hyvä käyttää hyväksi vielä enemmän ja tarkemmin tietoa, jota on saatavilla kokemusasiantuntijoilta ja entisiltä asiakkailta.

Erään Ventuskartanon laituskuntoutuksen työntekijän antamasta suullisesta palautteesta kävi ilmi, että toiminnallisten harjoitteiden vaikutusta yhteisön ryhmäturvallisuuteen on vaikea suoranaisesti arvioida, koska myös muut tekijät vaikuttavat tähän. Tältä osin olisi ehkä tarpeen tehdä jatkossa tarkempi arviointi toiminnallisten harjoitteiden vaikuttavuudesta päihde- ja peliriippuvaisille laituskuntoutuksen asiakkaille. Tämän tarpeen toi myös laituskuntoutuksen henkilökunta esiin antamassaan loppuarviossa.

Esitämme konkreettisina jatkotutkimusaiheina seuraavat kolme aihetta: Toiminnallisten harjoitteiden jatkokehittäminen – syventyminen valittuun harjoitealueeseen ja/tai teemaan pidemmällä aikajänteellä, Toiminnallisten harjoitteiden vaikuttavuuden arviointi laituskuntoutuksessa ja Toiminnallinen harjoitesarja -oppaan jatkokehittäminen.

LÄHTEET

- Aalto, M. 2000. Ryppäästä ryhmäksi. Ryttylä: My Generation Oy.
- Aalto, M. 2002. Turvallinen ryhmä ja itseksi tuleminen. Helsinki: Aseman Lapset ry.
- Aalto, M. 2010. Alkoholien ongelmakäytön eri muodot. Teoksessa K. Seppä, H. Alho & K. Kiianmaa (toim.) Alkoholiriippuvuus. Hyvä hoito-sarja. Helsinki: Duodecim, 8 - 9.
- Aalto, M. 2012. Bentsodiatsepiiniriippuvuuden hoitoon vaikuttavat tekijät. Teoksessa K. Seppä, M. Aalto, H. Alho & K. Kiianmaa (toim.) Huume- ja lääkeriippuvuudet. Hyvä Hoito-sarja. Helsinki: Duodecim, 114 - 115.
- Aalto, M. & Koivukangas, A. 2011. Kaksin käsin viinaa, mikä mieltä piinaa? Suomen Lääkärilehti. Terveyskirjasto. Www-dokumentti. Saatavissa: http://www.terveysportti.fi.ezproxy.centria.fi/dtk/ltk/koti?p_haku=riippuvuus. Luettu 24.6.2014.
- Alho, H. 2012. Huumeiden käytön tunnistaminen ja huumeriippuvuuden tunnusmerkit. Teoksessa K. Seppä, M. Aalto, H. Alho & K. Kiianmaa (toim.) Huume- ja lääkeriippuvuudet. Hyvä Hoito-sarja. Helsinki: Duodecim, 52 - 53.
- Alho, H. 2014. Rahapeliiriippuvuus. Lääkärin käsikirja. Terveyskirjasto. Www-dokumentti. Saatavissa: http://www.terveysportti.fi.ezproxy.centria.fi/dtk/ltk/koti?p_haku=peliriippuvuus. Luettu 29.6.2014.
- Ahtiala, P. & Ruohonen, K. 1998. ”Se oli sitä koko elämä”. Kokemuksia ja näkemyksiä huumeriippuvuudesta. Helsinki: Kirjayhtymä Oy.
- American Nurses Association. 2015. Code of Ethics for Nurses With Interpretive Statements. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.nursingworld.org/MainMenuCategories/EthicsStandards/CodeofEthicsforNurses/Code-of-Ethics-For-Nurses.html>. Luettu 25.5.2015.
- Castrén, S., Salonen, A., Alho, H. & Lahti, T. 2014. Rahapeliiriippuvuuden diagnostiikka muutoksessa. Suomen Lääkärilehti. Terveyskirjasto. Www-dokumentti. Saatavissa: http://www.terveysportti.fi.ezproxy.centria.fi/dtk/ltk/koti?p_haku=peliriippuvuus. Luettu 29.6.2014.
- Centria-ammattikorkeakoulu. 2013. Opinnäytetyö ja kirjoitusohjeet. Pdf-dokumentti. Saatavissa: https://optima-portal.cou.fi/learning/id652/bin/doc_show?id=84096. Luettu 4.3.2015.
- De Leon, G. 2000. The Therapeutic Community – Theory, Model, and Method. New York: Springer Publishing Company.
- De Leon, G. 2011. Recovery: Championing Action for the Future. The Recovery Movement. The Addaction National Recovery Conference 2011. Birmingham. Video. Saatavissa: <http://www.addaction.org.uk/page.asp?section=460>. Katsottu 17.11.2014.

ETENE. 2011. Sosiaali- ja terveystieteiden perusta. ETENE-julkaisuja 32. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö. Pdf-dokumentti. Saatavissa: http://www.etene.fi/c/document_library/get_file?folderId=63023&name=DLFE-2903.pdf. Luettu 12.3.2015.

Hagedorn, W. B. & Hirshhorn, M. A. 2009. When Talking Won't Work: Implementing Experiential Group Activities With Addicted Clients. *Journal for Specialists in Group Work*. 34 (1): 43 - 67. Pdf-tiedosto. Saatavissa: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=7e5883a3-d096-427b-a781-af5257cb9262%40sessionmgr110&vid=0&hid=102>. Luettu 20.11.2014.

Havio, M., Inkinen, M. & Partanen, A. 2014. Ihmisen riippuvuuskäyttäytyminen. Päihdehoitotyön kehittäminen ja tutkimus. Teoksessa M. Havio, M. Inkinen & A. Partanen (toim.) Päihdehoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy, 40 - 49, 233 - 238.

Helamo, I. 2009. Riippuvuuden mekanismeja. IH-seminaari 25.11.2009. Pdf-tiedosto. Saatavissa: <http://www.apua.info/File/3407a2ad-6d47-4b90-850e-24bc767765d6/Helamo%20Riippuvuuden%20mekanismit%20Tiivistelm%C3%A4%20H%C3%A4meenlinna%203%2011%202009.pdf>. Luettu 6.4.2015.

Holmberg, N. 2008. Addiktiot. Teoksessa S. Kähkönen, I. Karila & N. Holmberg (toim.) Kognitiivinen psykoterapia. 3. uudistettu painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 293 - 308.

Holmberg, J. 2010. Addiktiot. Päihderiippuvuudesta elämänhallintaan. Helsinki: Edita Prima Oy.

Holmberg, J. 2012. Vakavien mielenterveys- ja päihdeongelmien hoitotyö. Asiantuntija. *Sairaanhoitajalehti* 4/2012, 22 - 24. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://verkkojulkaisu.viivamedia.fi/sairaanhoitaja/2012/4>. Luettu 2.3.2014.

Holopainen, A. 2011. Huumeriippuvuus. *Tietoiskut* 346. Päihdelinkki. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/346-huumeriippuvuus>. Muutettu 2015. Luettu 2.3.2014.

Holopainen, A. 2013. Päihteiden käyttäjän hoitoonohjaus. Lääkärin käsikirja. Www-dokumentti. Saatavissa: http://www.terveysportti.fi.ezproxy.centria.fi/dtk/ltk/avaa?p_artikkeli=ykt01094. Luettu 17.12.2014.

Huttunen, J. 2012. Tietoa potilaalle: Alkoholi ja terveys. Lääkärikirja Duodecim. Terveyskirjasto. Www-dokumentti. Saatavissa: [http://www.terveysportti.fi.ezproxy.centria.fi/dtk/ltk/koti?p_artikkeli=duo10461&p_haku=alkoholi ja terveys](http://www.terveysportti.fi.ezproxy.centria.fi/dtk/ltk/koti?p_artikkeli=duo10461&p_haku=alkoholi%20ja%20terveys). Luettu 20.6.2014.

