

**Juuso Junttila**

**MIELENTERVEYSKUNTOUTUJEN KOKEMUKSIA YHTEISÖSTÄ  
ATTENDO LEHTORANNANKODISSA**

**Opinnäytetyö  
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Marraskuu 2017**

**TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ**

<b>Centria-ammattikorkeakoulu</b>	<b>Aika</b> Lokakuu 2017	<b>Tekijä/tekijät</b> Juuso Junntila
<b>Koulutusohjelma</b> Sosionomi (AMK)		
<b>Työn nimi</b> Mielenterveyskuntoutujien kokemuksia yhteisöstä Attendo Lehtorannankodissa		
<b>Työn ohjaaja</b> KT Pirjo Forss-Pennanen		<b>Sivumäärä</b> 34 + 19
<b>Työelämäohjaaja</b> Heidi Gül		
<p>Tämän opinnäytetyön tilaajana toimi mielenterveyskuntoutujien asumispalveluja tuottava Attendo Lehtorannankoti. Työn tarkoituksena oli selvittää, miten Attendo Lehtorannankodin asukkaat kokevat muodostamassaan yhteisössään vertaistukea osallisuutta ja yhteisöllisyyttä ja miten sen on koettu edesauttavan yksilön kuntoutumista.</p> <p>Opinnäytetyön keskeinen tietoperusta käsittelee Maxwell Jonesin kehittämää terapeuttisen yhteisön mallia, jossa yhteisön toiminta edesauttaa yksilön eli yhteisön jäsenen kuntoutumista. Tietoperustan keskeisinä elementteinä toimivalle yhteisölle pidetään ryhmätoimintaa, demokratiaa, avoimuutta ja sallivaa ympäristöä.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin teemahaastatteluiden avulla. Teemahaastatteluista saatu sisältö analysoitiin sisältölähtöisen aineistoanalyysin keinoin.</p> <p>Työn tulokseksi saatiin, että Attendo Lehtorannankodin asiakkaat kokevat vertaistukea, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä muodostamassaan yhteisössä sekä niiden koettiin edistävän omaa kuntoutumista.</p>		
<b>Asiasanat</b> Osallisuus, sosiaalinen kuntoutus, vertaistuki, yhteisöllisyys, terapeuttisen yhteisön malli		

**ABSTRACT**

<b>Centria University of Applied Sciences</b>	<b>Date</b> October 2017	<b>Author</b> Juuso Junntila
<b>Degree programme</b> Degree programme of social services		
<b>Name of thesis</b> Mental Health Rehabilitees` Experiences On Community in Attendo Lehtorannankoti		
<b>Instructor</b> Pirjo Forss-Pennanen	<b>Pages</b> 34 + 19	
<b>Supervisor</b> Heidi Gül		
<p>This thesis was commissioned by Attendo Lehtorannankoti, which provides mental health rehabilitation services. The objective of the thesis was to investigate how the residents of Attendo Lehtorannankoti experience peer support and communality in their self-constituted community and how it is perceived to contribute to rehabilitation of individual patients.</p> <p>The fundamental theory of the thesis was based on a model of therapeutic communality by Maxwell Jones in which the actions of the communality help individual members' rehabilitation. The central elements for a functional communality are group activities, democracy, transparency and tolerant environment.</p> <p>The thesis was carried out with thematic interviews. The gathered data was examined with inductive content analysis method.</p> <p>The outcome of the thesis indicate that the clients of Attendo Lehtorannankoti experience peer support, involvement and communality in the self-formed community and they recognize those to enhance one's own personal rehabilitation.</p>		
<b>Key words</b> involvement, social rehabilitation, peer support, communality		

**TIIVISTELMÄ  
ABSTRACT  
SISÄLLYS**

<b>1 JOHDANTO .....</b>	<b>1</b>
<b>2 ATTENDO LEHTORANNANKODIN TOIMINTAYMPÄRISTÖ .....</b>	<b>2</b>
2.1 Asumisen muodot Attendo Lehtorannankodissa .....	2
2.2 Tukiasuminen Attendo Lehtorannankodissa .....	3
2.3 Palveluasuminen Attendo Lehtorannankodissa.....	4
2.4 Tehostettu palveluasuminen Attendo Lehtorannankodissa .....	4
<b>3 ATTENDO LEHTORANNANKODIN YHTEISÖ JA SEN TOIMINTA.....</b>	<b>6</b>
3.1 Oireiden hallintaryhmä .....	6
3.2 Ulpu-ryhmä .....	7
3.3 Kotoiluryhmät.....	7
3.4 Luova –ryhmä.....	8
3.5 Liikunnallinen ryhmätominta .....	8
3.6 Ruokahuollon prosessi mielenterveyskuntoutuksen tukena .....	9
3.7 Avotyötoiminta.....	10
3.8 Miesten- ja nuortenryhmät.....	10
3.9 Hyvän mielen ryhmä.....	11
3.10 Ympäristö näkökulmat osana ryhmätoimintaa .....	11
3.11 Yhteisön toiminta voimavarana Attendo Lehtorannankodissa.....	12
3.12 Asiakkaan yksilöllinen ohjaustoiminta .....	13
<b>4 OPINNÄYTETYÖN KESKEISTÄ TIETOPERUSTAA .....</b>	<b>14</b>
4.1 Terapeuttisen yhteisö mallin historiaa.....	14
4.2 Yhteisön toiminta antaa perustaa kuntoutumiselle .....	14
4.3 Terapeuttisen yhteisön periaatteita .....	15
4.4 Terapeuttisen yhteisön keskeistä toimintaa.....	17
<b>5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN.....</b>	<b>19</b>
5.1 Aiheen valinta.....	19
5.2 Tarkoitus ja tavoitteet .....	19
5.3 Opinnäytetyön pääkäsitteet .....	20
5.3.1 Osallisuus käsitteenä.....	20
5.3.2 Vertaistuki käsitteenä .....	20
5.3.3 Sosiaalinen kuntoutus käsitteenä .....	21
5.4 Tutkimuskysymykset .....	21
<b>6 OPINNÄYTETYÖN LUONNE JA MENETELMÄT .....</b>	<b>22</b>
6.1 Laadullinen tutkimus.....	22
6.2 Tapaustutkimus .....	22
6.3 Haastattelu aineistonhankintavälineenä.....	23
6.4 Teemahaastattelu .....	24
6.5 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi .....	25
6.6 Opinnäytetyön luotettavuus .....	26

<b>7 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET .....</b>	<b>27</b>
7.1 Attendo Lehtorannankodin asukkaiden kuvauksia kokemuksistaan yhteisöllisyydestä .....	27
7.2 Attendo Lehtorannankodin aukkaiden kuvauksia kokemuksistaan vertaistuesta ja osallisuudesta.....	28
7.3 Yhteisön jäsenten kokemukset vertaistuesta ja osallisuudesta .....	29
7.4 Tulosten hyödyntäminen .....	29
<b>8 POHDINTA .....</b>	<b>31</b>
<b>LÄHTEET .....</b>	<b>34</b>
<b>LIITTEET</b>	

## 1 JOHDANTO

Attendo Lehtorannankoti on mielenterveyskuntoutujien asumispalveluita tarjoava yksityinen yritys Oulussa. Attendo Lehtorannankoti tuottaa tehostetun palveluasumisen ja palveluasumisen palveluita sekä tukiasumisen palveluita. Attendo Lehtorannankodin tehtävänä on kuntouttaa asukkaitaan kohti itsenäistä elämää. Attendo Lehtorannankodissa oli tätä opinnäytetyötä tehdessä 40–45 asukasta.

Attendo Lehtorannankodin asukkaat muodostavat yhteisön ympärilleen. Tässä opinnäytetyössä yhteisö ja sen tarjoamat hyödyt suhteessa asiakkaan kuntoutumiselle olivat tutkimisen kohteena. Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, miten asukkaat kokevat yhteisönsä hyödyntävän kuntoutumistaan. Opinnäytetyössä selvitettiin asukkaiden kokemuksia yhteisöllisyydestä, osallisuudesta ja vertaistuesta, joiden katsotaan edistävän asukkaan kuntoutumista.

Opinnäytetyön tietoperustan muodostuu Maxwell Jonesin 1950-luvulla kehittämä terapeutin yhteisön malli (Heikkinen-Peltonen, Innamaa & Virta 2014, 250). Mallissa korostetaan yhteisön merkitystä yksilön kuntoutumiselle. Terapeuttinen malli on esitelty työssä ja sitä on verrattu Attendo Lehtorannankodin yhteisöön ja sen toimintaan. Terapeuttisessa mallissa korostetaan yhteisön toimintaa ja sen struktuuria. Tämän vuoksi työssä on esitelty myös Attendo Lehtorannankodin ryhmätoiminta ja sitä on verrattu suhteessa terapeuttisen yhteisön toimintaan. Opinnäytetyön merkittävin lähdemateriaali käsitteli terapeuttisen yhteisön mallia.

Tässä opinnäytetyössä on neljä tutkimuskysymystä: Miten Attendo Lehtorannankodin asukkaat kuvaavat kokemuksiaan yhteisöllisyydestä muodostamassaan yhteisössä? Miten Attendo Lehtorannankodin asukkaat kuvaavat kokemuksia vertaistuesta ja osallisuudesta yhteisössään? Miten yhteisön jäsen kokee vertaistuen ja osallisuuden edistävän kuntoutumistaan? Miten opinnäytetyön vastauksia voidaan hyödyntää Attendo Lehtorannankodin kehittämistyössä?

Opinnäytetyön aineisto on hankittu haastattelemalla 16 Attendo Lehtorannankodin asukasta. Haastattelut suoritettiin teemahaastattelun keinoin. Haastattelujen teemat käsittelivät opinnäytetyön kannalta merkityksellisiä asioita, kuten esimerkiksi vertaistukea ja osallisuutta. Aineisto analysoitiin sisältölähtöisen aineistoanalyysin keinoin.

## **2 ATTENDO LEHTORANNANKODIN TOIMINTAYMPÄRISTÖ**

Attendo Lehtorannankoti sijaitsee Oulussa Puolivälinkankaalla Metsolan kartanon tiloissa. Attendo Lehtorannankoti tuottaa asumispalveluita aikuisille mielenterveyskuntoutujille. Attendo Lehtorannankodissa on 14 tehostetun palveluasumisen paikkaa, 19 palveluasumisen paikkaa ja 20 tuetun asumisen paikkaa. Asukkaiden lukumäärä vaihteli 40–45 välillä opinnäytetyön prosessin aikana. Attendo Lehtorannankoti on osa Attendo-yrityskonsernia, joka on suuri pohjoismainen hyvinvointi- ja terveyspalveluja tuottava yritys. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Asiakkaana toimivat kunnat ja kaupungit sekä palvelun loppukäyttäjät eli asukkaat ja omaiset. Tavanomaisesti uusi asukas tulee Attendo Lehtorannankotiin kuntien ja kaupunkien palveluohjausyksiköstä. Asukkaalle tehdään sosiaalihuoltolain mukainen palveluntarpeenarvio, jossa määritellään asiakkaan avun-, huolenpidon ja ohjauksen tarve, jonka perusteella asukkaalle järjestetään tarvittavat palvelut. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Attendo Lehtorannankodin tavoitteena on tarjota kuntoutumispalveluita asukkailleen, edistää asukkaidensa hyvinvointia ja tukea asukkaita kohti itsenäistä elämää. Tavoitteellista kuntoutumista tarkastellaan palvelusuunnitelmien päivitysten, RAI-arvioiden ja asumisensuunnitelman keinoin. Näille arvioille ja suunnitelmille tyypillistä on tavoitteiden asettaminen ja niiden tarkistaminen säännöllisin väliajoin. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

### **2.1 Asumisen muodot Attendo Lehtorannankodissa**

Attendo Lehtorannankodissa voi saada kuntoutusta kolmessa eri asumisen muodossa. Näitä muotoja ovat tuettu asuminen, palveluasuminen ja tehostettu palveluasuminen. Edellä mainitut muodot ovat lueteltu kevyemmästä palvelumuodosta raskaimpaan muotoon. Attendo Lehtorannankodin erityispiirteisiin kuuluu se, että yrityksellä on mahdollisuus vastata monenlaiseen palveluntarpeeseen asukkaan toimintakyvystä riippuen. Tavanomaisesti asukas aloittaa asumisensa tehostetusta palveluasumisesta jatkaen siitä toimintakykynsä karttuessa kevyemmille asumismuodoille kohti itsenäistä asumista. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