Huttunen, M. 2013a. Tietoa potilaalle: Alkoholin ja huumeiden väärinkäyttö. Lääkärikirja Duodecim. Terveyskirjasto. Www-dokumentti. Saatavissa: [http://www.terveysportti.fi.ezproxy.centria.fi/dtk/ltk/koti?p_artikkeli=duo10461&p_haku=alkoholi ja terveys](http://www.terveysportti.fi.ezproxy.centria.fi/dtk/ltk/koti?p_artikkeli=duo10461&p_haku=alkoholi%20ja%20terveys). Luettu 23.6.2014.

- Huttunen, M. 2013b. Tietoa potilaalle: Päihde- ja huumeriippuvuus. Lääkärikirja Duodecim. Terveyskirjasto. Www-dokumentti. Saatavissa: http://www.terveysportti.fi.ezproxy.centria.fi/dtk/shk/koti?p_haku=päihde%20riippuvuus. Luettu 19.6.2014.
- Huttunen, M. 2013c. Tietoa potilaalle: Lääkeriippuvuus ja lääkkeiden väärinkäyttö. Lääkärikirja Duodecim. Terveyskirjasto. Www-dokumentti. Saatavissa: http://www.terveysportti.fi.ezproxy.centria.fi/dtk/ltk/koti?p_haku=1%C3%A4%C3%A4keriippuvuus. Luettu 29.6.2014.
- Huttunen, M. 2013d. Tietoa potilaalle: Pelihimo. Lääkärikirja Duodecim. Terveyskirjasto. Www-dokumentti. Saatavissa: http://www.terveysportti.fi.ezproxy.centria.fi/dtk/ltk/koti?p_haku=peliriippuvuus. Luettu 29.6.2014.
- Hyytiä, P. 2007. Päihderiippuvaista imee mielihyvän musta aukko. Tiede-lehti 30.11.2007. Www-dokumentti. Saatavissa: http://www.tiede.fi/artikkeli/jutut/artikkelit/paihderiippuvaista_imee_mielihyvän_musta_aukko. Luettu 23.6.2014.
- Hännikäinen-Uutela, A-L. 2004. Uudelleen juurtuneet. Yhteisökasvatus vaikeasti päihderiippuvaisten narkomaanien kuntoutuksessa. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Pdf-tiedosto. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/13380/9513919323.pdf?sequence=1>. Luettu 16.7.2014.
- Irti huumeista ry. 2011. Riippuvuus ilmiönä. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.irtihuumeista.fi/haku?searchterms=riippuvuus+ilmi%C3%B6n%C3%A4&x=9&y=5>. Luettu 9.11.2014.
- Jaakkola, T. 2008. Pelihimo – miten tunnistaa salattu ongelma? Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. Terveyskirjasto. Www-dokumentti. Saatavissa: http://www.terveysportti.fi.ezproxy.centria.fi/dtk/ltk/koti?p_haku=peliriippuvuus. Luettu 29.6.2014.
- Jaakkola, T. 2011. Peliriippuvuus. Tietoiskut 421. Päihdelinkki. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/421-peliriippuvuus>. Muutettu 2015. Luettu 18.3.2014.
- Kaasinen, V., Halme, J. & Alho, H. 2009. Pelihimon neurobiologiaa. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. Terveyskirjasto. Www-dokumentti. Saatavissa: http://www.terveysportti.fi.ezproxy.centria.fi/dtk/ltk/koti?p_haku=peliriippuvuus. Luettu 29.6.2014.
- Kaipio, K. 2009. Tasavertaista yhteisvastuuta – Yhteisöhoito ja -kasvatus metodina ja teorian. Teoksessa K. Kaipio & A. Ruisniemi (toim.) Ihan oikea ihme – Kirjoituksia päihde-työstä. Kankaanpää: Vapaan Alkoholistihuollon Kannatusyhdistys – VAK ry. 53, 63 - 64.
- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Kiianmaa, K. 2010. Psyykinen ja fyysinen riippuvuus alkoholista. Teoksessa K. Seppä, H. Alho & K. Kiianmaa (toim.) Alkoholiriippuvuus. Hyvä hoito-sarja. Helsinki: Duodecim, 25.

Kiianmaa, K. 2012. Huumeriippuvuuden kehittyminen. Teoksessa K. Seppä, M. Aalto, H. Alho & K. Kiianmaa (toim.) Huume- ja lääkeriippuvuudet. Hyvä Hoito-sarja. Helsinki: Duodecim, 30.

Kolb, D. A. 1984. Experiential learning. Experience as the source of learning and development. Englewood Cliffs: Prentice Hall.

Kopakkala, A. 2011. Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Korhonen, S. 2012. Eletty elämä. Teoksessa K. Hankkila (toim.) Epävakaudesta elämään. Kokemusasiantuntijat ja ammattilaiset kertovat. Espoo: Prometheus kustannus oy, 42 - 51.

Korhonen, U. 2013. Huumeriippuvuus – irti riippuvuuden otteesta. Helsinki: Delfiini kirjat.

Koski-Jännes, A. 2009. Riippuvuus yksilön ongelmana. Tietoiskut 143. Päihdelinkki. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/143-riippuvuus-yksilon-ongelmana>. Muutettu 2015. Luettu 15.7.2014.

Kukkapuro, I. & Nyrhinen, M. 2013. Alkoholista juovien osuus viisinkertaistuu nuorten aikuistuessa. Suomen Tietotoimiston haastattelu. Iltä-Sanomat. Terveys. Julkaistu 30.7.2013. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.iltasanomat.fi/terveys/art-1288586096381.html>. Luettu 2.3.2015.

Kuntoutussäätiö 2011. Päihdekuntoutuksen tutkimus Suomessa. Kuntoutusportti. 24.5.2011. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.kuntoutusportti.fi/portal/fi/tutkimus/tutkimuskohteita/kohderyhmat/paihdekuntoutus/>. Luettu 24.3.2015.

Kuoppasalmi, K., Heinälä, P. & Lönnqvist, J. 2011. Päihdehäiriöt. Teoksessa J. Lönnqvist, M. Henriksson, M. Marttunen & T. Partonen (toim) Psykiatria. 9. uudistettu painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 405 - 470.

Käypä hoito -suositus. 2011. Alkoliiongelmaisen hoito. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Päihdelääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä. 7.2.2011. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/naytaartikkeli/tunnus/hoi50028>. Luettu 2.3.2014.

Käypä hoito -suositus. 2012. Huumeongelmaisen hoito. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Päihdelääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä. 5.9.2012. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/naytaartikkeli/tunnus/hoi50041>. Luettu 2.3.2014.

- Lahti, T., Castrén, S., Tenhola, H., Heinälä, P. & Alho, H. 2012. Rahapeliriippuvuutta voidaan hoitaa. Suomen Lääkärilehti. Terveyskirjasto. Www-dokumentti. Saatavissa: http://www.terveysportti.fi.ezproxy.centria.fi/dtk/ltk/koti?p_haku=peliriippuvuus. Luettu 29.6.2014.
- Lahti, T., Salonen, A.H. & Kuussaari, K. 2014. Rahapeliongelmien päihde-ehdoisten asiointien yhteydessä: tuloksia vuoden 2011 päihdetapauskannasta. Hoitotiede. Journal of Nursing Science Volume 26 (4). Tampere: Hoitotieteiden tutkimusseura HTTS r.y., 287 - 298.
- Lund, P. 2006. Torjuttu toivottomuus. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Lönnqvist, J. & Räsänen, P. 2011. Käytös- ja hillitsemishäiriöt. Teoksessa J. Lönnqvist, M. Henriksson, M. Marttunen & T. Partonen (toim) Psykiatria. 9. uudistettu painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 471 - 479.
- Maailman lääkäriliitto. 2013. Helsingin julistus. Suomen Lääkäriliitto. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.laakariliitto.fi/liitto/etiikka/helsingin-julistus/>. Luettu 12.3.2015.
- Murto, K. 2013. Terapeuttinen yhteisö. Jyväskylä: Kari Consulting Oy.
- Murto, K. 1997. Yhteisöhoidon suuntauksia. Jyväskylä: Jyväskylän koulutuskeskus.
- Monash University. 2011. Guideline for Screening, Assessment and Treatment in Problem Gambling. Pdf-tiedosto. Saatavilla: <http://www.med.monash.edu.au/assets/docs/sphc/pgrtc/guideline/problem-gambling-guidelines-web.pdf>. Luettu 17.12.2014.
- Nevalainen, V. 2010. Mielenterveys- ja päihdepalveluiden kehittäminen palveluiden käyttäjien tarpeita vastaaviksi. Teoksessa S. Muurinen, M. Nenonen, K. Wilskman & E. Agge (toim.) Uusi terveydenhuolto. Hoitotyön vuosikirja. Helsinki: Fioca Oy. 89 - 109
- Novitskij, J. 2002. Elämäntaitoa ryhmätyönä – kuntoutusmalli nuorille huumeiden käyttäjille. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Pdf-dokumentti. Saatavissa: http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Helsinki2002/NovitskijJaana2002.pdf. Luettu 24.3.2015.
- OK-keskus. 2014. Itsearviointi toimivaksi. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://ok-opintokeskus.fi/itsearviointi-toimivaksi>. Luettu 11.3.2015.
- Paasivaara, L., Suhonen, M. & Virtanen, P. 2013. Projektijohtaminen hyvinvointipalveluissa. Helsinki: Tietosanoma Oy.
- Pennington, D. C. 2005. Pienryhmän sosiaalipsykologia. Helsinki: Gaudeamus Kirja Oy Yliopistokustannus University Press Finland Ltd. HYY Yhtymä.
- Pylkkänen, K. 2013. Riippuvuudet markkinailmiönä. Teoksessa T. Peltoniemi (toim.) Pääasiana alkoholi. Käyttö, haitat, hoito, politiikka nyt ja 2040. Helsinki: Sosiomedia Oy, 104 - 107.

Päihdehuoltolaki 17.1.1986/41. Finlex. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041#a41-1986>. Luettu 20.6.2014.

Raento, P. & Tammi, T. 2013. Addiktio – ristiriitainen ja vaikutusvaltainen ilmiö. Teoksessa T. Tammi & P. Raento (toim.) Addiktioyhteiskunta. Riippuvuus aikamme ilmiönä. Helsinki: Gaudeamus Oy, 7 - 27.

Ruisniemi, A. 1997. Asiakkaana päihdekuntoutuksessa. Asiakkaiden kokemuksia laitokuntoutuksesta Kankaanpään A-kodissa. A-Klinikkasäätiön raporttisarja nro 23. Helsinki: A-Klinikkasäätiö.

Ruisniemi, A. 2006. Minäkuvan muutos päihderiippuvuudesta toipumisessa. Tutkimus yhteisöllisestä päihdekuntoutuksesta. Väitöskirja. Tampereen yliopisto. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos. Tampere: Tampereen Yliopisto.

Ruuska, K. 2007. Pidä projekti hallinnassa. Suunnittelu, menetelmät, vuorovaikutus. 6. tarkistettu painos. Helsinki: Talentum Media Oy.

Sahlberg, P. & Leppilampi, A. 1994. Yksinään vai yhteisvoimin? Yhdessä oppimisen mahdollisuuksia etsimässä. Vantaa: Helsingin yliopisto, Vantaan täydennyskoulutuslaitos.

Sarvimäki, A. & Stenbock-Hult, B. 1996. Hoito, huolenpito ja opetus. Helsinki: WSOY.

Seppä, K. & Heinälä, P. 2012. Lääkkeet, joihin voi kehittyä riippuvuus. Teoksessa K. Seppä, M. Aalto, H. Alho & K. Kiianmaa (toim.) Huume- ja lääkeriippuvuudet. Hyvä Hoito-sarja. Helsinki: Duodecim, 61 - 63.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2012. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma. Ehdotukset mielenterveys- ja päihdetyön kehittämiseksi vuoteen 2015. Väliarviointi ja toteutumisen kannalta erityisesti tehostettavat toimet. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2012:24. Pdf-dokumentti. Saatavissa: <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/103109/978-952-00-3382-8.pdf?sequence=1>. Luettu 24.2.2015.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2014. Päihdepalvelut. Www-dokumentti. Saatavissa: http://www.stm.fi/sosiaali_ja_terveyspalvelut/sosiaalipalvelut/paihdepalvelut. Luettu 18.12.2014.

Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen Kuntaliitto. 2002. Päihdepalvelujen laatusuositukset. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita nro 3. Pdf-tiedosto. Saatavissa: http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=39503&name=DLFE-4607.pdf. Luettu 12.1.2015.

Terveysportti. 2014. Addiktio. Lääketieteen termit. Www-dokumentti. Saatavissa: http://www.terveysportti.fi.ezproxy.centria.fi/terveysportti/rex_terminologia.koti. Luettu 24.6.2014.

THL. 2014a. Keskeisiä käsitteitä. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Neuvoa antavat päihdetyötä tekeville. Www-dokumentti. Saatavissa: http://www.thl.fi/fi_FI/web/neuvoa-antavat-fi/keskeisia-kasitteita. Luettu 23.6.2014.

- THL. 2014b. Päihdehoidossa käytettäviä psykososiaalisia menetelmiä. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Www-dokumentti. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/paihdehoito/paihdeongelmaisten-palvelut/paihdehoidossa-kaytettavia-psykososiaalisia-menetelmia>. Luettu 3.4.2015.
- THL. 2014c. Päihdehoito, kuntoutus ja arjen tuki. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Www-dokumentti. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/paihdehoito/paihdeongelmaisten-palvelut/paihdehoito-kuntoutus-ja-arjen-tuki>. Luettu 3.4.2015.
- THL. 2015a. Apua rahapeliongelmaan. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Www-dokumentti. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/rahapelit/rahapeliongelman-hoito-ja-tuki/apua-rahapeliongelmaan>. Luettu 3.4.2015.
- THL. 2015b. Rahapeliongelman hoito. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Www-dokumentti. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/rahapelit/rahapeliongelman-hoito-ja-tuki/rahapeliongelman-hoito>. Luettu 3.4.2015.
- THL 2015c. Tutkimukset ja raportit. Rahapelit. Julkaisut. 22.1.2015. Pdf-dokumentti. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/rahapelit/julkaisut/thl-n-julkaisut/tutkimukset-ja-raportit>. Luettu 24.3.2015.
- Tuomola, P. 2012. Huumeiden ja lääkkeiden ongelmakäytön taustat. Teoksessa K. Seppä, M. Aalto, H. Alho & K. Kiianmaa (toim.) Huume- ja lääkeriippuvuudet. Hyvä Hoito-sarja. Helsinki: Duodecim, 46 - 47.
- Uusitalo, S. 2013. Addiktio – uhka yksilön tahdolle vai vapaata toimintaa? Teoksessa T. Tammi & P. Raento (toim.) Addiktioyhteiskunta. Riippuvuus aikamme ilmiönä. Helsinki: Gaudeamus Oy, 90 - 105.
- Vilén, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Vilkkä, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Virtanen, P. 2009. Projektin strategian toteuttajana. Helsinki: Tietosanoma Oy.
- Winkqvist, S. 2010. Alkoholien vaikutukset hermostoon. Teoksessa K. Seppä, H. Alho & K. Kiianmaa (toim.) Alkoholiriippuvuus. Hyvä hoito-sarja. Helsinki: Duodecim, 169 - 170.



VENTUSKARTANO



KEHITTÄMISHANKKEEN VIESTINTÄ

Kehittämishankkeen ideointi- ja konseptointivaihe:

- yhteistyötapaaminen työelämän kanssa, 31.1.2014: opinnäytetyön ja kehittämishankkeen aiheen ideointi
- yhteistyötapaaminen työelämän kanssa, 7.2.2014: opinnäytetyön ja kehittämishankkeen aiheen tarkentaminen, kehittämishankkeen tarkoituksen ja tavoitteiden asettelua, ohjaus ideointi- ja suunnitteluvaiheeseen
- projektiryhmän tapaaminen, 27.5.2014: ohjaus kehittämistyöhön soveltuvista harjoitesarjoista, projektipäälliköiden työtehtävien ohjaus (tietoperusta, kokemusasiatuntijoiden ennakkokirjeen ja haastattelulomakkeen suunnittelu, harjoitteiden luonnostelu), työnjako viestinnän osalta, haastateltavien valinta (suostumus)
- ohjausryhmän kokous 1/2014, 28.8.2014: hanketoiminnan aloittaminen, yhteistyösopimus, projektisuunnitelman esittely, projektin eettisyyden osatekijät, haastatteluiden toteutus.
- henkilökohtainen ohjaustapaaminen, 7.8.2014: toiminnallinen harjoitekerta projektipäälliköille.
- projektiryhmän tapaaminen, 16.10.2014: projektipäälliköiden työtehtävien ohjaus (toiminnallisten harjoitteiden toteutus, yhteydenpito työelämäohjaajaan harjoitteiden aikana, asiakkaiden ennakkoinformaation suunnittelu), työnjako harjoitetilanteessa, työelämän ehdotus harjoitteiden vaikuttavuuden arvioinnista.