## 2.2 Tukiasuminen Attendo Lehtorannankodissa

Tuetun asumisen asukkaaksi ohjaututaan useimmiten palveluasumisesta. Läheiset tai asukas itse voi myös ottaa yhteyttä asiakkaan tuen tarpeeseen liittyen. Asukas ohjautuu hänen kannaltaan tarkoituksenmukaisimpaan palveluun palvelun ostavan kunnan tai asiakkaan palvelusuunnitelman ja yhteisiin neuvotteluihin sekä asukkaan koeaikaan perustuen. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Tuetun asumisen tehtävänä on asukkaan itsenäisen suoriutumisen ja kotona asumisen tukeminen. Elämönhallintataitoja sekä arjen sujumista tuetaan henkilökohtaisella ohjauksella. Tuettu asuminen edustaa itsenäisintä asumisen muotoa eli asukas asuu yksityis- tai tukiasunnossa. Seuraavat kriteerit ohjaavat tuetun asumisen asiakkuutta: Asukkaalla on oma motivaatio ottaa vastaan ohjausta, neuvontaa ja tukea. Asukas selviytyy päivittäistoiminnoista pääosin itsenäisesti, esimerkiksi heräämisestä, pukeutumisesta, peseytymisestä ja ruokailuista. Asukkaan tuen tarve ei ole ympärivuorokautista. Asukas kykenee toimimaan ohjattuna ja hyötyy ohjauksellisesta tuesta. Asukas kykenee yhteistyöhön ja sitoutuu sovittuihin asioihin. Tuetun asumisen toiminta vastaa asukkaan tarpeeseen, joko yksin tai yhdessä muiden tukipalveluiden kanssa. Asukkaan tuen tarve johtuu pääosin mielenterveysongelmasta, ei somaattisesta sairaudesta tai fyysisen toimintakyvyn rajoitteesta. Asukkaan toimintakykyä voidaan ylläpitää ja edistää tuetun asumisen toiminnalla. Tuetun asumisen ohjaajien tuella voidaan vähentää tai ennaltaehkäistä raskaamman tuen ja hoidon tarvetta. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Tuetun asumisen asiakastyö sisältää sekä ohjaukseyntejä asukkaan kotona että kodin ulkopuolella. Sovittujen ohjaukseyntien lisäksi asukkaalla on mahdollisuus ottaa yhteyttä puhelimitse Attendo Lehtorannankodin henkilökuntaan ympärivuorokautisesti. Tuetun asumisen asukkaat osallistuvat aktiivisesti Attendo Lehtorannankodin toimintaan ja ovat osa sen yhteisöä. Parhaimmillaan tuetun asumisen toiminta yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa mahdollistaa asukkaan asumisen ja täysipainoisen elämän omassa kodissa mahdollisimman pitkään. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)



### **2.3 Palveluasuminen Attendo Lehtorannankodissa**

Palveluasuminen ja tehostettu palveluasuminen järjestetään tarkoitukseen varatuissa asumispalveluyksiköissä. Palveluasumisessa asukas tarvitsee mielenterveysongelmansa vuoksi intensiivistä ja pitkäjänteistä kuntoutusta omatoimisuuden ja sosiaalisten suhteidensa ylläpitämiseksi ja vahvistamiseksi sekä asumisensa tueksi. Palveluasuminen voi olla yhteisöllistä asumista ryhmäkotityyppisessä yksiossa Lehtorannankodissa tai palveluasumista itsenäisessä asunnossa Metsolan kartanossa Lehtorannankodin välittömässä läheisyydessä. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Palveluasumisen asukkaalle laaditaan asiakaslähtöisiin tarpeisiin keskittyvä asiakassuunnitelma. Jokaisella palveluasumisen asukkaalla on oma nimetty ohjaaja. Henkilökunta on paikalla joka päivä klo 7.00–21.00 välillä, jolloin ohjaaja tukee asukasta erilaisissa toiminnoissa asumisensuunnitelman mukaisesti. Ohjaaja tukee ja tarvittaessa avustaa asukasta erilaisissa päivittäisissä toiminnoissa, kuten henkilökohtaisessa hygieniassa, ruokailuissa, siivouksessa ja pyykinpesussa. Palveluasumisen asukkaalla on oikeus osallistua Attendo Lehtorannankodin tuottamiin ryhmätoimintoihin. Asukkaan lääkehuollosta vastaa tarvittaessa Attendo Lehtorannankodissa työskentelevä sairaanhoitaja. Palveluasumisen asukkaan terveydentilaa seurataan huolellisesti ja tarvittaessa asiakkaalle järjestetään terveydenhuollon palveluita. Asukasta tuetaan aktiivisesti pitämään yhteyttä läheisiinsä, esimerkiksi omaisiin ja ystäviin. Asukkaalla on mahdollista osallistua Lehtorannankodin ruokailuihin. Palveluasumisessa kuitenkin kannustetaan ja ohjataan kokeilemaan itsenäistä ruoanlaittoa. Ilta- ja yöaikaan henkilökunta on tavoitettavissa puhelimitse ympäri vuorokauden. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

### **2.4 Tehostettu palveluasuminen Attendo Lehtorannankodissa**

Tehostetussa palveluasumisessa asukas on vaikeasti toimintarajoitteinen sekä tarvitsee jatkuvasti hoivaa, ohjausta, valvontaa ja huolenpitoa ympärivuorokautisesti. Tehostetun palveluasumisen asukkaalla on oma nimetty ohjaaja. Henkilöstö on paikalla ympärivuorokautisesti. Ohjaajat tukevat ja tarvittaessa avustavat asukasta erilaisissa päivittäisissä toiminnoissa, kuten henkilökohtaisen hygienian hoidossa, ruokailuissa, siivouksessa ja pyykinpesussa. Asukasta ohjataan ja tuetaan harjoittelemaan itsenäistä päätöksentekoa, raha- ja muiden asioiden hoitamista, mielekästä vapaa-ajanviettoa sekä ihmissuhteiden hoitamista. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Asukas osallistuu Lehtorannankodin järjestämiin toiminnallisiin ryhmiin oman mielenkiintonsa ja asiakassuunnitelmansa mukaisesti. Sairaanhoidtaja huolehtii asiakkaan lääkemääräyksien päivityksestä, lääkkeiden hankkimisesta, säilyttämisestä ja jakamisesta lääkeannostelijaan sekä lääkehoidon toimivuuden seurannasta. Henkilökunta huolehtii asukkaalle kuuluvien etuuksien hakemisesta yhdessä asukkaan kanssa. Asukkaan terveydentilaa seurataan huolellisesti ja tarvittaessa järjestetään lääkärin- ja muun terveydenhuollonpalvelut. Tehostetun palveluasumisen asukasta tuetaan aktiivisesti yhteydenpitoon omaisiin ja ystäviin. Asukkaalla on mahdollista osallistua Lehtorannankodin ruokailuihin sekä opetella ruoan valmistusta joko ohjaajan tukemana tai ryhmässä. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

### **3 ATTENDO LEHTORANNANKODIN YHTEISÖ JA SEN TOIMINTA**

Tässä opinnäytetyössä keskiössä on Attendo Lehtorannankodin yhteisö. Yhteisön muodostaa Attendo Lehtorannankodin asukkaat. Kaikki, jotka ovat asiakassuhteessa Attendo Lehtorannankotiin, ovat tervetulleita osaksi yhteisöä. Yhteisö muodostuu kaikkien eri asumismuotojen asukkaista. Ryhmät ja toimintatuokiot ovat tärkeä osa yhteisön toimintaa. Ryhmät ja tuokiot kasaavat päivittäin yhteisön jäseniä yhteen koolle. Ryhmätoiminnan tavoitteena on tukea asukkaiden toimintakykyä, edistää sosiaalisuutta, yhteisöllisyyttä, osallisuutta ja tarjota asukkaille vapaa-ajan viettoon virikkeitä. Ryhmätoiminta voi olla tavoitteellista, esimerkiksi arkisiin askareisiin liittyvien tietojen ja taitojen kartuttamista tai tarjota yhteisön jäsenille vapaa-ajan viettoon virikkeitä. Tässä luvussa esitellään tarkemmin Attendo Lehtorannankodin ryhmätoimintaa, ryhmien sisältöä ja niiden tavoitteellisuutta suhteessa asukkaan kuntoutumiseen.

#### **3.1 Oireiden hallintaryhmä**

Attendo Lehtorannankodin oireidenhallintaryhmä on suunnattu kaikille, joilla on elämäntilanteeseen ja mielenterveysongelmiin liittyviä oireita ja/tai elämänlaatua heikentäviä toimintamalleja. Käytännön toteutukseen kuuluu mm. Haavoittuvuus-stressimallin ja varomerkkien käsittely, pitkäaikaisoireiden kartoitus, pakkoajatusten hallinta sekä arkeen siirtäminen ja käytännön harjoittelu. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Oireidenhallintaryhmän tavoitteena on asukkaan oppiminen tunnistamaan oman sairauden tai ongelman aiheuttamia oireita ja oppia tunnistamaan oireiden rajoittava vaikutus asukkaan omaan toimintakykyyn. Asukas oppii ei-lääkinnällisin keinoin parantamaan omaa psyykkistä vointiaan, hallitsemaan sairauden tai ongelman tuottamia oireita ja sitä kautta parantamaan omaa toimintakykyään. Lisäksi asukas saa tietoa sairaudestaan, sen syntymekanismeista ja löytää omat vahvuudet ja keinot niin, että elämänlaatu olisi mahdollisimman hyvää. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

### 3.2 ULPU-ryhmä

Attendo Lehtorannankodin ULPU –ryhmä on saanut nimensä siitä, että ryhmä toteutuu Attendo Lehtorannankodin ulkopuolella. ULPU –ryhmästä hyötyvät asukkaat, jotka tarvitsevat ryhmän tai ohjaajan tukea kodin ulkopuolella asioimiseen ja liikkumiseen. Esimerkiksi sosiaalisten tilanteiden pelko, paniikkioireet, vaikeuden hahmottaa ympäristöä sekä tarve tutustua ja opetella uuteen ympäristöön ovat asioita, joissa ryhmä voi asiakasta tukea. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

ULPU –ryhmä asioi pääsääntöisesti lähiympäristössä tarjoten asukkaalle mahdollisuuden tutustua ympäristönsä palveluihin. ULPU–ryhmä kehittää myös asukkaan liikkumisen taitoja (julkinen liikenne, taksit, pyöräilyreitit). Osaksi ryhmän toimintaan ja tutustumiskohteisiin ovat myös järjestöt, kerhot, tapahtumat ja opistot. ULPU –ryhmän tavoitteena tukea erityisesti asukkaan sosiaalista toimintakykyä. Lähtökotana ovat asukkaan omat kuntoutumiselleen asettamat tavoitteet. Ohjaajan ja ryhmän tuen avulla rohkaistaan asukasta osallistumaan itselle tärkeiden asioiden hoitamiseen sekä niihin vaikuttamiseen. Ryhmä tukee asukkaan osallisuutta ympäristöön ja yhteisöön. Asukasta ohjataan toimimaan ja asioimaan kodin ulkopuolella turvallisesti. Ryhmä tukee itsenäistä päätöksentekoa ja antaa jokaiselle mahdollisuuden asioida oman toimintakykynsä mukaan. Tavoitteena on tuottaa asukkaalle onnistumisen kokemuksia toiminnastaan. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

### 3.3 Kotoiluryhmät

Kotoiluryhmät ovat suunnattu asukkaille, jotka tarvitsevat ylläpitoa ja vahvistusta arjen taitoja hallitsemiseen ja niiden parantamiseen. Kotoiluryhmiä on kaksi. Ensimmäinen ryhmä on suunnattu perustaidot omaaville tehostetun palveluasumisen ja palveluasumisen asukkaille sekä räätälöidysti myös tukiasukkaille. Ryhmässä on 5–7 osallistujaa. Ensimmäisen ryhmän tavoitteena on aktivoida taitoja, jotka ovat unohtuneet tai olleet pitkään käyttämättä sekä lisätä arkeen mielekästä toimintaan. Ryhmän tavoitteena on kehittää sosiaalisia vuorovaikutustaitoja ja helpottaa siirtymistä itsenäisempään asumisenmutoon. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Toinen kotoiluryhmä on suunnattu tehostetun palveluasumisen ja palveluasumisen asukkaille, joilla ei ole vielä kodinhoidon ja ruoanlaittamisen taitoja tai joiden toimintakyky on muuten

oleellisesti alentunut. Ryhmän koko on 3-4 osallistujaa. Toisen kotoiluryhmän tavoitteena opetella yksinkertaisten perusruokien valmistamista, tutustua tyyppillisten kodinkoneiden ja välineiden turvalliseen käyttämiseen, opetella siivoamista ja pyykinpesua sekä harjoitella vuorovaikutustaitoja ryhmätilanteessa. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Kotoiluryhmien aikana ohjaaja voi seurata ja arvioida asukkaan psyykkistä ja fyysistä vointia ja sen avulla varmistaa jokaiselle yksilöllisesti suunniteltu tarpeenmukainen tuki, etenkin siirtymisvaiheessa itsenäisempään asumisenmuotoon. Kotoiluryhmissä opetellaan sietämään epäonnistumisia ja virheitä. Psyykkisen ja fyysisen voinnin arviointia tehdään ryhmän toiminnan aikana sekä seurataan kognitiivisten taitojen kehittymistä. Arviointia hyödynnetään asumisen suunnitelman, RAI CMH -arvioinnin sekä palvelusuunnitelman päivityksissä. Ryhmä pyrkii antamaan osallistujalleen itsevarmuutta selviytymiseen arjen askareista. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

### **3.4 Luova-ryhmä**

Luova-ryhmän nimitys tulee uuden luomisesta. Ryhmä sisältää mm. käsitöiden tekemistä, valokuvausta, maalausta ja luovaa kirjoittamista. Asukkaat saavat itse vaikuttaa ryhmän sisältöön. Ryhmän sisältö voi liittyä esimerkiksi vuodenaikaan, tapahtumiin tai juhliin (joulu, pääsiäinen ym.) Ryhmän tuotoksia voidaan laittaa esille ja myydä esimerkiksi omaistenpäivinä. Ryhmän tavoitteena on löytää osallistujilleen mielekästä tekemistä, jota voi hyödyntää myös tulevaisuudessa itsenäisesti. Luova-ryhmän tarkoituksena on tuottaa hyvää oloa mielekkään tekemisen kautta sekä tarjota rentouttavia hetkiä tekemisestä innostuneille. Esimerkiksi käsityö voi olla yksi väline lisätä subjektiivista hyvinvointia ja elämänlaatua. Käsityön terapeuttisuus perustuu taitojen ja tietojen kehittymiseen, oman kehon, materiaalin ja välineiden, ajattelun ja tunteiden hallintaan sekä käsityöhön liittyviin sosiaalisiin ja kulttuurisiin tekijöihin. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

### **3.5 Liikunnallinen ryhmätominta**

Attendo Lehtorannankodissa liikunnallista ryhmätomintaa järjestetään 1–2 kertaa viikossa. Liikunnan merkitystä korostetaan myös keskusteluissa, asumissuunnitelman laadinnassa ja muiden ryhmien toteutuksessa. Liikunta ryhmä voi sisältää kaikkea liikuntaan liittyviä virikkei-

tä, kuten pallopelejä, lenkkeilyä tai jumppaamista. Liikunta vähentää ruumiin epämieluisia tuntemuksia ja lisää mielihyvän, virkistymisen ja rentoutumisen elämyksiä liikuntakerran aikana sekä sen jälkeen. Myönteiset kokemukset ovat riippuvaisia yksilöstä, ja ne voimistuvat liikuntaan tottumisen myötä. Liikunnalla on todettu masennuksen lievittymiseen kausaalinen yhteys. Säännöllinen liikunnan mielialaa ylläpitävä vaikutus voi olla auttava tekijä masennushäiriöissä. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

### **3.6 Ruokahuollon prosessi mielenterveyskuntoutuksen tukena**

Attendo Lehtorannankodissa ateriaritmi luo päivälle runkoa ja rytmiä ja tuottaa osan arjen nautinnoista. Tehostetun asumispalvelun yksikössä harjoitellaan säännöllistä ruokailua ja ateriaritmiä osana jokapäiväistä arkea. Päivän ateriat koostuvat aamiaisesta, lounaasta, päiväkahvista, päivällisestä ja iltapalasta. Lisäksi asukkaiden käytössä on oma kahvinkeittopiste sekä jääkaappi ja pakastin omia välipaloja varten.