Kehittämishankkeen kokeilu- ja toteuttamisvaihe:

- henkilökohtainen ohjaustapaaminen, 20.11.2014: väliarviointi toteutuneista harjoitekerroista.
- ohjausryhmän kokous 2/2014, 12.12.2014: seurantakokous, informaatio toteutuneista harjoitekerroista, toiminnallisten harjoitteiden ja kehittämishankkeen arvioinnin suunnittelu, harjoitteiden edelleen mallintaminen oppaaseen, tulosten esittelytilaisuus henkilökunnalle ja toiminnallisten harjoitteiden koekäyttö.

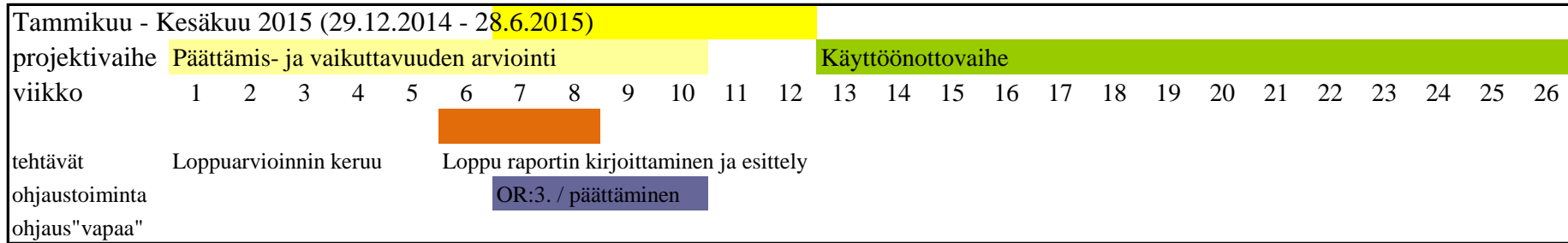
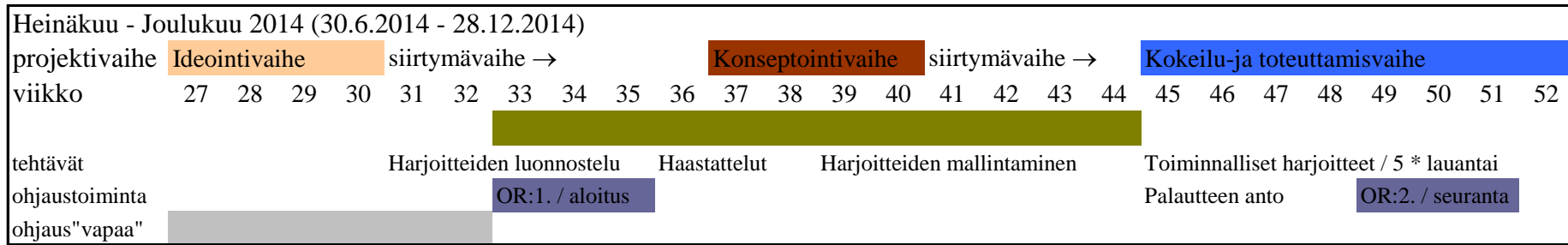
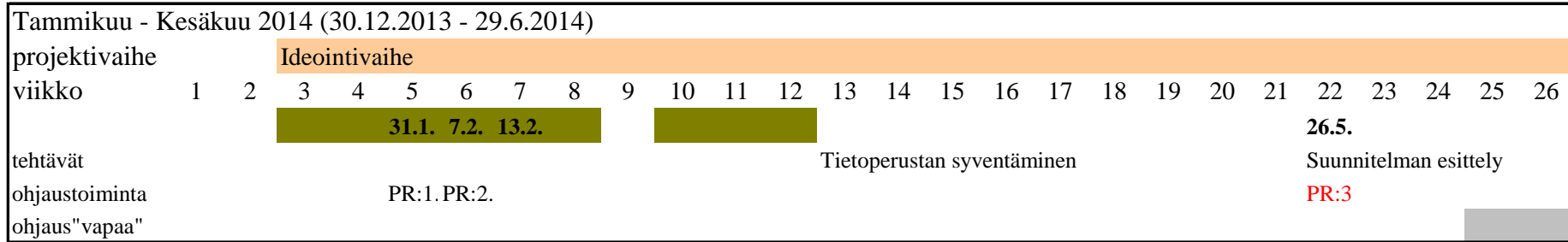
Kehittämishankkeen päättämis- ja vaikuttavuuden arviointivaihe:

- tulosten esittelytilaisuus Ventuskartanon laituskuntoutuksen henkilökunnalle 10.2.2015: johdanto toimintakokemusmenetelmien ideologiaan, harjoitteiden yhteistoteutus osallistujien kesken, Toiminnallinen harjoitesarja -oppaan luovutus kehittämishankkeen tilaajalle.
- ohjausryhmän kokous 3/2015, 2.3.2015: vaitiolosopimusten allekirjoittaminen, projektipäälliköiden itsearviot kehittämishankkeesta, harjoitteiden koekäytön jälkeinen loppuarviointi, loppuraportin toimittamisaikataulu ja suullinen esitys opinnäytetyöseminaarissa.

Kehittämishankkeen käyttöönottovaihe:

- loppuraportin esittely opinnäytetyöseminaarissa syksyllä 2015

Hankkeen aikataulu (suunnitelma 7.3.2012) sekä vaiheiden, tehtävien ja ohjaustoiminnan suunniteltu jakautuminen puolivuositain. LIITE 2
 OPINNÄYTETYÖPROJEKTI: Mira Kerminen-Hakkio ja Katja Huttula



PR (Projektiryhmä: värillä tehostettu alue ilmaisee aktiivisen yhteistyöskentelyajan, numero = tapaamiskerta)

OR (Ohjausryhmä: numero = kokouskerta)

Aktiivinen yhteydenpitovaihe Harjoitteiden esittely Ventuskartanon laituskuntoutuksen työntekijöille



TUTKIMUSLUPA-ANOMUS

Organisaatio, jolle anomus osoitetaan: Ventuskartano ry

Vastuuhenkilö organisaatiossa: ts. toiminnanjohtaja Tuija Tuorila

Tutkimusluvan anoja(t): sairaanhoitajaopiskelijat Mira Kerminen-Hakkio ja Katja Huttula
 Osoite: CENTRIA amk / Sosiaali- ja terveysala, Terveystie 1, 67200 KOKKOLA
 Puhelin:
 Sähköpostiosoite: mira.kerminen-hakkio@cou.fi, katja.huttula@cou.fi

Tutkimuksen nimi: OPINNÄYTETYÖ: KEHITTÄMISHANKE PÄIHDE- JA PELIRIIPPUVAISTEN LAITOSKUNTOUTUKSEEN Toiminnallisia harjoitteita yhteisön ryhmäturvallisuuden edistämiseksi
 Tutkimuksen tarkoitus: Tuottaa yhteisön ryhmäturvallisuutta vahvistava toiminnallinen harjoitesarja Ventuskartanon sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten käyttöön.

Tutkimuksen kohderyhmä: Laitoskuntoutuksen asiakkaat

Aineiston keruun arvioitu ajankohta: Projektin kesto 31.1.2014 – 8.3.2015

Tutkimusmenetelmä: Opinnäytetyönä toteutettava kehittämishanke, jossa entisten asiakkaiden haastattelut ja toiminnalliset harjoitukset laitoskuntoutuksen asiakkaille.