Lämmin lounas sekä päivällinen noudetaan Metsolan Kartanon tiloista löytyvästä ravintola Odessasta. Aamupala, päiväkahvi sekä iltapala valmistetaan omassa keittiössä. Asukkaiden mielipiteet ja toiveet huomioidaan mahdollisuuksien mukaan. Aterioilla ohjeistetaan ruokailemaan lautasmallin mukaisesti terveellisesti. Ruokailutilanteissa henkilökunnalla on mahdollisuus kiinnittää huomiota asukkaiden ruokailutottumuksiin, sekä tarpeen mukaan ottaa epäkohdat esille ja ohjata terveelliseen hyvinvointia tukevaan ruokailuihin. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Terveellisen ruokavalion katsotaan fyysisen hyvinvoinnin lisäksi vaikuttavan myös psyykkiseen hyvinvointiin. Riittävä ja säännöllinen ruokailu on osa terveyden ylläpitoa ja hyvinvointia. Ruokailu on yhteinen tapahtuma ja osa sosiaalisen kanssakäymisen harjoittelua. Yhdessä ruokailu tai yhdessä kahvittelu voidaan kokea osana yhteisöllisyyden rakentamista ja osallisuuden tunteen kehittymistä. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Jokaisella asukkaalla on viikkotyöjärjestyksessään merkittynä keittiövuoro, jolloin yhdessä parin kanssa huolehditaan keittiötöistä. Keittiövuoroa toteuttamalla harjoitellaan arjen perustaitojen hallitsemista. Halukkailla on mahdollisuus myös kerran viikossa huolehtia päiväkahvituksesta. Leipomiselle suodaan mahdollisuus aina asukkaan halutessa. Jokaisena lauantaina valmistetaan omassa keittiössä päivälliskeitto pareittain työskentelemällä oman toiveen mu-

kaisesti. Tehostetusta palveluasumisesta lähtien on asukkaalla mahdollisuus itsenäisesti tai ohjaajan tuella valmistaa esimerkiksi päivällisruokia itselleen. Kuntoutusportaasta katsomatta rakennetaan jokaiselle asukkaalle yksilöllinen, hänen tavoitteitaan tukeva suunnitelma. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

### **3.7 Avotyötoiminta**

Attendo Lehtorannankodin asukkailla on mahdollisuus osallistua Oulun kaupungin ja yhteistyökumppaneiden järjestämään avotyötoimintaan. Ulkopaikkakuntalaisten mahdollisuus osallistua riippuu siitä, onko kunta myöntänyt maksusitoumuksen asukkailleen. Pääasiassa Attendo Lehtorannankodin asukkaat aloittavat työtoiminnan toimintakeskus Kipinässä. Mahdollisuuksien mukaan avotyötoimintaa voi harjoittaa myös muissa yksiköissä tai yrityksissä. Avotyötoiminnan aloittaminen perustuu asukkaan toimintakykyyn ja motivaatioon sekä henkilökunnan tekemään haastatteluun ja soveltuvuusarvioon. Avotyötoiminta sisällytetään asukkaan omaan asumisensuunnitelmaan. Avotyöstä tehdään lisäksi määräaikainen sopimus, johon merkitään avotyön suorittamiseen tarvittavat tiedot, kuten työpaikka, työpäivät, työaika, työosuusraha jne. Avotyötoiminnan toteutumista seurataan asumisensuunnitelman päivityksen yhteydessä puolivuositain sekä arviointikäynnin tarvittaessa. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Attendo Lehtorannankodin asukkaiden avotyötoimintaan osallistumisen tavoitteena on mielekkään tekemisen lisäksi integroitua yhteiskunnan jäseneksi ja saada onnistumisen kokemuksia. Avotyötoiminta jäsentää osallistujan päivä- ja viikkorytmiä. Avotyötoiminnan kautta on mahdollista työllistyä, hakeutua opiskelemaan tai päästä koulutusmahdollisuuksien arviointiin. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

### **3.8 Miesten ja nuorten ryhmät**

Attendo Lehtorannankodissa järjestetään myös toimintaa, joka kohdennettu tarkemmin tietyille ikäluokalle tai sukupuolelle. Miesten ryhmään ovat tervetulleita kaikki Attendo Lehtorannankodin miessukupuolta edustavat asukkaat. Nuorten ryhmä on suunnattu sukupuoleen katsomatta kaikille nuorille asukkaille. Ryhmien toiminta perustuu asiakkaiden omiin toivei-

siin. Miesten ja nuorten ryhmissä tyypillinen sisältö on esimerkiksi biljardi, pihapelit, pelikonsolipelit kuntosalilla käyminen, keilaaminen tai yhdessä syöminen talon ulkopuolella. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Molempien ryhmien tavoitteena on tukea osallistujien vuorovaikutustaitoja, sosiaalisten kontaktien muodostumista, osallisuutta ja vertaistukea. Ryhmiin osallistujia tuetaan myös ryhmien ulkopuolella olemaan tekemisissä toistensa kanssa ja muodostamaan ystävyys-suhteita. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

### **3.9 Hyvän mielen ryhmä**

Hyvän mielen ryhmä on tehostetun palveluasumisen, palveluasumisen ja tukiasukkaille suunnattu vapaamuotoinen ryhmä, jossa on mahdollisuus keskustella rentoutua, liikkuu, ulkoilla, muistella tai muuten vain viihtyä. Ryhmätoiminta voi olla yhdessä lukemista; luetaan asukkaiden toivomia kirjoja, runoja tai vaikka lehtiä, tärkeiden ihmisten, lemmikkieläinten ja paikkojen tai elämäntilanteiden muistelua. Fyysisiä rajoitteita voi olla, mutta ne eivät estä asukasta osallistumaan ryhmään. Ryhmän toiminta perustuu osallistujien omiin toiveisiin ja vuodenaikaan tai muuten ajankohtaisiin teemoihin, jotka herättävät keskustelua. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Ryhmän tavoitteena on ryhmäyttää asukasta osaksi yhteisöä, saada ja antaa vertaistukea, voimaantumaa ja saada virikkeitä oman elämänlaadun parantamiseen sekä ylläpitää psyykkistä ja fyysistä terveyttä. Tavoitteena on käsitellä myös vaikeita ja surullisiakin asioita turvallisesti. Ryhmän tarkoituksena on helpottaa hakeutumista erilaisiin vuorovaikutusta vaativiin tilanteisiin ja kehittää sosiaalisia taitoja tutussa ympäristössä. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

### **3.10 Ympäristö näkökulmat osana ryhmätoimintaa**

Attendo Lehtorannankodin perusajatuksia ja toiminnan lähtökohtia ohjaavat kestävän kehityksen periaatteet jokaisessa toiminnassa. Sosiaalisten ryhmien ympäristönäkökulmiin liittyviä tekijöitä ovat kodin ulkopuolisten kontaktien luominen, sosiaalisen kanssakäymisen mahdollistuminen sen vahvistaminen ja osallistaminen. Yhteisön avulla pyritään ehkäisemään



syrjäytymistä, opitaan vastuullisuutta ja oikeudenmukaisuutta. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Taloudellisia näkökulmia ovat ruokatarvikkeiden sekä muun materiaalien terveellisyys ja taloudellisuus. Tietoteknisiä laitteita opetellaan käyttämään tehokkaasti, esim. sähköisen liikenteen ja asioimisen hyödyntäminen. Luonnontuotteita pyritään hyödyntämään ekologisesti. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Ryhmätoimintoihin kuuluu useimmiten asiakkaan toimintakyvystä riippuen julkisten liikennevälineiden käyttö, jätteiden oikeaoppinen lajitteleminen, kierrätyksen hyödyntäminen ja veden sekä sähkön ja ruokatarvikkeiden säästeliäs käyttö. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

### **3.11 Yhteisön toiminta voimavarana Attendo Lehtorannankodissa**

Mielenterveyskuntoutuja kohtaa monenlaisia ennakkoluuloja ja asenteita yhteiskunnassamme. Attendo Lehtorannankodissa tärkeintä on se, että jokainen saa olla avoimesti juuri sitä mitä on. Attendo Lehtorannankodissa halutaan nähdä mielenterveyskuntoutujassa ihminen, eikä ensisijaisesti sairautta. Attendo Lehtorannankoti on syrjinnästä ja kiusaamisesta vapaa-alue. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Sosiaaliset kontaktit ovat jokaisen ihmisen elämässä erityisen tärkeitä. Attendo Lehtorannankodin ryhmätoimintaa onkin kehitetty tukemaan asukkaitaan muodostamaan sosiaalisia suhteita ja edistämään sosiaalista kuntoutumistaan. Ryhmätoiminnan vaikuttimena on Attendo Lehtorannankodin yhteisössä syntynyt lukuisia tiiviitäkin ystävyys-suhteita. Tällaiset suhteet toimivat erinomaisina vertaistukena ja edistävät asiakkaiden kuntoutumista. Attendo Lehtorannankodin henkilökunta pyrkii kannustamaan asukkaitaan osaksi yhteisöä, esimerkiksi osallistamalla asukkaita osaksi ryhmätoimintaa. Yhteisön voimavara on sen jäsenissä. Isolla porukalla saadaan tarvittaessa paljonkin aikaiseksi. Attendo Lehtorannankodin ryhmätoiminnissa hyödynnetään yhteisöstä löytyviä taitoja. Asukkaiden omia taitoja ja mieltymyksiä pyritään huomioimaan eri ryhmä- ja viriketoimintoja suunnitellessa. Jokaviikkosisissa yhteisöpölävereissa jokainen asukas saa tuoda omat kuulumisensa ja toiveensa esille. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

### **3.12 Asiakkaan yksilöllinen ohjaustoiminta**

Asukkaalla on myös oikeus Attendo Lehtorannankodissa saada yksilöllistä ohjausta, jonka yleensä toteuttavat asiakas ja Attendo Lehtorannankodin koulutettu henkilökunta. Ohjaus voi keskittyä esimerkiksi johonkin toimintaan, jota harjoittamalla asukas oppii uusia taitoja pärjätäkseen elämässään, kuten esimerkiksi ruoanlaittoa tai talouden hallintaa. Jokaisella asukkaalla on myös oma nimetty omaohjaaja, jonka kanssa asiakas käy säännöllisesti omaohjaaja keskusteluja. Omaohjaaja vastaa myös tarpeen mukaan omaisyhteistyöstä, osallistuu asukasta koskeviin palavereihin ja neuvotteluihin sekä on mukana asiakassuunnitelman ja asumisensuunnitelman luomisessa. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

## **4 OPINNÄYTETYÖN KESKEINEN TIETOPERUSTA**

Opinnäytetyön tietoperustan muodostaa Jonesin kehittämä terapeuttisen yhteisön malli (Heikkinen, Peltonen & Innamaa 2014, 250). Valitsin tämän siksi, koska minua kiinnosti saada tietoa siitä, miten yhteisöä voidaan tehokkaasti hyödyntää asukkaan kuntoutumisen prosessissa. Attendo Lehtorannankodin yhteisö on siinä mielessä kiinnostava, että eri asumisen muodot mahdollistavat sen, että asukkaiden toimintakyky on hyvin erilainen. Maxwell Jonesin kehittämän terapeuttisen yhteisön malli antaa myös tukea opinnäytetyön tutkimuskysymyksille ja pääkäsitteille sekä niiden sisällön kehittämiseksi. Tässä luvussa esitellään terapeuttisen yhteisön historiaa, perustaa, periaatteita ja toimintaa sekä mietitään, miten terapeuttinen yhteisön malli toteutuu Attendo Lehtorannankodissa.

### **4.1 Terapeuttisen yhteisömallin historiaa**

Hoito- ja kuntoutusyhteisön tuomaa ympäristöä on käytetty tietoisesti mielenterveystyössä kuntoutuksellisten ja kasvatuksellisten tavoitteiden saavuttamiseksi. Englannissa on kehitetty yhteisöhoitomallia. Yhteisöhoidon varsinaisena kehittäjänä pidetään Maxwell Jonesia, joka aikanaan johti Englannissa sotavankeudesta palaavien sotilaiden kuntoutusyksikköä. Jones toimi myöhemmin johtajana Belmont –sairaalassa, jota pidetään ensimmäisenä järjestelmällisesti suunniteltuna terapeuttisena yhteisönä. Suomalaiseen psykiatriseen hoitoon terapeuttisten yhteisöjen vaikutukset alkoivat tulla 1960–1970 –luvulla. (Heikkinen-Peltonen, Innamaa & Virta 2014, 250.)

### **4.2 Yhteisön toiminta antaa perustaa kuntoutumiselle**

Yhteisöhoidon perusta muodostuu ihmiskäsitykselle, jonka mukaan ihminen elää ja kehittyy vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa. Yhteisön sosiaalista toimintaa käytetään hyväksi kuntoutuksellisiin tavoitteisiin pyrkiessä. Yhteisö huomioi kaikki jäsenensä kannustamalla jokaista osallistumaan demokraattiseen päätöksentekoon. Yhteisö tarjoaa jäsenilleen vertais-tukea, minkä avulla yhteisön jäsenet voivat opetella vastuun kantamista ja selviytymistä arjen askareista. Palautteen saamisen mahdollisuudella toisilta yhteisön jäseniltä mahdollistaa yhteisön jäsenen kehittymisen ja ihmisenä kasvamisen. Jäsenten yhdessäolo ja yhteinen teke-

minen luovat yhteenkuuluvuuden tunnetta, yhteisymmärrystä ja tuovat jäsenen elämään merkitystä ja sisältöä. (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 250–251.)

Tarkasteltaessa Attendo Lehtorannankotia ja sen toimintaa voi havaita siinä lukuisia viitteitä terapeutin yhteisön malliin. Attendo Lehtorannankodissa järjestettävällä ryhmätoiminnalla kannustetaan asiakkaita tekemään yhdessä. Yhdessä tekeminen luo pohjan vertaistuelle, osallisuuden tunteen kehittymiselle ja merkitystä sekä sisältöä yksilön elämään. Jokaisella asukkaalla on omat arkiaskareensa, jotka suorittamalla yhteisö voi hyvin. Arkiaskareet voivat olla esimerkiksi yhteisten tilojen siistimistä tai ruoanlaittoon liittyviä tehtäviä. Jokaisen askareen suorittaminen on kuitenkin tärkeää, riippumatta siitä mitä ne ovat. Pienetkin askareet mahdollistavat toimivalle yhteisölle pohjan. Yhdessä tekeminen antaa pohjan myös palautteen saamiselle. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

### **4.3 Terapeutin yhteisön periaatteita**

Tasa-arvoisuus ja demokraattisuus, avoin kommunikaatio, salliva ilmapiiri, palautteen antaminen ja saaminen sekä yhteisöllisyys ovat terapeutin yhteisön periaatteita. Tasa-arvoisuus ja demokraattisuus mahdollistavat jokaisen yhteisön jäsenen osallistumisen päätöksentekoon ja vaikuttaa hoitoonsa sekä yhteisön toimintaan. Työntekijän asemaa tai auktoriteettia ei korosteta terapeutin yhteisössä.

Yhteisökokoukset toimivat Attendo Lehtorannankodissa demokraattisen ja tasa-arvoisen päätöksenteon mahdollistajana. Jokaisella on oikeus ja mahdollisuus saada äänensä kuuluville, sekä saada tietoa yhteisön toiminnasta ja tulevaisuudennäkymistä. Yhteisökokouksissa puheenjohtajana voi toimia joko asukas tai henkilökuntaan kuuluva työntekijä. Puheenjohtajan rooliin kuuluu tasa-arvoisesti jakaa puheenvuoroja sekä kirjata paperille ylös huomiot, mitä asioita yhteisökokouksessa on käsitelty. Yhteisökokouksista laaditaan aina oma muistionsa, joka kiinnitetään ilmoitustaululle. Attendo Lehtorannankodissa henkilökunnan rooli on valvoa, että ilmapiiri säilyy sallivana ja mahdolliset ristiriitatilanteet pyritään selvittämään asiallisesti. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Avoin kommunikaatio terapeutin yhteisössä tarkoittaa jatkuvaa, avointa ja monisuuntaista vuorovaikutusta yhteisön jäsenten keskuudessa. Terapeutin yhteisön ilmapiiri rohkaisee

ja tukee jäseniään keskustelemaan vaikeistakin aihe-alueista ja löytämään ristiriitoihin rakentavia ratkaisuja. Yhteisön kehityksen kannalta ovat välttämättömiä yhteiset tilaisuudet, joissa keskustellaan esille nousseista asioista ja tehdään päätöksiä demokraattisesti. Työntekijät ovat antamassa mallia omalla toiminnallaan ja huolehtimassa vuorovaikutuksen toimivuudesta. (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 251–252.)

Yhteisön salliva ilmapiiri hyväksyy erilaisuuden ja tavanomaisesta poikkeavan käyttäytymien. Oireiden luovaa ja viestivää sanomaa pyritään ymmärtämään hoitoprosessissa sallivan ympäristön keinoin. Terapeuttinen yhteisö sallii epäonnistumisen, joka toimii uuden oppimisen mahdollistajana. Erilaisuuden ja erityisosaamisen huomioiminen tekee yhteisöstä rikkaan. (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 252.)

Avoimen kommunikaation toteutumien Attendo Lehtorannankodissa perustuu pitkälti siihen, mitä asukkaat itse ovat valmiita kertomaan. Henkilökuntaa sitoo aina vaitiolovelvollisuus. Tämä aiheuttaa ristiriitaa niin asukkaissa kuin toisaalta henkilökunnassa. Henkilökunta ei voi kommentoida yksittäisten asiakkaiden tilannetta tai tapahtumia, vaikka asiakas itse kommentoisi. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Terapeuttisessa yhteisössä myös henkilökunta katsotaan osaksi yhteisön jäseniä. (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 253). Voidaanko ajatella, että myös henkilökunnan pitäisi olla valmis käymään avointa keskustelua omasta elämästään tai elämäntilanteestaan? Toisaalta jo ammatillisuuteen liitetään vahvasti ajatus siitä, että omaa henkilökohtaista elämää ei ole suotavaa tai edes halua tuoda kovin paljon asiakkailleen esille. Tällä hetkellä jokaisella työntekijällä on oikeus itse päättää siitä, mitä asioita he saattavat asukkaille ja Attendo Lehtorannankodin yhteisölle tietoon.

Yhteisössä saadaan ja annetaan jatkuvasti palautetta omasta käyttäytymisestä ja sen vaikutuksista yhteisön muihin jäseniin. Yhteisön kaikki jäsenet saavat suoraa palautetta, myös työntekijät. Yhteisöllisyys tukee yksilön vastuuta itsestä ja muista sekä vahvistaa jäsenten välistä vuorovaikutusta ja yhteisten asioiden hoitamista. Yhteisöllisyyden kautta voidaan vahvistaa osallisuuden tunnetta. Vastuun kantaminen koko yhteisöä koskevista asioista on päivittäistä ja luontevaa toimintaa, samalla harjoitellen niitä taitoja, joita tarvitaan esimerkiksi perheessä, työelämässä tai ylipäätään yhteiskunnassa. (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 251.)

Fyysisellä ympäristöllä voidaan tukea yhteisöllisyyttä ja yhteisön toimintaa esimerkiksi pyrkimällä pieniin kodinomaisiin yhteisöihin. Vallitsevan ympäristön estetiikkaan ja viihtyisyyteen kiinnitetään erityisesti huomiota. Perinteisiä rooleja ei korosteta terapeutteisessa yhteisössä, kuten esimerkiksi työpukua tai ammatillisia rooleja koskevia tunnuksia. Toisaalta esimerkiksi psykoottisesti sairaan ihmisen sisäistä kaaosta voidaan helpottaa selkeällä ympäristön rakenteella, kuten esimerkiksi opasteilla, valokuvilla tai ilmoitustaululla. (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 251.)

Attendo Lehtorannankodin tilat ovat asumisen eri muotojen vuoksi jakaantuneet. Yhteisön ”sydämenä” toimii kuitenkin tehostetun palveluasumisen oleskelutilat, jotka tarjoavat tarvittaessa jopa kaikille asukkaille istumapaikat. Kaikista yhteisistä tiloista löytyy estetiikkaan liittyviä asioita, kuten esimerkiksi verhot, mattoja ja kasvillisuutta. Toisaalta tilat on kuitenkin pystyttävä pitämään esteettöminä, minkä katsotaan menevän estetiikan yli. Henkilökunta käyttää työssään liivejä, mikä on toisaalta osaltaan käytännöllisyyden vuoksi. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

Attendo Lehtorannankodin tarkoituksena ei ole tarjota asukkailleen loppuelämän kotia, vaan toimia asukkaiden elämässä välivaiheena, kohti itsenäistä asumista. Aiemmin onkin mainittu, että asumisen on tavoitteellista ja sitä arvioidaan eri tavoin. Kaupunki tai kunta tekee sopimuksen, esimerkiksi puoleksi vuodeksi asiakkaan kohdalla. Sopimukset ovat jatkuvasti lyhentyneet, mikä myös haastaa terapeuttisen yhteisön toteutumista. (Attendo Lehtorannankoti 2017.)

#### **4.4 Terapeuttisen yhteisön keskeistä toimintaa**

Terapeuttisen yhteisön päivittäinen toiminta on selkeillä malleilla jäsenetty. Päiväjärjestys on kaikkien yhteisön jäsenten tiedossa. Yhteisön strukturoitu toiminta rakenne tarjoaa jäsenilleen mahdollisuuden mielen sisäiseen jäsentymiseen. Uuden jäsenen tullessa perehdyttäminen on yhteisöllistä toimintaa. Perehdytyksen uudelle jäsenelle voi antaa toinen jäsen, joka näyttää ja ohjaa uutta jäsentä toimimaan yhteisössä sen periaatteiden mukaan. (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 252.)

Attendo Lehtorannankodissa ilmoitustaululle kirjataan kullekin päivälle osuvat tapahtumat, kuten ryhmät tai retket. Ryhmätoimintaa on jokaiselle viikonpäivälle, ja ne toistuvat tiettyinä päivinä, esimerkiksi maanantaisin pelataan bingoa, tiistaisin on musiikkituokio jne. (Attendo Lehtorannankoti 2017)

Yhteisöllisyyttä tuetaan yhdessä tekemällä ja erilaisten ryhmätoimintojen avulla terapeutissa yhteisössä. Suuryhmiin osallistuvat kaikki jäsenet mahdollisuuksien ja vointinsa mukaan. Suuryhmiä voivat olla esimerkiksi aamukokous ja yhteisökokous. Suuryhmät voivat olla päivittäin kokoontuva ryhmä. Aamukokouksessa voidaan käydä läpi esimerkiksi päivämäärä, nimipäivät ja juhlapyhille osuvien aamukokouksien aihe voi tulla päivän teemasta. Yhteisökokouksen tarkoituksena on yhteisön toiminnan suunnittelu, ongelmien ratkaisu ja vapaa keskustelu. Yhteisökokouksen tarkoituksena on kehittää asiakkaiden ja henkilökunnan keskinäistä vuorovaikutusta sekä tukea avointa kommunikaatiota yhteisössä. Yhteisökokous järjestetään säännöllisesti, esimerkiksi kerran viikossa. (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 252.)

Pienryhmät toimivat yhteisön jäsenien tarpeiden ja toiveiden pohjalta. Pienryhmät voivat olla esimerkiksi tehtäväkohtaisia hoidettavia asioita, kuten ruoanvalmistus tai pyykkihuolto. Pienryhmiin voi liittyä toiminnallinen teema tai ne voivat olla keskusteluun pohjautuvia ryhmiä. Pienryhmä tarjoaa turvallisen pohjan jäsenten väliselle vuorovaikutukselle edistämällä vertaistuen ja osallisuuden tunteita. Lisäksi pienryhmät voivat toimia asiakkaiden sosiaalisia taitoja kehittävinä ja auttamaan asiakasta luomaan sosiaalisia suhteita. (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 252.)

## **5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN**

Opinnäytetyöprosessi käynnistyi tammikuussa 2017, jolloin esitin aihepiirisuunnitelman. Hyväksytyin aihepiirisuunnitelman jälkeen aloin tekemään tutkimussuunnitelmaa, jonka esitin maaliskuussa 2017. Tutkimussuunnitelma hyväksyttiin huhtikuun lopussa 2017. Tutkimusluvan sain toukokuussa 2017. Opinnäytetyöhön liittyviä haastatteluja tein kesäkuun lopussa 2017.

### **5.1 Aiheen valinta**

Opinnäytetyön aihetta aloin miettimään tammikuussa 2016. Aihe syntyi yllättäen, miettiessäni työpaikkani Attendo Lehtorannankodin asukkaiden muodostamaa yhteisöä ja sen mahdollisuuksia, jolloin päädyin kyseiseen aiheeseen. Keskustelin aiheesta opinnäytetyön työelämäohjaajan kanssa, joka tuki minua valinnassani. Alkuperäinen suunnitelma opinnäytetyön tavoitteiksi muuttui matkan aikana, mutta itse aiheesta pidin kiinni.