Tutkimussuunnitelma hyväksytty: hyväksytty 9.4.2014 yliopettaja Annukka Kukkolan toimesta

Tutkimuksen ohjaaja: Pekka Tuppurainen / Ventuskartano
ArjaLiisa Ahvenkoski / Centria amkLupa myönnetään: anomuksen mukaisesti
 muutosehdotuksin
 lupa evätty

Paikka ja aika:

Luvanmyöntäjän allekirjoitus:

Kokkolassa 18.6.2014
Tuija Tuorila

LIITTEET:

opinnäytetyösuunnitelma
 kysely/haastattelulomake
 muut liitteet
 (laaditaan lisäksi erillinen vaitilosopimus / Ventuskartano)

Terveystie 1, 67200 Kokkola

SWOT-nelikenttä: vahvuuksien, heikkouksien, mahdollisuuksien ja uhkien kartoittaminen.

LIITE 4

Myönteiset asiat

Kielteiset asiat

<p>Sisäiset tekijät (projektiorganisaatio)</p>	<p>Strengths</p> <p>Projektipäälliköt: * motivoituneisuus, sitoutuneisuus ja projektiosaaminen</p> <p>Projektiryhmä: Luonteva keskusteleavuus ja tiedon jakaminen</p> <p>Yhteistyötaho (Ventuskartano ry): * monialainen osaaminen, kehittämismyönteinen</p>	<p>Weaknesses</p> <p>Projektipäälliköt: * suppea tietoperusta * hoitotyön ja etenkin päihdekuntoutuksen ammattitaidon puute</p>
<p>Ulkoiset tekijät (muut)</p>	<p>Opportunities</p> <p>Laajeneva verkostoyhteistyö</p> <p>Projektiaiheen kiinnostavuus alueellisesti / valtakunnallisesti?</p> <p>Asiakkaan saaman kuntoutuspalvelun monipuolistuminen</p>	<p>Threats</p> <p>Projektin toteutus: * asiakkaiden kielteinen suhtautuminen projektiin (haastattelu, toiminnalliset harjoitteet)</p> <p>Projektin toteutus- ja käyttöönotto vaihe: * työyhteisön muutosvastarinta</p> <p>Aikataulun ja budjetin pettäminen</p>



Hyvä Ventuskartanon laitoskuntoutuksen asiakas,

Olemme Centria-ammattikorkeakoulun kaksi sairaanhoitajaopiskelijaa. Osallistumme opinnäytetyönä Ventuskartano ry:n päihde- ja peliriippuvaisten asiakkaiden laitoskuntoutuksen kehittämistyöhön.

Opinnäytetyömme aihe on: Kehittämishanke päihde- ja peliriippuvaisten laitoskuntoutukseen - Toiminnallisia harjoitteita yhteisön ryhmäturvallisuuden edistämiseksi. Kehittämistyön tavoitteita ovat asiakkaan turvallisuuden tunteen ja ryhmän vertaistuen edistäminen. Kehittämistyössä huomioidaan Kansallisen mielenterveys- ja päihdesuunnitelman 2009 – 2015 työryhmän esitys päihdekuntoutujien nostamisesta kokemusasiantuntijoina mukaan kehittämään ja arvioimaan palveluita.

Haastattelun avulla pyrimme saamaan tietoa Ventuskartanon asiakkaiden kokemuk-
sista laitoskuntoutuksessa ja sen yhteisössä. Haastatteluun menee kokonaisuudessaan aikaa noin 1 – 1,5 tuntia. Haastattelutilanteessa on mukana kaksi opiskelijaa, joista toinen haastattelee asiakasta ja toinen kirjoittaa muistiinpanoja. Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista. Haastateltavalla on myös oikeus keskeyttää haastattelu missä vaiheessa tahansa.

Opinnäytetyöntekijöinä meitä sitoo vaitiolovelvollisuus ja kaikki saamamme tiedot käsitellään luottamuksellisesti. Haastateltavat pysyvät nimettöminä eikä heitä pystytä tunnistamaan valmiista opinnäytetyöstä. Aineistoa käytetään ainoastaan opinnäytetyötämme varten ja haastatteluvastaukset tuhotaan asiallisella tavalla tietojen käsitte-
lyn jälkeen.

Jos haastattelu herättää kysymyksiä tai ajatuksia, voitte ottaa yhteyttä Ventuskartanon laitoskuntoutuksen yhteyshenkilöömme: Pauliina Jylhä, puh. 040 806 8107 ja jättää hänelle meille osoitetun soittopyynnön.

Mira Kerminen-Hakkio
Sairaanhoitajaopiskelija
Centria-ammattikorkeakoulu
Kokkola-Pietarsaaren yksikkö

Katja Huttula
Sairaanhoitajaopiskelija
Centria-ammattikorkeakoulu
Kokkola-Pietarsaaren yksikkö



Hyvä Ventuskartanon laitoskuntoutuksen asiakas,

Olemme Centria-ammattikorkeakoulun kaksi sairaanhoitajaopiskelijaa. Osallistumme opinnäytetyönä Ventuskartano ry:n päihde- ja peliriippuvaisten asiakkaiden laitoskuntoutuksen kehittämistyöhön.

Opinnäytetyömme aihe on: Kehittämishanke päihde- ja peliriippuvaisten laitoskuntoutukseen - Toiminnallisia harjoitteita yhteisön ryhmäturvallisuuden edistämiseksi. Kehittämistyön tavoitteita ovat asiakkaan turvallisuuden tunteen ja ryhmän vertaistuen edistäminen. Teemme opinnäytetyönä yhteisön ryhmäturvallisuutta vahvistavan harjoitesarjan laitoskuntoutuksen henkilökunnan käyttöön ja ensimmäinen harjoitesarja toteutetaan marras – joulukuussa 2014. Olette laitoskuntoutuksen asiakkaana mukana ensimmäisten joukossa, jotka saavat osallistua näihin harjoitetilaisuuksiin.

Harjoitetilaisuuksiin osallistuminen on yksi osa kuntoutumisjaksoa. Harjoitteet kestävät noin kaksi tuntia / kerta ja ne pidetään lauantaisin viisi kertaa peräkkäin. Osallistuminen erilaisiin harjoitteisiin on vapaaehtoista ja voitte keskeyttää osallistumisen niin halutessanne. Tällöin voitte seurata harjoitusta sivusta tai voimme miettiä yhdessä jonkin muun tavan osallistua ryhmän yhteiseen toimintaan.

Opinnäytetyöntekijöinä meitä sitoo vaitiolovelvollisuus ja kaikki saamamme tiedot sekä kokemamme yhteiset hetket ovat luottamuksellisia. Ohjaajat ja laitoskuntoutuksen edustaja havainnoivat harjoitteiden toteutukset kirjallisesti. Nämä kirjalliset aineistot pysyvät luottamuksellisina ja ainoastaan opinnäytetyöntekijöiden hallussa. Havainnoinnin avulla saamme tietoa, miten ohjaaja on työssään onnistunut. Tuhamme kaiken kirjallisen aineiston asiallisella tavalla tietojen käsittelyn jälkeen.

Jos harjoitteet herättävät kysymyksiä tai ajatuksia, voitte keskustella tästä laitoskuntoutuksen yhteyshenkilöme, Pauliina Jylhän, kanssa. Hän toimittaa meille tarvittaessa mielipiteenne tiedoksi.

Mira Kerminen-Hakkio

Sairaanhoitajaopiskelija
Centria-ammattikorkeakoulu
Kokkola-Pietarsaaren yksikkö

Katja Huttula

Sairaanhoitajaopiskelija
Centria-ammattikorkeakoulu
Kokkola-Pietarsaaren yksikkö



TOIMINNALLINEN HARJOITESARJA

Ajanjakso:

marras – joulukuu 2014, sisältää 5 harjoitekertaa

Kohderyhmä:

Päihdekeskus Portin laitostuntoutuksen päihde- ja peliriippuvaiset asiakkaat

Ryhmäkoko:

max. 17 henkilöä (asiakkaat, max. 14 henkilöä), ohjaaja, lisäohjaaja ja havainnoija

Tarkoitus:

Laitostuntoutuksen yhteisön ryhmäturvallisuuden lisääminen

Teema: Tunteiden tunnistaminen ja ilmaiseminen,
Vuorovaikutustaidot,
Omien arvojen tunnistaminen ja
Yhteisön ryhmäturvallisuuden lisääminen.