### **5.2 Tarkoitus ja tavoitteet**

Opinnäytetyön keskiössä ovat Attendo Lehtorannankodin asukkaat ja heidän muodostamansa yhteisö. Opinnäytetyön tavoitteena on tukea ja edistää asukkaiden kuntoutumista, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä tuottamalla tietoa siitä, minkälainen suhde asukkailla on yhteisöönsä ja kuinka asukkaat kokevat yhteisönsä suhteessa osallisuuteen, yhteisöllisyyteen ja omaan kuntoutumiseensa.

Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa Attendo Lehtorannankodille tietoa siitä, miten asukkaat kokevat ympärillä olevan yhteisönsä, sekä miten yhteisöä voisi kehittää Jonesin 1950-luvulla kehittämän terapeuttisen yhteisön mallin mukaiseksi. Opiskelija itse saa kokemuksen opinnäytetyön tekemisestä ja kartuttaa osaamistaan mielenterveyskuntoutujien kanssa työskentelestä.



### **5.3 Opinnäytetyön pääkäsitteet**

Opinnäytetyön pääkäsitteet ovat käsitteitä, jotka ovat pohjana opinnäytetyön tekemiselle ja tarkoitukselle. Tämän opinnäytetyön pääkäsitteet liittyvät yhteisöön, sosiaalisen kanssakäymiseen ja kuntoutumiseen. Näitä käsitteitä ovat osallisuus, vertaistuki ja sosiaalinen kuntoutus. Käsitteet esiintyivät haastattelujen teema-alueissa ja niitä hyödynnettiin myös haastatteluja analysoidessa, jotta aineistosta saatiin opinnäytetyön tutkimuskysymysten kannalta hyödyllinen sisältö irti.

#### **5.3.1 Osallisuus käsitteenä**

Osallisuus ymmärretään tunteena, joka syntyy kun ihminen on osallisena jossakin yhteisössä. Yhteisö voi muodostua esimerkiksi opiskelun tai työn kautta. Osallisuus ilmenee yhteisössä jäsenten välisenä arvostuksena, tasavertaisuutena, luottamuksena ja mahdollisuutena vaikuttaa omassa yhteisössä. Osallisuuden aste ja yhteiskunnallinen aktiivisuus vaihtelevat elämäntilanteiden mukaisesti. On katsottu, että osallisuuden kokemukset ja sosiaaliset verkostot voivat toimia suojaavina tekijöinä syrjäytymistä vastaan. (THL 2015.)

#### **5.3.2 Vertaistuki käsitteenä**

Vertaistuesta on olemassa paljon painotuksiltaan poikkeavia määritelmiä. Kaikille määritelmille on kuitenkin yhteistä se, että vertaistuki liitetään johonkin ongelmaan tai elämäntilanteeseen. Tuen ja auttamisen vastavuoroisuus liitetään vertaistuen määritelmiin. Vertaistuki perustuu osapuolten omiin kokemuksiin, täten vertaistuki ja ammattiapu ovat eri asioita. Rinnakkain ne voivat kuitenkin toimia ja tukea toistensa vaikutuksia. (THL 2016.)

Vertaistuessa samankaltaisia prosesseja tai elämäntilannetta läpikäyvää ihmistä tukevat toisiaan. Vertaistukeen liitetään kokemusten vaihtoa. Vertaistukea voidaan määritellä myös voimaantumisenä ja muutosprosessina, jonka kautta ihminen löytää ja oppii tunnistamaan

omat voimavaransa ja vahvuutensa sekä oppii kantamaan vastuuta omasta elämästään. (THL 2016.)

### **5.3.3 Sosiaalinen kuntoutus käsitteenä**

Sosiaalinen kuntoutus on palvelua, joka yhdistää yksilöllisen ja toiminnallisen tuen. Sosiaalista kuntoutusta voidaan järjestää sosiaalityön ja -ohjauksen keinoin. Sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen, syrjäytymisen torjuminen, osallisuuden edistäminen, harjoittelu arkipäivien toiminnoista suoriutumiseen ovat sosiaalisen kuntoutuksen tarkoituksia. (THL 2015.)

## **5.4 Tutkimuskysymykset**

Tässä luvussa esitellään opinnäytetyön tutkimuskysymykset, joita opinnäytetyössä on tarkoituksena selvittää. Tutkimuskysymykset laadittiin jo tutkimussuunnitelmavaiheessa. Tutkimuskysymyksiä on hyödynnetty opinnäytetyön haastatteluja analysoidessa.

1. Miten Attendo Lehtorannankodin asukkaat kuvaavat kokemuksiaan yhteisöllisyydestä muodostamassaan yhteisössään?
2. Miten Attendo Lehtorannankodin asukkaat kuvaavat kokemuksia vertaistuesta ja osallisuudesta yhteisössään?
3. Miten yhteisön jäsen kokee vertaistuen ja osallisuuden edistävän kuntoutumistaan?
4. Miten opinnäytetyön vastauksia voidaan hyödyntää Attendo Lehtorannankodin kehittämissä?

## **6 OPINNÄYTETYÖN LUONNE JA MENETELMÄT**

Tässä luvussa kerrotaan opinnäytetyön luonteesta ja menetelmistä, joita käyttäen opinnäytetyö on toteutettu. Luvussa käytetään lähteitä eri vuosikymmeniltä. Opinnäytetyötä tehdessä on tarkistettu, että lähteet ovat edelleen käyttökelpoisia, eivätkä ne ole saaneet osakseen sellaista kritiikkiä, jonka vuoksi niitä ei enää voisi käyttää.

### **6.1 Laadullinen tutkimus**

Laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen kohteet tai ilmiöt ovat siten abstrakteja, että niitä ei voi määrällisen tutkimuksen keinoin tutkia. Laadullinen tutkimus soveltuu hyvin kun kohde on jonkun tapahtuman yksityiskohtainen rakenne, eikä tutkittavaa kohdetta voi jakaa yleisluontoisesti. Laadullisessa tutkimuksessa kiinnostuksen kohde on tietyissä tapahtumissa mukana olleiden toimijoiden merkityksessä ja tutkittava kohde on sillä tavalla luonnollinen tilanne, ettei siitä voi järjestää koetta tai pystytäkään kontrolloimaan läheskään kaikkia vaikuttavia tekijöitä. Syy-seuraussuhteita tutkiessa laadullinen tutkimus käy myös hyvin, etenkin kun tutkittavaa tapahtumaa tai ilmiötä ei voi tutkia kokeen avulla. (Metsämuuronen 2006, 84.)

Opinnäytetyössäni tutkimuskohteena ovat Attendo Lehtorannankodin asukkaat ja heidän kokemuksensa yhteisöstään. Tutkimuskohteen ollessa ihmiset ja heidän yksittäiset kokemuksensa, vastaukset pohjautuvat ihmisten omiin kokemuksiinsa. Kokemukset voivat vaihdella eri ihmisten kesken hyvin suuresti, mm. pohjautuen ihmisen temperamenttiin ja luonteenpiirteisiin. Opinnäytetyön tutkimuskohdetta ei voi järjestää kokeeksi, eikä kohteeseen merkittäviä tekijöitä voi kontrolloida. Vastaukset voivat myös pohjautua yksittäisten tapahtumien syy-seuraussuhteisiin, eikä niitä voi tutkia kokeen avulla.

### **6.2 Tapaustutkimus**

Tapaus tutkimus eli empiirinen tutkimus on tutkimus, jossa monipuolisia ja useilla eri tavoilla hankittuja tietoja hyödyntäen tutkitaan tapahtumaa tai toimivaa ympäristössensä toimivaa ihmistä. Tapauksen esimerkkinä voi olla mikä tahansa, kuten yksilö, ryhmä jne. Monipuolinen

tiedon kerryttäminen kohteesta on osa tapaustutkimusta. Tapaustutkimuksessa pyritään ymmärtämään ilmiötä. Empiirinen tutkimus tarjoaa luonnollisen pohjan yleistämiselle, mikä on sallittua. Tapaustutkimuksen aineisto muodostaa materiaalin, josta voidaan tehdä erityyppisiä tulkintoja. Tutkimuksen lähtökohta voi olla usein toiminnallinen ja niiden tuloksia sovelletaan myös käytännössä. Tapaustutkimuksen raportti voidaan kirjoittaa kansantajuisesti, välttäen tiedeslangia. Tapaustutkimus palvelee monenlaisia lukijakuntia. Tapaustutkimuksen raportti sallii lukijalleen tehdä omiakin johtopäätöksiä aineistosta ja tuloksista. Kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen metodologian tiedonhankinnan strategioista tapaustutkimus on keskeisin. (Metsämuuronen 2006, 91–92).

### **6.3 Haastattelu aineistonhankintavälineenä**

Tutkimuksen osana haastattelu on vuorovaikutustilanne, jolle tyypillinen piirre on se, että haastattelu on ennalta suunniteltu tapahtuma. Haastattelijan rooliin kuuluu tuntea kohteensa. Haastattelija onkin tutustunut siihen niin käytännössä kuin teorian pohjalta. Haastattelija panee alulle haastattelun ja toimii ohjaajana haastattelussa. Haastateltavan motivointi ja haastattelun ylläpito kuuluu haastattelijan rooliin. Haastattelija tuntee roolinsa ja siihen liittyvät luottavuuden kysymykset. Aineiston saamisen kannalta haastateltavan on kyettävä luottamaan haastattelijaan. (Metsämuuronen 2006, 112–114.)

Ennen haastattelujen tekemistä perehdyin huolellisesti teema-alueisiin. Lisäksi perehdyin teemahaastattelun menetelmiin, joita haastattelu tilanteessa käytin. Minulla oli ennen haastatteluja työkokemusta Attendo Lehtorannankodista vuoden ajalta, minkä vuoksi Attendo Lehtorannankodin asukkaat, yhteisö ja toiminta olivat minulle tuttuja. Tämä mahdollisti haastateltavien motivoinnin ja ohjaamisen. Haastattelut etenivät teema-alue kerrallaan. Teema-alueissa haastateltavaa pyydettiin pohtimaan kokemuksiaan kunkin teema-alueen aihepiiristä. Kokemusten ollessa kyseessä, haastateltavasta riippuen vastauksien pituus vaihteli teema-alueittain. Osa koki jotkut alueet sellaisina, että eivät osanneet vastata niihin ollenkaan, kun taas muihin alueisiin tuli runsaasti vastauksia. Haastattelija itse pyrki ohjaamaan tarpeen mukaan haastateltavaa pysymään teema-alueen aihepiirissä. Haastateltavien erilaisten kognitiivisten tasojen vuoksi haastattelija auttoi tarpeen mukaan esimerkiksi esittämällä apukysymyksiä.

Haastattelijana sitouduin siihen, että ketään haastateltavista ei voi tunnistaa varsinaisesta opinnäytetyöstä ja että olen vaitiolovelvollinen haastateltavien vastauksista kysymyksiin. Haastateltavat valittiin vapaaehtoisuuden perusteella. Haastattelijana motivoin haastateltavia suostumaan haastatteluun. Motivoinnin välineinä käytin mm. uuden tiedon tuottamista ja yhteisön kehittämistä. Motivointi ei kuitenkaan johtanut siihen, että haastateltava olisi ollut vastoin tahtoaan haastattelutilanteessa.

## 6.4 Teemahaastattelu

Tämän opinnäytetyön haastattelut toteutettiin teemahaastattelujen avulla. Haastattelun avulla pyrittiin keräämään sellaista tietoa, jonka pohjalta voi luontevasti tehdä tutkittavaa ilmiötä koskevia päätelmiä. Teemahaastattelua käytettäessä ollaan kiinnostuneempia tutkimuksen kohteena olevan ilmiön perusluonteesta ja ominaisuuksista sekä hypoteesin löytämisestä kuin ennalta asetettujen hypoteesien tunnistamisesta. Haastattelurunko muodostuu teema-alueuettelosta. Teemahaastatteluun ei kuulu yksityiskohtaisen kysymysluettelon laatimista. Teema-alueuettelot ovat opinnäytetyön pääkäsitteiden muodostamia alaluokkia. Teema-alueet ovat pelkistetympiä ja yksityiskohtaisempia kuin ongelmat. Teema-alueet toimivat haastattelijan muistilistana ja keskustelua ohjaavina kiintopisteinä haastattelutilanteessa. Teema-alueiden pohjalta haastattelijalla voi jatkaa ja syventää keskustelua tutkimuksen kannalta olennaisiin asioihin, mikäli haastateltavalla on tähän edellytyksiä ja kiinnostusta. (Hirsjärvi & Hurme 1994, 38–46.)

Haastattelijan rooliin kuuluu haastateltavan ohjaaminen niille teema-alueille, jotka haastattelijalla on ennen haastattelua määritellyt. Haastattelutilanteessa on myös sallittua, että haastateltava voi itse ohjata keskustelua ja kertoa enemmän jostakin teema-alueesta kuin toisesta. (Hirsjärvi & Hurme 1994, 43–45.)

Laadin teema-alueuettelon, jotka käsittelivät opinnäytetyön tavoitteiden ja pääkäsitteiden kannalta merkityksellisiä kohteita. Teema-alueet toimivat varsinaisessa haastattelutilanteessa hyvin haastattelijan muistilistana ja keskustelua ohjaavina tekijöinä. Teemahaastattelu antoi hyvin tilaa haastateltavien yksilöllisille eroille. Muutamien haastateltavien kanssa oli helpompaa käydä teema-alueet sellaisinaan läpi ja päättää haastattelu. Toisaalta muutamat taas kertoivat huomattavan paljon yksittäisistä teema-alueista, jolloin muut alueet jäivät vähem-

mälle huomiolle. Kokemuksia kartoittaessa tämä on luonnollista. Toisaalta keskustelu rönkyli välillä sellaisille alueille, etteivät ne opinnäytetyön kannalta olleet millään tavalla merkityksellisiä. Teema-alueisiin helppo palata, kun niistä haastattelijaa muistutti.

## 6.5 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi

Aineistolähtöistä sisällönanalyysia on kuvattu karkeasti kolmevaiheiseksi prosessiksi, johon kuuluu 1) aineiston redusointi eli pelkistäminen, 2) aineiston klusterointi eli ryhmittely ja 3) abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen. Sarajärvi ja Tuomi (2013, 108) esittelevät aineistolähtöisen sisällönanalyysin etenemistä seuraavanlaisesti:

1. Haastattelujen kuunteleminen ja aukikirjoitus sana sanalta
2. Haastattelujen lukeminen ja sisältöön perehtymien
3. Pelkistettyjen ilmausten etsiminen ja alleviivaminen
4. Pelkistettyjen ilmausten listaaminen
5. Samankaltaisuuksien ja eroavaisuuksien etsiminen pelkistetyistä ilmauksista
6. Pelkistettyjen ilmauksien yhdistäminen ja alaluokkien muodostaminen
7. Alaluokkien yhdistäminen ja yläluokkien muodostuminen niistä (Sarajärvi & Tuomi 2013, 111–120.)

Kaikki haastattelut nauhoitettiin ja aukikirjoitettiin sana sanalta. Sen jälkeen perehdyin aineistoon. Pyrin olemaan muodostamatta aineistosta tässä vaiheessa hypoteesia. Aukikirjoitetusta materiaalista lähdin etsimään pelkistettyjä ilmaisuja ja merkitsin ne lihavoimalla. Pelkistetyt ilmaukset valittiin niillä perusteella, että ne liittyivät opinnäytetyön aiheeseen, tavoitteeseen tai pääkäsitteisiin ja ne olivat sellaisinaan ymmärrettäviä eikä niistä voinut tehdä sellaista tulkintaa, etteikö haastateltava olisi juuri niin tarkoittanut.

Pelkistetyistä ilmauksista muodostui alaluokkia. Alaluokkia olivat ne, jotka toistuivat lähes kaikissa haastatteluissa ja joiden perusteella aineistoa oli luonnollista luokitella. Alaluokat yhdistämällä syntyi yläluokkia. Yläluokat olivat lähellä opinnäytetyön tavoitteita ja pääkäsitteitä. Lopulta haastatteluaineistosta syntyi kokoavia käsitteitä ja lopulta itse tulos. Liitteestä (LII-TE 1) löytyy havainnollistettu esimerkki prosessista.

## 6.6 Opinnäytetön luotettavuus

Olen itse työskennellyt Attendo Lehtorannankodissa noin vuoden. Työkokemuksen kautta olen oppinut tuntemaan sekä asukkaat että heidän muodostaman yhteisönsä. Lisäksi tunnen tarkalleen Attendo Lehtorannankodin ryhmätoiminnan ja muun yhteisöllisen toiminnan, mikä ehdottomasti helpotti haastattelujen tekemistä sekä tuo luotettavuutta opinnäytetyön tuloksille. Toisaalta se, että haastattelutilanteessakin olin ammatillisessa suhteessa haastateltaviin, voi toimia myös luotettavuuden vähentäjänä. Haastateltavat eivät välttämättä tuoneet kaikkia asioita ilmi, niihin puuttumisen pelossa.

Opinnäytetyön tekijän omat arvot saattavat myös vaikuttaa lopputulokseen. Ammatillisesti työsuhteessa oleva haastattelija ei välttämättä ole paras mahdollinen opinnäytetyön tekijä objektiivisuuden kannalta. En kuitenkaan itse huomannut omassa työskentelyssäni esimerkiksi haastattelutilanteissa, että olisin ohjannut keskustelua liikaa tai esimerkiksi pois sellaisilta alueilta, jotka opinnäytetyön tulosten objektiivisuuden kannalta olisivat välttämättömiä, mutta työntekijän ja sitä kautta yrityksen edustajan näkökulmasta esimerkiksi kiusallisia. Tämä opinnäytetyö on tehty vain ensisijaisesti Attendo Lehtorannankodin käyttöön. En suosittele, että opinnäytetyön tuloksia suoraan verrataan muihin asumispalveluyksiköiden yhteisöihin.

## 7 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

Tässä luvussa käydään läpi haastattelujen analysoinnin pohjalta saadut opinnäytetyön tulokset. Tulokset ovat listattu opinnäytetyön tutkimusongelmien mukaan.

### 7.1 Attendo Lehtorannankodin asukkaiden kuvauksia kokemuksistaan yhteisöllisyydestä

Kokemukset yhteisöllisyydestä vaihtelivat vastaajien kesken. Tähän vaikuttivat selkeästi ihmisten erilaiset temperamentti erot ja luonteenpiirteet, joiden tunnistaminen haastattelijalle oli selkeää aiemman työkokemuksen vuoksi. Toisille on luontevampaa olla suuressakin porukassa kuin toisille.

Tullessani tänne asumaan, vierailin useita kertoja sisareni luona. Nykyään olen löytänyt myös täältä juttukavereita on myös löytynyt muutamia semmosia joiden kanssa on päässyt muodostamaan ystävyysuhteitaki.

Yhteisöä kuvailtiin pääosin positiiviseksi, omaa kuntoutumista tukevaksi asiaksi. Kaikki haastateltavat mainitsivat kokevansa yhteisön turvalliseksi sekä luovan sellaisen alustan, jossa itse kuntoutuminen on mahdollista. Toisaalta yhteisöllisyyteen liitettiin myös haasteita.

Kyllä täällä semmonen turva on ja sitte ku sitä ajattellee niin kaikkihan me asukkaat ollaan sillain samassa veneessä täällä, että kaikilla on ne omat haasteet ja joku juttu miksi me täällä ollaan että monenlaista porukkaa mutta siltikin on se joku juttu miksi ylipäänsä on täällä

Haastateltavat ovat muodostaneet yhteisössä myös tiiviitä ystävyysuhteita. Toisaalta kiinnittyminen yhteisöön koettiin haastavana, koska kuntoutumisen yhtenä tärkeimpänä päämääränä on itsenäinen eläminen ilman Attendo Lehtorannankodin yhteisöä tai palveluita. Tämä tuli esiin etenkin niiden kohdalla, joiden asuminen Attendo Lehtorannankodissa oli pian tulossa arvioitavaksi eli jatkavatko he asumisistaan edelleen Attendo Lehtorannankodissa vai jossakin muualla esimerkiksi itsenäisesti omassa asunnossaan.



Niin onhan täältä saanu nuita kavereita ja ihanaa on nähä niitä jotka on joskus aiemmin lähteny pois ja sitte ku ne tulee käymään tai soittaa että toivoo että sitä sitten vois myös olla kaveri senkin jälkeen kun täältä on ite joutunut lähtee

Kyllä määh tässä haluaisin olla vaikka kuolemaani asti ku mulla on pitkästä aikaa semmonen paikka missä oikiasti on hyvä olla ja apua saatavilla ku hätä tulee. Kyllä sitä sitte tullee tätä porukkaa aivan ikävä ja jotenki tuntuu etten määh muualla oikeen pärijäiskään ja jotenki se että ku tästä on tullu itelle koti niin se on sitte hirviää että toiset voi päättää siitä että millon oot tarpeeksi hyvässä kunnossa että voit kotis jättää ja sitte ossaako ne oikiasti arvioija oikeen miten minä pärijään?

## **7.2 Attendo Lehtorannankodin aukkaiden kuvauksia kokemuksistaan vertaistuesta ja osallisuudesta**

Haastattelutilanteessa tema-alue vertaistuesta ja osallisuudesta tuotti vastaajille haastetta. Haastattelijan olikin usein pilkottava tema-alue useisiin apukysymyksiin auttaakseen vastajia saamaan vastaukseen itse asiaan. Apukysymykset pohjautuivat haastattelijan omaan tietoon haastateltavan elämästä ja apukysymykset sisälsivätkin usein havainnollistetun esimerkin. Haastateltava 1 kuvaili saavansa jonkin verran vertaistukea. Esimerkillinen havainnollistaminen ei kuitenkaan onnistunut. Muutamat haastateltavat kokivat, että eivät halua puhua omista asioistaan muille asukastovereilleen, joten vertaistukea ei siten myöskään koettu yhteisössä.

Sehän on niin, että ei noille muille potilaskavereille voi omista asioista puhua, sehän vaan rasittais niitä eikä ne ymmärtäis välttämättä minkälaista mun elämä on, että hoitajille tietekin puhun

Ei mua kiinnosta puhua muille mun jutuista, että kivahan sitä on viettää aikaa just sillai tehdä jotaki mukavaa porukalla vaikka käsitöitä mutta en määh sitte semmosista henkilökohtasista asioista muille ossaa puhua että ohjaajille sitte puhun näistä kai sitä pian vaa kävis taakaksiki muille ku rupiais näitä omia juttuja kertomaan

Vertaistukea kuvailtiin saavan silloin, kun haastateltava oli muodostanut yhteisön sisällä tiiviimmän suhteen asukastoveriin. Suhdetta kuvailtiin ystävyudeksi. Kuitenkaan kaikki haastateltavat eivät olleet tällaista suhdetta muodostaneet, vaan he kuvailivat suhdettaan muihin asukastovereihin tuttavalliseksi, jolloin vertaistukea ei koettu yhteisössä.

Kyllä sitä tiettyjen ihmisten kanssa tullee puhuttua näistä sairauksista mitä meillä on. Osa taas on vähä semmosia että ei ne varmaan oikee ossaa puhuakkaan syvällisistä

asioista että ei varmaan ees ymmärrä että kuin sairaita ne on eikö se sairaudentunnottomuuski kuulu näihin juttuihin ettei tajuta sitä ommaa tilannetta nii ei semmosen kans voi puhua näistä.

### **7.3 Yhteisön jäsenten kokemukset vertaistuesta ja osallisuudesta**

Ne haastateltavat, jotka kokivat saavan vertaistukea yhteisöstä, kokivat sen myös edistävän heidän omaa kuntoutumistaan. Haastateltavat kokevat mm. löytävänsä työkaluja oman sairautensa kanssa pärjäämiseen asukastovereiltaan, mitä voidaan pitää hyvänä esimerkkinä vertaistuesta.

On tärkeää, kun saa jutella sen X:n kanssa, jolloin siinä ajatukset vaihtuu ja sitten kun sillä on niin samankaltasia kokemuksia ku mulla, mutta se on niin paljon pitempään sairastanu tätä samaa vaivaa, niin jotenkin sillä on myös niin paljon enemmän työkaluja kaikkeen, että siitä kyllä hyötyy itekin ja sitten kun sekin monesti riittää, että tietää että se toinen ymmärtää just mitä haluat sanoa että se on omalla lailla raskasta jos jolleki puhuu eikä se yhtään tajua mistä on kyse, niin eipä sitä semmoselle tuu ees puhuttua sitte.

Kyllä sitä toiselta voi oppia ja sitte oon oppinu ku on sammaa asiaa sairastavia nii oppinu myös niinku tunnistamaan että missä vaiheessa se ihminen on siinä sairaudessa ja niinku tunnistaa sitte itessäänki niitä juttuja että missä ite mennee on oppinu vähä niinku tarkkailemaan.

### **7.4 Tulosten hyödyntäminen**

Haastateltavat kokivat vaikeaksi toiminnan kehittämisen. Toisaalta haastateltavat tiesivät yhteisökokouksen merkityksen väylänä vaikuttamiseen. Haastateltavat kokivat, että heitä kuunnellaan ja heitä otetaan mukaan päätöksentekoon, jotka koskivat heitä.

Kyllä sitä nuisa yhteisökokouksissa pystyy vaikuttaa ja antamaan ideoita, mutta en minä niin oikeen ossaa kehittää mittään.

Tyypillisin toive oli, että retkiä järjestettäisiin entistä enemmän. Retkikohteita haluttiin myös itse päättää ja niihin toivottiin rahallista tukea.

Retket ois kivoja että niissä pääsee irti tästä ympäristöstä ja jotenki tuntuu että ku tästä on irti nii ihmisetki on vähä erilaisia jollain lailla.

Retkiä toivoisin enemmän, mutta ku kaikki on nii kallista että ei sitä varmaan pääse että ois kiva jos vois järjestää jottain semmosta mikä ei ois niin kallista tai että talo vaikka tukis jotenkin.

Henkilökunnan rooli koettiin tärkeäksi osaksi yhteisötoimintaa ja sitä kuvailtiin mm. auktoriteettikysymykseksi.

En määh tästä kehittämisestä niin tiiä, kun en ossaakkaan. No jottain retkiä vois olla enemmän mutta kun nekin tahtoo olla vähän kalliita, niin kaikki ei senkään vuoksi pääse jotka haluais. Sitte ois mukavaa jos henkilökuntaki osallistuis vielä enemmän kaikkiin juttuihin että ymmärrän kyllä, että osaataan me paljo itekin, mutta se on semmonen auktoriteettikysymys se henkilökunnan läsnäolo, että silloin tulee paljon porukkaa paikalle.