Tavoitteet: 1) asiakkaan sisäisen turvallisuuden tunteen edistäminen
2) ryhmän sisäisen vertaistuen kehittämisen edistäminen

Toimintaympäristö:

Päihdekeskus Portin sisätilat ja ulkona sijaitseva lähiympäristö.



PERUSTIEDOT / RYHMÄTURVALLISUUDEN EDISTÄMINEN:

Ryhmän oletettu turvallisuuden aste aloitustilanteessa:

T3 (tuntematon perusturvallinen ryhmä)

Ryhmätilanteen ja –prosessin jäsenitys → tuntemattomassa perusturvallisessa ryhmässä ei varsinaisesti pelätä toisia eikä olla perinjuurin epävarmojakaan. Koska ryhmässä ei kuitenkaan tunneta toisia kovin hyvin, on itseilmaisu varovaista ja tunnustelevaa. Ryhmän syy tai tapa olla koolla synnyttää kuitenkin tietynlaiset perusturvallisuudentekijät niin, ettei kukaan koe itseään ilmaistessaan suuresti uhatuksi. Tällainen ryhmä voi olla jollekin kurssille kokoontuva ryhmä, jossa ei entuudestaan tunneta toisia. Keskustelu liikkuu pääosin asiatasolla ja mielipiteiden, tunteiden ja arvojen ilmaisuissa ollaan vielä varovaisia.

Ryhmän tavoiteltu turvallisuuden aste, välitavoite:

T4 (tuttu, turvallinen ryhmä)

Ryhmätilanteen ja –prosessin jäsenitys → tällaisessa ryhmässä keskinäinen tuntemus on jo kohtalainen ja ollaan melko luottavaisia sen suhteen, ettei kukaan tule uhatuksi ilmaistessaan itseään mielipide- tai tunnetasolla. Turvallisuuden tunteen ei kuitenkaan välttämättä tarvitse perustua vielä syvälliseen tuntemiseen tai luottamukseen. Alitajuiseen turvallisuuden tunteeseen on saatettu päästä tekemällä esimerkiksi yhteistoiminta- tai luottamusharjoituksia.

Ryhmän tavoiteltu turvallisuuden aste 5 harjoitekerran jälkeen:

T5 (avoin ryhmä)

Ryhmätilanteen ja –prosessin jäsenitys → avoimella ryhmällä tarkoitamme ryhmää, jossa toisen mielipiteet ja tunteet hyväksytään eli kukaan ei vähättele toisten mielipiteitä tai kokemuksia. Ihmiset uskaltavat ilmaista itseään mielipide-, tunne- ja jopa arvotasolla. Toiminnallisten harjoitteiden piirissä tämä merkitsee sitä, että lähinnä purku- ja prosessointitilanteet ovat auttaneet ihmisiä uskaltamaan kohti lisääntyvää avoimuutta.

Harjoitekertojen sisältämät turvallisuuden lisäämisen menetelmäalueet:

- Tutustumisharjoitteet T1 - T7(8) (käyttö ensimmäisenä harjoitekertana)
- Itsensä ilmaisemisharjoitteet T1 - T7(8) (käyttö neljänä harjoitekertana)
- Sulattajat T1 - T4 (käyttö harjoitekerroilla 1. – 2.)
- Leikit ja hullutteluharjoitteet T1 - T6(7) (käyttö harjoitekerroilla 3. – 4.)
- Lämmittelyt T2 - T6(7) (käyttö viimeisenä harjoitekertana)
- Itsensä ilmaisemisharjoitteet T1 - T7(8) (käyttö neljänä harjoitekertana)
- Yhteistoimintaharjoitteet T1 - T6 (käyttö harjoitekerroilla 2. – 5.)
- Arvoharjoitteet T(3)4 - T5 (käyttö harjoitekerroilla 4. - 5.)
- Myönteisysharjoitteet T(3)4 - T5 (käyttö viimeisenä harjoitekertana)

Valittujen harjoitteiden ohjaajan ammattitaitovaatimus:

vapaaehtoisohjaaja ja/tai kasvattaja/kouluttaja.

Valittujen harjoitteiden sopivuus kohderyhmälle:

neljä tai viisi tähteä.



1. harjoitekerta:

Teema: **Tunteiden tunnistaminen ja ilmaiseminen**, Yhteisön ryhmäturvallisuuden lisääminen

* Ryhmän oletettu turvallisuuden aste harjoitekerran alussa: T3

* Harjoitteiden avulla tavoiteltu turvallisuuden aste: T3

Sulattaminen ja Lämmittely:

S1 (Tulofiilisjana)

Varalla **LE3** (Röh-viesti, ajanottajana lisäohjaaja)

Tutustumisharjoitteet:

Harjoitteiden toivottu vaikutus: tunteiden ja mielipiteiden työstäminen

TU15 (Kortit kertovat)

Varalla TU6 (Karkkikamu)

Itsensä ilmaisemisharjoitteet: osittain ulkoarjoitteena

Harjoitteiden toivottu vaikutus: tunteiden ja mielipiteiden työstäminen

Tosiasiat itsestä (Kartat, Asemat ja sektorit)

Ominaisuudet (Asemat ja sektorit)

Tunteet (Asemat ja sektorit, Janat)

Purku: itsensä ilmaisemisharjoitteet

Prosessointi: itsensä ilmaisemisharjoitteet

Avustajat:

- lisäohjaaja, havainnoija Katja Huttula
- laituskuntoutuksen edustaja

VIKKOTEHTÄVÄ:

Itsensä ilmaisemisharjoite / Unelmat (Asemat ja sektorit; arvokortit)

purku seuraavalla harjoitekerralla



2. harjoitekerta:

Teema: Tunteiden tunnistaminen ja ilmaiseminen, Omien arvojen tunnistaminen, Vuorovaikutustaidot, **Yhteisön ryhmäturvallisuuden lisääminen**

- * Ryhmän oletettu turvallisuuden aste harjoitekerran alussa: T3
- * Harjoitteiden avulla tavoiteltu turvallisuuden aste: T3 → T4

Sulattaminen ja Lämmittely:

Alussa esille edellisviikolla jaetut kortit
S1 (Tulofiilisjana)

Yhteistoimintaharjoitteet:

Harjoitteiden toivottu vaikutus: yhteistyö ja yhteishengen vahvistuminen
YT2 (Viisi jalkaa, kolme kättä)
YT40 (Ydinjätealue)
YT10 (Sulloutumiset: pienenevä ala)
YT20 (Oma juttu: peli annetuista tarvikkeista)

Purku: yhteistoimintaharjoitteet

Prosessointi: yhteistoimintaharjoitteet

Avustajat:

- lisäohjaaja, havainnoija Mira Kerminen-Hakkio
- laituskuntoutuksen edustaja

VIKKOTEHTÄVÄ:

Yhteistoimintaharjoite / YT20 Oma juttu (peli annetuista tarvikkeista)
 purku seuraavalla harjoitekerralla



VENTUSKARTANO



3. harjoitekerta:

Teema: **Tunteiden tunnistaminen ja ilmaiseminen, Omien arvojen tunnistaminen,**

Yhteisön ryhmäturvallisuuden lisääminen

* Ryhmän oletettu turvallisuuden aste harjoitekerran alussa: T3 → T4

* Harjoitteiden avulla tavoiteltu turvallisuuden aste: T4

Sulattaminen ja Lämmittely:

LE9 (Kosketukset)

Varalla LE3 (Röh-viesti)

Varalla LE11 (Sulattajat ja jäädyttäjät)

Yhteistoimintaharjoitteet:

Harjoitteiden toivottu vaikutus: yhteistyö ja yhteishengen vahvistuminen, ”minästä” tulee me!

YT9 (Tolppa-apinat)

Varalla Lämmittely: LÄ2 (Tunne, pelkoon lämmittäminen)

Itsensä ilmaisemisharjoitteet:

Harjoitteiden toivottu vaikutus: tunteiden ja mielipiteiden, myös arvojen ja moraalien työstäminen

Ominaisuudet (Keskipisteet)

Arvot, mielipiteet ja moraalit (Jana)

Tunteet (Etäisyydet)

Purku: yhteistoimintaharjoitteet, itsensä ilmaisemisharjoitteet

Prosessointi: yhteistoimintaharjoitteet, itsensä ilmaisemisharjoitteet

Avustajat:

- lisäohjaaja, havainnoija Katja Huttula
- laituskuntoutuksen edustaja

VIKKOTEHTÄVÄ:

uudelleen **Yhteistoimintaharjoite / YT20 Oma juttu** (peli annetuista tarvikkeista)

purku seuraavalla harjoitekerralla



VENTUSKARTANO



4. harjoitekerta:

Teema: Tunteiden tunnistaminen ja ilmaiseminen, Omien arvojen tunnistaminen,

Vuorovaikutustaidot, **Yhteisön ryhmäturvallisuuden lisääminen**

* Ryhmän oletettu turvallisuuden aste harjoitekerran alussa: T4

* Harjoitteiden avulla tavoiteltu turvallisuuden aste: T4 → T5

Sulattaminen ja Lämmittely:

TU15 (Kortit kertovat, kuvien avulla itsestä kertominen)

TU10 (Ominaisuuksien kauppa, ominaisuuskortit)

Arvoharjoitteet:

Harjoitteen toivottu vaikutus: arvojen ja moraalien työstäminen

AH3 (Arvojen jäsentämisharjoite, variaatio 3)

Varalla AH7 (Arvojana; variaatio: arvot arkeen –kuutio, omat arvot)

Yhteistoimintaharjoitteet:

Harjoitteiden toivottu vaikutus: yhteistyö ja yhteishengen vahvistuminen

YT4 (Geometriset kuviot),

YT6 (Palapeli)

Varalla YT39 (Gordionin solmu)

Purku: arvoharjoitteet, yhteistoimintaharjoitteet

Prosessointi: arvoharjoitteet, yhteistoimintaharjoitteet

Avustajat:

- lisäohjaaja, havainnoija Mira Kerminen-Hakkio
- laituskuntoutuksen edustaja

VIKKOTEHTÄVÄ:

Itsensä ilmaisemisharjoite / Ominaisuudet (Asemat ja sektorit; tunteet/tarpeet sarjakuvakirjojen avulla)

purku seuraavalla harjoitekerralla



VENTUSKARTANO



5. harjoitekerta:

Teema: **Tunteiden tunnistaminen ja ilmaiseminen, Omien arvojen tunnistaminen,**

Yhteisön ryhmäturvallisuuden lisääminen

* Ryhmän oletettu turvallisuuden aste harjoitekerran alussa: T5

* Harjoitteiden avulla tavoiteltu turvallisuuden aste: T5

Lämmittely:

Varalla LE3 (Röh-viesti)_toteutetaan mikäli osallistujien joukossa uusia asiakkaita

LÄ2 (Tunne, pelkoon lämmittäminen)

Itsensä ilmaisemisharjoitteet:

Harjoitteiden toivottu vaikutus: tunteiden, mielipiteiden ja tarpeiden, myös arvojen ja moraalिन työstäminen

Tunteet (Keskipisteet)

Tarpeet (Patsaat)

Ominaisuudet (vapaa sovellus / Minä Itse -lippu,

soveltaen Esittävän taiteen opiskelijoiden sh-ryhmälle pitämästä työpajatehtävästä 25.11.2014)

Arvoharjoitteet:

Harjoitteen toivottu vaikutus: arvojen ja moraalिन työstäminen

AH7 Arvojana (variaatio: arvot arkeen –kuutio, omat arvot)

Yhteistoimintaharjoitteet:

Harjoitteiden toivottu vaikutus: yhteistyö ja yhteishengen vahvistuminen

YT39 (Gordionin solmu)

Varalla: **YT25** (Lasin takaa)

Myönteisyysarjoite

M4 (Täydennettävä minäkuva)

Vaihtoehto: **M3** (Selkälaput)

Vaihtoehto: **M5** (Rehtorin kanslia)

Purku: itsensä ilmaisemisharjoitteet, yhteistoimintaharjoite, arvoharjoite, myönteisyysarjoite

Prosessointi:

itsensä ilmaisemisharjoitteet, yhteistoimintaharjoite, arvoharjoite, myönteisyysarjoite

Avustajat:

- ei avustajia
- laituskuntoutuksen edustaja



TOIMINNALLINEN HARJOITESARJA



Opinnäytetyö/Mira Kerminen-Hakkio ja Katja Huttula
KEHITTÄMISHANKE PÄIHDE- JA PELIRIIPPUVAISTEN LAITOSKUNTOUTUKSEEN
Toiminnallisia harjoitteita yhteisön ryhmäturvallisuuden edistämiseksi
© Mikko Aalto (tekijän lisäämä oikeus: apukansion käyttö)



KEHITTÄMISHANKKEEN LOPPUARVIOINTI

On tullut aika saattaa päätökseen Centria-ammattikorkeakoulun ja Ventuskartano ry:n yhteistyö opinnäytetyöskentelymme osalta. **Kehittämishanke päihde- ja peliriippuvaisten laitostuntoutukseen – Toiminnallisia harjoitteita yhteisön ryhmäturvallisuuden edistämiseksi** on virallisesti päättänyt toimintansa jo maaliskuussa 2015, mutta tämän jälkeen teillä on ohjausryhmän päätöksen mukaisesti ollut mahdollisuus kymmenen viikon aikana koekäyttää Toiminnallinen harjoitesarja-oppaaseen tuotettuja harjoitteita.

On yhteistyömme viimeisen toteutusvaiheen aika. Pyydämme teiltä Ventuskartanon laitostuntoutuksen henkilökunnalta yhteistä loppuarviointia kehittämishankkeen aikana toteutuneesta yhteistyöstä ja kehittämishankkeen tuotoksen laadusta. Loppuarviointinne tullaan kirjaamaan opinnäytetyömme kirjalliseen hankeraportin osuuteen.

Pyydämme teitä antamaan loppuarviointinne yhteisenä samalle lomakkeelle siten, että palautteen ja arvioinnin antamiseen osallistuisivat mahdollisimman moni laitostuntoutuksen henkilökunnan edustajista.

Mira Kerminen-Hakkio
Sairaanhoitajaopiskelija
Centria-ammattikorkeakoulu
Kokkola-Pietarsaaren yksikkö

Katja Huttula
Sairaanhoitajaopiskelija
Centria-ammattikorkeakoulu
Kokkola-Pietarsaaren yksikkö



VENTUSKARTANO



1. Toiminnallinen harjoitesarja -oppaan harjoitteiden arviointi

Kuinka monena viikkona olette käyttäneet oppaan sisältämiä toiminnallisia harjoitteita? _____

Kuinka monta kertaa viikossa olette käyttäneet harjoitteita? _____ kertaa/viikko.

Kuinka moni laitostuntoutuksen henkilökunnasta on käyttänyt toiminnallisia harjoitteita? _____

Mitä seuraavista Toiminnallinen harjoitesarja -oppaan harjoitteista olette käyttäneet?

Tulofiilisjana	
Röh-viesti	
Kortit kertovat	
Karkkikamu	
Itsensä ilmaisemisharjoite	
Viisi jalkaa, kolme kättä	
Ydinjätealue	
Sulloutumiset	
Oma juttu	
Kosketukset	

Sulattajat ja jäädyttäjät	
Tolppa-apinat	
Lämmittelyharjoite	
Ominaisuuksien kauppa	
Arvojen jäsentämisharjoite	
Geometriset kuviot	
Palapeli	
Arvoharjoite (Arvot arkeen –kuutio)	
Gordionin solmu	
Täydennettävä minäkuva	

Muu harjoite, mikä? _____

Vastatkaa seuraaviin kysymyksiin ympyröimällä vaihtoehtoista numero asteikolla 1 – 4

(1 = huonosti, 2 = välttävästi, 3 = hyvin 4 = erittäin hyvin).