## 8 POHDINTA

Lähtökohta opinnäytetyössä oli oma kiinnostus työskennellä mielenterveyskuntoutujien parissa. Attendo Lehtorannankodin asukkaiden yhteisö on hyvin kirjava ja monipuolinen. Jokaisella yhteisön jäsenellä on oma elämäntarina niin takana kuin edessä. Kaikilla heillä on kuitenkin jotain yhteistä, mikä liittyy siihen, miksi he ovat Attendo Lehtorannankodin asukkaita. Yhteisössä elää niin nuoria aikuisia kuin ikääntyneitäkin ihmisiä. Sukupolvet kohtaavat yhteisössä joka päivä. Ajatuksissani mietin, että se elämäkokemus ja kokemusasiantuntijuus, mikä Attendo Lehtorannankodin asukkailla on, voi toimia suurena voimavarana kaikille yhteisön jäsenille. Tästä ajatuksesta lopulta itse opinnäytetyön aihe lähti.

Opinnäytetyön prosessi alkoi aikanaan aihepiirisuunnitelman esittämisestä ja sen hyväksynnästä. Seuraavaksi vuorossa oli tutkimussuunnitelman tekeminen ja sille hyväksynnän saaminen. Tässä vaiheessa tuntui, että viimein pääsee itse opinnäytetyöhön käsiksi. Huolellisesti tehty suunnitelma antoi hyvät valmiudet itse opinnäytetyön aloittamiselle.

Haastattelujen tekeminen oli yksi antoisimmista, mutta toisaalta haasteellisimmista vaiheista opinnäytetyön tekemisessä. Minulla ei ollut aiempaa kokemusta haastattelujen tekemisestä. Jälkikäteen ajattelen, että teema-alueita olisi saattanut olla syytä käydä läpi haastateltavien kanssa tarkemmin, joko ennen haastattelua tai siinä vaiheessa, kun haastattelun lomassa siirryttiin teema-alueelta toiseen. Toisaalta tarkempi valmistautuminen olisi voinut vaikuttaa opinnäytetyön luotettavuuden kysymyksiin vaikuttaen haastateltavien vastauksiin.

Opinnäytetyön tekemiselle haasteita loi oma tiukka aikataulu. Töiden, koulun ja opinnäytetyön yhdistäminen vaatii priorisointia. Työn tilaajalta saatu tuki helpotti työn tekemistä. Tilaa-jalta sain apua mm. lähdemateriaalin hankinnassa ja apuvälineitä haastattelujen tekemiseen (nauhuri). Lisäksi opinnäytetyön työelämäohjaajan kanssa teimme tiivistä yhteistyötä siinä vaiheessa, kun kasasin opinnäytetyötä.

Terapeuttisen yhteisön mallin ja Attendo Lehtorannankodin yhteisön kohtaaminen oli myös mielenkiintoista opinnäytetyötä tehdessä. Viitteitä terapeuttisesta yhteisön mallista löytyy paljonkin Attendo Lehtorannankodin yhteisöstä. Esimerkiksi Attendo Lehtorannankodin yhteisön toiminta on pitkälle samanlaista kuin terapeuttisen yhteisön mallissa. Jos jonkun asian katsoo

jarruttavan terapeuttisen yhteisön mallin täydellistä toteuttamista, nousee esille avoin kommunikaatio yhteisössä. Kuten tuloksista selviääkin, eivät kaikki Attendo Lehtorannankodin asukkaat ole halukkaita tuomaan asioitaan tai tuntemuksiaan esille koko yhteisölle, vaan henkilökunnalle. Haastavaa on se, miten tällaisten asukkaiden osallistaminen yhteisön jäseneksi on mahdollista. Tätä pohtiessani tuli mieleeni Tutor-asukasmalli. Toiseksi jarruttavaksi tekijäksi katson henkilökunnan roolin suhteessa henkilökunnan rooliin terapeuttisessa yhteisön mallissa. Terapeuttisen yhteisön malli haastaa henkilökunnan olemaan osa asukkaiden yhteisöä, eikä henkilökunnan rooli ole millään tapaa ylikorostettu, esimerkiksi vallan tai auktoriteetin keinoin.

Tutor-asukasmallissa uuden asukkaan saapuessa, hänelle valittaisiin tutor-asukas tai kumiasukas sellaisesta asukkaasta, joka on ollut yhteisön jäsen jo pidemmän aikaa. Tutor-asukas vastaisi uuden asukkaan perehdyttämisestä ja osallistamisesta yhteisöön. Pyrkimyksenä olisi se, että uusi asukas kohtaisi ensimmäiseksi asukkaan, joka on jo yhteisön jäsen, eikä henkilökunnan jäsentä. Tutor-asukasmallia ei tämän opinnäytetyön työstämisvaiheessa viety käytäntöön. Ehdotan jatkotutkimusaiheeksi Tutor-asukasmallin viemistä käytäntöön, sekä sen kehittämistä siitä saatujen kokemusten avulla.

Attendo Lehtorannankodin yhteisön toiminnalle tuovat toisaalta rikkautta, mutta myös haastetta eri toimintakyvyllä varustetut asukkaat. Kognitiivisten taitojen heikkeneminen luo haastetta toimia yhteisön jäsenenä. Erilaiset sairaudet taas itsessään aiheuttavat eristäytymistä muista ihmisistä, jolloin yhteisön toimintaan osallistuminen voi olla todella haastavaa.

Opinnäytetyön tulosten pohjalta voidaan päätellä, että asukkaat kokevat saavansa vertaistukea, kun he ovat muodostaneet asukastoverinsa kanssa ystävyudeksi luonnehditun suhteen. Ystävyysuhde taas syntyy luonnollisesti kahden ihmisen välille, eikä sen syntymiseen voi juurikaan vaikuttavat, muuten kuin yhteisöön osallistamisen keinoin. Vertaistuen edistämiseksi ehdotan, että Attendo Lehtorannankodissa voisi vieraila kokemusasiantuntijoita, jotka voisivat jakamalla omia kokemuksiaan ja ajatuksiaan edistää Attendo Lehtorannankodin asukkaiden kokemuksia vertaistuesta.

Opinnäytetyötä tehdessä sain kokemuksen tällaisen tehtävän tekemisestä, mistä minulla ei aiemmin ole kokemusta. Koen, että omat ammatilliset taitoni ja sosionomin kompetenssit kehittyivät työtä tehdessä. Asiakastyön osaamisen kannalta sain täysin uudenlaisen kokemuk-

sen, joka haastoi toisaalta itseni, mutta myös asukkaat. En ole aiemmin haastattelut juurikaan Attendo Lehtorannankodin asukkaita, niin nyt täytyi pyrkiä heti ensimmäisellä kerralla mahdollisimman objektiivisiin tuloksiin. Haastatteluja ja koko opinnäytetyön prosessia ajatelllessani, se kehitti omaa tutkimuksellisen kehittämisosaamisen kompetenssia. Koen, että tämän työn jälkeen olen sisäistänyt reflektiivisen, tutkivan ja kehittävän työotteen, sekä osaan tuottaa uutta, laadukasta tietoa. Attendo Lehtorannankotia ja asukkaita ajatellen toivon, että työn tietoperusta ja tulos yhdessä näyttävät suuntaa yhteisön kehittämiseksi, jotta se tukisi entistä paremmin asukkaiden kuntoutumista.

Mikäli saisin vielä mahdollisuuden tehdä työn toisin, muokkaisin ainakin teema-alueita. Vaikka teemahaastattelu itsessään ei ole tiukasti rajattu, pyrkisin löytämään vielä tehokkaampia teema-alueita opinnäytetyön tavoitteiden saavuttamiseksi.

## LÄHTEET

Attendo Lehtorannankoti. 2017. Omavalvontasuunnitelma.

Attendo Lehtorannankoti. 2017. Ryhmätoiminnan esite.

Heikkinen-Peltonen, R. Innamaa, M. & Virta, M. 2014. Mieli ja terveys. Porvoo: Bookwell Oy.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2013. Teemahaastattelu. Helsinki: Yliopistopaino.

Metsämuuronen, J. 2006. Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Sarajärvi, A. & Tuomi, J. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Vantaa: Hansaprint Oy.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2016. Osallisuus ja sen edistäminen. Saatavissa: <http://stm.fi/osallisuuden-edistaminen>. Viitattu 24.6.2017.

THL. 2015. Osallisuus. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-jaterveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus#Mitätarkoitetaan?>. Viitattu: 24.6.2017.

THL. 2016. Vammaispalvelujen käsikirja. Vertaistuki. Www-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/vertaistuki>. Viitattu 24.6.2017.

THL. 2015. Lapsi, nuoret ja perheet. Sosiaalinen kuntoutus. Www-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/sosiaalipalvelut/sosiaalinen-kutoutus>. Viitattu 24.6.2017.

## Aineistolähtöisen sisällönanalyysin esimerkkimallinnus

Tässä liitteessä on esitelty esimerkin avulla aineistolähtöisen sisällönanalyysin vaiheet opinnäytetyön aineiston analysoinnissa. Esimerkki on valittu satunnaisotannalla opinnäytetyön haastattelumateriaalista. Ensimmäiseksi haastattelut nauhoitettiin, jonka jälkeen ne aukikirjoitettiin sana sanalta:

No niin nyt ihan ensimmäiseksi niin kuin kauan nää oot asunu täällä? ”Tulinkohan mää Maaliskuun lopulla” No näinhän se oli. Ja asut siis täällä alakerrassa elikä tehostetussa palveluasumisessa. ”mm”. Mihin ryhmätoimintaan nää osallistut? **”Keittiötoihin ja siivoukseen ja musiikkituokio jonkun verran joo”** Tuleeko muita mieleen jos helpottaa ajatella esim sellain että mitä kaikkea täällä on esim maantaina bingo, tiistaina musiikki-ryhmä, keskiviikkona rentoutus. **”Joo niin joo näitä siis kyllä bingoon, musiikkituokioon, yhteisökokouksiin, leivonnasta en oo niin välttänyt”.**”Joo” Kun sää oot vasta tullut, nii oliko sulla helppo tulla tähän yhteisöön. ”Joo no ei se aivan helppoa ollut mutta aika helppoa”. Kyllä. No miten sää niinku koet nuo muut asukas toverit. **”No ihan mukavia, että kyllä se on mukavaa sellain että on muitaki ihmisiä tylsää kait sitä olis jos täällä olis ainoana asukkina”**

Minkälaisia haasteita yhteisö on sulle tuonu. **”No ei sitä aina kaikkien kanssa niinku osaa olla sellain, kun on erilaisia tyyppejä”** Ookko nää löytänyt täältä kavereita itelle ”joo” **Ketä esimerkiksi ”X ja Y ja Z ja kaikkia ja sitten on tuo yks eli B”** Joo. Kyllä. Haluaisikko nää jollain lailla kehittää tätä paikkaa. **”No en mää ossaa sanoa kai sitä jotaki ois kiva aina tehdä mutta kun ei sitä aina itekää jaksaa kaikkeen lähtiä nyt on kyllä aika hyvä tilanne mun mielestä”.** Joo. Miten sää kuvailisit sun omaa osaa tässä yhteisössä? ”niinku miten?” Koetko että oot **oman paikkasi löytänyt?** **”Juu olen kyllä, että sellain vastaanottavaista porukkaa on, että tietenki ihmisestäkin se on aina kiinni”.** No mites sitten kun tännehän tullaan kuntoutumaan, niin mitä tuo yhteisön toiminta on antanut sulle? **”No virikkeitä että on kiva kun voi tehdä asioita ja saada hetkeksi ne sairauden tuomat ajatukset sivulle ja jopa unohtaa ne niin se on kyllä semmonen että sitä jaksaa sitten taas kun paha päivä koittaa”.**

Seuraavassa vaiheessa perehdyin haastatteluaineistoon lukemalla sen useampaan otteeseen. Kun aineisto oli sisäistetty, rupesin etsimään aineistosta sellaisia pelkistettyjä ilmauksia, jotka opinnäytetyön kannalta ovat merkityksellisiä. Merkityksellisiksi laskin sellaiset ilmaukset, jotka liittyivät opinnäytetyön tavoitteisiin, yhteisön toimintaan ja opinnäytetyön pääkäsitteisiin. Pelkistetyt ilmaukset olivat sellaisia, että ne olivat hyvin ymmärrettäviä, eikä niistä voi tehdä toisenlaista tulkintaa. Käytin tekstin lihavoitinta apuna merkitsemään pelkistetyt ilmaukset.



Sen jälkeen, kun koko opinnäytetyön haastattelumateriaali oli käyty läpi ja lihavoitu pelkistetyt ilmaukset, kasasin ne yhteen. Tällöin materiaalista poistui sellainen osa, jolla ei opinnäytetyön tavoitteiden ja pääkäsitteiden kannalta ollut merkitystä, tämä helpotti olennaisesti aineiston jatkoanalysointia.

Samankaltaisuuksien ja eroavaisuuksien etsiminen oli seuraavaksi vuorossa. Esimerkiksi kokemukset vertaistuesta vaihtelivat vastaajien kesken. Vertaistuesta muodostuikin ensimmäinen alaluokka. Alaluokan alle kasasin kaiken materiaalin, joka liittyi vertaistukeen. Muut alaluokat olivat opinnäytetyön pääkäsitteitä paitsi ”ihmissuhteet” –alaluokka. Alaluokat yhdistämällä sain aikaiseksi yläluokat. Yläluokkien nimet asetin kysymysmuotoon ja ne ovat sellaisinaan luvussa 7 luvun alaotsikkoina.

.