Miten hyvin toiminnalliset harjoitteet soveltuvat käytettäväksi työssänne? 1 2 3 4

Miten yhteisön jäsenet mielestänne osallistuivat harjoitteisiin? 1 2 3 4

Voidaanko toiminnallisilla harjoitteilla mielestänne vaikuttaa ryhmäturvallisuuden lisääntymiseen? 1 2 3 4

Voidaanko toiminnallisilla harjoitteilla mielestänne vaikuttaa yksilön sisäiseen turvallisuuden tunteeseen? 1 2 3 4

Voidaanko toiminnallisilla harjoitteilla mielestänne edistää ryhmän vertaistuen kehittymistä yhteisössä? 1 2 3 4



VENTUSKARTANO



Mikä/mitkä harjoitteet sopivat mielestänne parhaiten ryhmäturvallisuuden lisäämiseen?

Mikä/mitkä harjoitteet tukevat mielestänne parhaiten yksilön sisäistä turvallisuuden tunnetta?

Mikä/mitkä harjoitteet tukevat mielestänne parhaiten yhteisön sisäisen vertaistuen kasvua?

Vastatkaa seuraaviin kysymyksiin ympyröimällä vaihtoehtoista Kyllä tai Ei.

Oletteko jo tutustuneet Mikko Aallon Ryppästä ryhmäksi –kirjaan? Kyllä Ei

Aiotteko ohjaajina jatkaa toiminnallisten harjoitteiden käyttöä työssänne? Kyllä Ei

Lopuksi voitte antaa palautetta ja kehittämisehdotuksia jatkoa ajatellen esimerkiksi voisiko teille kehittämishankkeessa laadittua toiminnallista harjoitesarjaa vielä edelleen kehittää ja millä tavoin?



2. Kehittämishankkeen toteutuksen arviointi

Miten koette projektiluonteisen opinnäytetyön palvelleen teitä Ventuskartanon näkökulmasta tarkasteltuna?

Valitkaa esitettyjen määritteiden kohdalla sopiva vaihtoehto ympyröimällä numero asteikolla 1 – 4 (1 = huonosti, 2 = välttävästi, 3 = hyvin 4 = erittäin hyvin).

Arvioitavat määritteet:

Aikajänne

1 2 3 4

Projektin (myös kehittämishankkeen) pituus määriteltynä tietylle ajanjaksolle. Tässä tapauksessa projektisuunnitelman mukaisesti tammikuu 2014 – maaliskuu 2015.

Resurssit

1 2 3 4

Henkilöstöpanokset ja taloudelliset resurssit. Tässä tapauksessa kaksi projektipäällikköä, joiden lisäksi projekti- ja ohjausryhmän toimintaan osallistuneet yksi Centria-ammattikorkeakoulun edustaja ja kolme Ventuskartanon laitoskuntoutuksen edustajaa. Lisäksi toiminnallisiin harjoitteisiin osallistuneet laitoskuntoutuksen ohjaajat.

Tavoitteellisuus

1 2 3 4

1. Kehittämishankkeelle tunnistettu yleinen kehittämispäämäärä, jonka saavuttamiseen kehittämishankkeen toteutuksella yritetään vaikuttaa. Huomioitava, että kyse on nimenomaan yleisestä kehittämispäämäärästä, jonka saavuttamisessa kehittämishankkeen mahdollisuudet ovat rajalliset: se pystyy ainoastaan myötävaikuttamaan kehittämispäämäärän saavuttamiseen ja kehittämispäämäärän ”toteutumiseen”.

2. Yleisen kehittämispäämäärän lisäksi kehittämishankkeella on spesifi tavoite – ja nimenomaan yksi tavoite. Tätä tavoitetta varten kehittämishanke on päätetty toteuttaa, tavoite on määritelty realistisesti ja niin, että sitä voi mitata. Tässä tapauksessa tavoitteen voidaan olettaa tarkoittavan samaa kuin opinnäytetyönä toteutetun kehittämishankkeen tarkoitus.

Suunnitelmallisuus

1 2 3 4

Hyvin suunniteltu on puoliksi tehty –sananparsi sopii hyvin myös projektimaiseen työskentelyyn. Kehittämishankkeen tavoitteita pitää kuitenkin voida tarkistaa ”projektimatkan” kuluessa mikäli alkuperäinen kehittämispäämäärä ja kehittämishankkeen varsinainen tavoite alkavat tuntua esimerkiksi epärealistisilta.

Kohdentuminen

1 2 3 4

Hyvinvointipalveluissa varsinainen tekeminen kohdistuu valtaosassa projekteista joko työn sisältöihin ja niiden kehittämiseen tai järjestelmä- organisaatiotasoihin kysymyksiin. Näin ollen voidaan ajatella, että hyvinvointipalvelujen projektit voidaan varsinaisen tekemisen kohdentumisen osalta jaotella kehittämishankkeisiin, joissa esimerkiksi

- kehitetään palveluja ja niihin liittyvää osaamista
- kehitetään henkilöstöä ja sen osaamista
- kehitetään organisaatiota ja muuta toiminnan infrastruktuuria



VENTUSKARTANO



Osaaminen

1 2 3 4

Projektityö on organisaatiotoimintaa edellyttäen myös osaamista. Osaamisen suhteen projektityössä on kolme perusvaatimusta: 1) projektitiimin on hallittava projektijohtamiseen, -suunnitteluun ja -hallintaan liittyvät kysymykset, 2) projektityössä on oltava menestyksekkään tiimityön taitoja ja sosiaaliseen vuorovaikutukseen liittyvää perusosaamista, joita ovat yhteistyö, viestiminen ja kuuntelemisen taito ja 3) kehittämishankkeen varsinaiseen toimintaan ja kohteeseen liittyvä sisältöosaaminen.

Asiakaslähtöisyys

1 2 3 4

Projektitoiminnassa pitäisi aina olla kysymys asiakaslähtöisestä toiminnasta! Asiakkaiden lisäksi voidaan puhua palvelujen käyttäjistä tai potilaista. Ajatus on, että projektien sisällöistä riippumatta erilaisten hankkeiden tulisi ottaa huomioon loppukäyttäjän näkökulma. Projektin toteuttajien tulisi aina pohtia projektin aikaansaannoksia suhteessa siihen, mitä hyötyä asiakkaat saavat kyseisestä projektista.

Johtaminen

1 2 3 4

Kehittämishankkeen johtaminen toteutuu niin projektiohjauksen, -hallinnan kuin -johtamisen keinoin. Projektiohjauksen näkyvä muoto on kehittämishankkeen ohjausryhmä ja tämän menestyksellinen toiminta sen edistämässä kehittämishankkeen onnistumisen mahdollisuuksia. Projektinhallinta on yleisilmaus kaikille sellaisille toimintatavoille, joita edellä kuvatun projektiohjauksen nimissä toteutetaan. Projektin johtaminen on oikeastaan samankaltaista kuin minkä tahansa organisaation johtamista. Kyse on tällöin asioiden hallinnasta ja ihmisten johtamisen käytännöistä.

Miten kehittämishanke onnistui saavuttamaan sille asetetun tarkoituksen ja tavoitteet?

Opinnäytetyönä toteutetun kehittämishankkeen tarkoitus oli tuottaa yhteisön ryhmäturvallisuutta vahvistava toiminnallinen harjoitesarja Ventuskartanon sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten käyttöön. Tavoitteena oli toiminnallisilla harjoitteilla edistää asiakkaan sisäistä turvallisuuden tunnetta hänen saapuessaan laituskuntoutukseen ja ryhmän sisäisen vertaistuen kehittymistä yhteisössä.



Lopuksi ja yleisesti voidaan todeta, että onnistunut projekti on saavuttanut lopputuotteelle asetetut sisällölliset ja laadulliset tavoitteet suunnitellun aikataulun ja sovittujen kustannusten mukaisesti. Tästä yleensä seuraa, että projektin asiakkaan (tilaaja, käyttäjät) lisäksi myös projektiryhmä on tyytyväinen ja kokee onnistuneensa työssään.

Onko tämä mielestänne toteutunut projektiluonteisessa opinnäytetyössämme ja yhteistyömmme tuloksena?

Kyllä Ei

Mitä noin puolentoista vuoden mittainen yhteistyö on antanut teille päihdehuollon erityispalveluita tuottavana tahona?

Kiitos arvioinnistanne!