## **TUTKIMUSSUUNNITELMA**

**Mielenterveyskuntoutujien kokemuksia yhteisöstään Attendo Lehtoran-  
nankodissa**

**Juuso Junttila  
Centria AMK  
Sosionomi (AMK)  
Huhtikuu 2017**

## SISÄLLYS

JOHDANTO.....	1
1. ATTENDO LEHTORANNANKOTI .....	2
1.1 Asumisen portaat Attendo Lehtorannankodissa .....	2
1.2 Tukiasuminen.....	3
1.3 Palveluasuminen.....	4
1.4 Tehostettu palveluasuminen.....	5
2. TUTKIMUSKYSYMYKSET JA PÄÄKÄSITTEET .....	6
2.1 Pääkäsitteet .....	6
2.2 Osallisuus.....	6
2.3 Vertaistuki.....	7
2.4 Sosiaalinen kuntoutus.....	7
3. OPINNÄYTETYÖN MENTELMIÄ.....	8
3.1 Laadullinen tutkimus .....	8
3.2. Tapaustutkimus .....	8
3.3. Haastattelu aineiston hankinta metodina .....	9
3.4 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi .....	10
4. OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET .....	12
LÄHTEET	
LIITTEET	

## JOHDANTO

Tutkimussuunnitelmassa esitellään suunnitelman pohjalta tehtävä opinnäytetyö. Opinnäytetyö on määritelmältään laadullinen tutkimus. Opinnäytetyö toteutetaan empiirisen tutkimuksen keinoin. Aineisto hankitaan haastattelemalla Attendo Lehtorannankodin asiakkaita. Haastattelu toteutetaan teemahaastattelun keinoin ja analysoidaan sisältölähtöisen aineistoanalyysin mukaan.

Opinnäytetyön aiheena on mielenterveyskuntoutujien kokemuksia yhteisöstään Attendo Lehtorannankodissa. Opinnäytetyössä tarkastellaan Attendo Lehtorannankodin asiakkaiden muodostamaa yhteisöä. Opinnäytetyön pääkäsitteitä ovat vertaistuki, osallisuus ja sosiaalinen kuntoutus. Opinnäytetyön tavoitteena on tukea ja edistää Attendo Lehtorannankodin asiakkaiden kuntoutumista, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä tuottamalla tietoa siitä, minkälainen suhde asiakkailla on yhteisöönsä ja kuinka asiakkaat hyödyntävät tai hyötyvät yhteisöstään suhteessa osallisuuteen, yhteisöllisyyteen ja omaan kuntoutumiseensa.

Sosiaali- ja terveyspolitiikan strategian yksi painopisteistä on osallisuuden, yhteisöllisyyden ja työkyvyn lisäämisessä. Osallisuus ja yhteisöllisyys ovat myös käsitteitä, joita sosiaali- ja terveysalan kärkihankkeissa esiintyy. (STM 2016). Opinnäytetyössä pääkäsitteinä toimivat osallisuus, yhteisöllisyys ja sosiaalinen kuntoutus. Opinnäytetyön aihe ja sisältö on ajankohtainen suhteessa meneillä olevaan sosiaali- ja terveysalan politiikkaan ja kärkihankkeisiin.

## **1 ATTENDO LEHTORANNANKOTI**

Attendo Donum Oy on mielenterveyskuntoutujien asumispalveluja tuottava yritys Oulussa. Attendo Donum Oy toimii nimellä Attendo Lehtorannankoti. Attendo Lehtorannankoti tarjoaa mielenterveysasiakkaille asumista kolmessa eri asumisen muodossa, asiakkaan toimintakyvyn mukaan. Attendo Lehtorannankodin tavoitteena on mahdollistaa asiakkaille kuntoutumisen portaittainen eteneminen mahdollisimman kodinomaisessa ympäristössä. Kolmiportainen asuminen antaa mahdollisuuden asiakkaalle aloittaa ensin raskaimmasta palvelumuodosta ja kuntoutua kohti kevyintä palvelumuotoa tutussa ja turvallisessa ympäristössä säilyttäen kontaktin samaan henkilökuntaan.

Attendo Lehtorannan yksi tärkeimmistä kuntoutuksen edistämisestä on yhteisökuntoutus. Yhteisökuntoutus näkyy päivittäisessä toiminnassa. Asiakkaat osallistuvat aktiivisesti omalla työpanoksellaan yhteisön askareisiin. Yksityisen sektorin palveluntuottajien kilpailun kiristytessä, Attendo Lehtorannankodin tärkeimmäksi kilpailukyvyksi on muodostunut asiakkaiden edistysellinen kuntouttaminen. Asiakkaan kuntoutumisen edistäminen on yksi opinnäytetyön näkökulmista.

Attendo Lehtorannankodissa on yhteensä 53 asiakaspaikkaa, jotka jakautuvat eri palveluporveille. Attendo Lehtorannankodin asukkaat muodostavat yhdessä yhteisön, jota opinnäytetyössä tarkastellaan. Attendo Lehtorannankoti on osa Attendo –yriyskonsernia, joka on pohjoismainen suuri hyvinvointi- ja terveystalvveluja tuottava yritys.

### **1.1 Asumisen muodot Attendo Lehtorannankodissa**

Attendo Lehtorannankodissa voi saada kuntoutusta kolmessa eri asumisen muodossa. Näitä asumisen muotoja ovat tuettu asuminen, palveluasuminen ja tehostettu palveluasuminen. Edellä mainitut muodot on lueteltu kevyemmästä palvelumuodosta raskaimpaan muotoon. Attendo Lehtorannankodin menestyksen mahdollisuus on siinä, että se pyrkii tarjoamaan

mahdollisimman monelle mielenterveyskuntoutujalle asumispalveluja – toimintakyvystä riippumatta. Yleensä asiakas aloittaa asumisensa tehostetun

palveluasumisen muodossa jatkaen siitä toimintakyvynsä mukaan kevyemmille asumismuodoille. Joissakin tapauksissa asiakas voi muuttaa myös suoraan esimerkiksi palveluasumisen asiakkaaksi, mikäli hänen toimintakykynsä arvioidaan olemaan sen mukainen. (Gül 2017.)

## **1.2 Tukiasuminen Attendo Lehtorannankodissa**

Tuetun asumisen asiakkaaksi ohjaututaan pääasiassa eri sosiaali- ja terveydenhuollon toimijoiden kautta. Läheiset tai asukas itse voivat myös ottaa yhteyttä asiakkaan tuen tarpeeseen liittyen. Asiakas ohjautuu hänen kannalta olevaan tarkoituksenmukaisimpaan palveluun palvelun ostavan kunnan tai asiakkaan palvelusuunnitelmaan ja yhteisiin neuvotteluihin sekä asiakkaan koeaikaan perustuen. (Gül 2017)

Tuetun asumisen tehtävänä on asiakkaan itsenäisen suoriutumisen ja kotona asumisen tukeminen. Elämänhallintaitoja sekä arjen sujumista tuetaan henkilökohtaisella ohjauksella. Tuettu asuminen edustaa itsenäisintä asumisen muotoa: kuntoutuja asuu yksityis- tai tukiasunnossa. Seuraavat kriteerit ohjaavat tuetun asumisen asiakkuutta: Asiakkaalla on oma motivaatio ottaa vastaan tuetun asumisen ohjaajien tukea. Asukas selviytyy päivittäistoiminnosta pääosin itsenäisesti, esimerkiksi heräämisestä, pukeutumista peseytymisestä ja ruokailuista. Tuen tarve ei ole ympärivuorokautista. Asiakas kykenee toimimaan ohjattuna ja hyötyy ohjauksellisesta tuesta. Asiakas kykenee yhteistyöhön ja sitoutuu sovittuihin asioihin. Tuetun asumisen toiminta vastaa asiakkaan tarpeeseen, joko yksin tai yhdessä muiden tukipalveluiden kanssa. Asiakkaan tuen tarve johtuu pääosin mielenterveysongelmasta, ei somaattisesta sairaudesta tai fyysisen toimintakyvyn rajoitteesta. Asiakkaan toimintakykyä voidaan ylläpitää ja edistää tuetun asumisen toiminnalla. Tuetun asumisen ohjaajien tuella voidaan vähentää tai ennaltaehkäistä raskaamman tuen tai hoidon tarvetta. (Gül 2017.)

Tuetun asumisen asiakastyö sisältää sekä ohjaukseyntejä asiakkaan kotona, että kodin ulkopuolella. Sovittujen ohjaukseyntien lisäksi asiakkaalla on mahdollisuus ottaa yhteyttä henkilökuntaan puhelimitse ympärivuorokauden. Tuetun asumisen asiakkaat osallistuvat myös aktiivisesti Attendo Lehtorannankodin toimintaan ja ovat osa sen yhteisöä. Parhaimmillaan tuetun asumisen toiminta yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa mahdollistaa mielenterveyskuntoutujan asumisen ja täysipainoisen elämän omassa kodissa mahdollisimman pitkään. (Gül 2017.)

### **1.3 Palveluasuminen Attendo Lehtorannankodissa**

Palveluasuminen ja tehostettu palveluasuminen järjestetään tarkoitukseen varatuissa asumispalveluyksiköissä. Palveluasumisessa asiakas tarvitsee mielenterveysongelmansa vuoksi intensiivistä ja pitkäjänteistä kuntoutusta omatoimisuuden ja sosiaalisten suhteidensa ylläpitämiseksi ja vahvistamiseksi sekä asumisensa tueksi. Palveluasuminen voi olla yhteisöllistä asumista ryhmäkotityyppisessä yksiössä Lehtorannankodissa tai palveluasumista itsenäisessä asunnossa Metsolan kartanossa Lehtorannankodin välittömässä läheisyydessä. (Gül 2017)

Palveluasumisen asiakkaalle laaditaan asiakaslähtöisiin tarpeisiin keskittyvä asumisensuunnitelma. Jokaisella palveluasumisen asiakkaalla on oma nimetty ohjaaja. Henkilöstä on paikalla joka päivä 7.00-21.00 välillä, jolloin ohjaaja tukee asiakasta erilaisissa toiminnoissa asumisensuunnitelman mukaisesti. Ohjaaja tukee ja tarvittaessa avustaa asiakasta erilaisissa päivittäisissä toiminnoissa kuten; henkilökohtaisessa hygieniassa, ruokailussa, siivouksessa ja pyykinpesussa. Palveluasumisen asiakkaalla on oikeus osallistua ryhmätoimintoihin. Asiakkaan lääkehoidosta huolehtii tarvittaessa Attendo Lehtorannankodissa työskentelevä sairaanhoitaja. Palveluasumisen asiakkaan terveydentilaa seurataan huolellisesti ja tarvittaessa järjestetään terveydenhuollon palveluita. Henkilökunta tukee aktiivisesti palveluasumisen asiakkaan yhteyden pitoa omaisiin ja ystäviin. Asiakkaalla on mahdollista osallistua Lehtorannankodin ruokailuihin. Palveluasumisessa kuitenkin kannustetaan kokeilemaan itsenäistä ruoanlaittoa tarvittaessa ohjaajan tukemana. Ilta- ja yöaikaan henkilökunta on tavoitettavissa tarvittaessa puhelimen kautta ympärivuorokauden. (Gül 2017.)

#### **1.4 Tehostettu palveluasuminen Attendo Lehtorannankodissa**

Tehostetussa palveluasumisessa asiakas on vaikeasti toimintarajoitteinen, tarvitsee jatkuvasti hoivaa, ohjausta, valvontaa ja huolenpitoa sekä ympärivuorokautista tukea. Tehostetun palveluasumisen asiakkaalla on oma nimetty ohjaaja. Henkilöstöä on paikalla ympärivuorokautisesti. Ohjaajat tukevat ja tarvittaessa avustavat asiakasta erilaisissa päivittäisissä toiminnoissa kuten; henkilökohtainen hygienia, ruokailu, siivous ja pyykinpesu. Asiakasta ohjataan harjoittelemaan itsenäistä päätöksentekoa, raha- ja muiden asioiden hoitamista, mielekästä vapaa-ajanviettoa sekä ihmissuhteiden hoitamista. Asiakas osallistuu Lehtorannankodin järjestämiin toiminnallisiin ryhmiin oman mielenkiintonsa ja asiakassuunnitelman mukaisesti. Sairaanhoidtaja huolehtii asiakkaan lääkemääräyksen päivityksestä, lääkkeiden hankkimisesta, säilyttämisestä ja jakamisesta lääkeannostelijaan sekä lääkehoidon toimivuuden seurannasta. Henkilökunta huolehtii asiakkaalle kuuluvien etuuksien hakemisesta. Asiakkaan terveydentilaa seurataan huolellisesti ja järjestetään tarvittaessa lääkärin- ja muun terveydenhuollon palvelut. Tehostetun palveluasumisen asiakasta tuetaan aktiivisesti yhteydenpitoon omaisiin ja ystäviin. Asiakkaalla on mahdollista osallistua Lehtorannankodin ruokailuihin sekä opetella itsenäistä ruoan valmistusta joko ohjaajan tukemana tai ryhmässä. (Gül 2017.)



## 2.1 TUTKIMUSKYSYMYKSET JA PÄÄKÄSITTEET

Tämän opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat:

1. Miten Attendo Lehtorannankodin asiakkaat kuvaavat kokemuksiaan yhteisöllisyydestä muodostamassaan yhteisössä?
2. Miten Attendo Lehtorannankodin asiakkaat kuvaavat kokemuksia vertaistuesta ja osallisuudesta yhteisössään?
3. Miten yhteisön jäsen kokee vertaistuen ja osallisuuden edistävän kuntoutumistaan?
4. Miten opinnäytetyön vastauksia voidaan hyödyntää Attendo Lehtorannankodin kehittämistyössä?

### 2.1 Pääkäsitteet

Opinnäytetyössä esiintyy käsitteitä, jotka ovat pohjana opinnäytetyön tekemiselle ja tarkoitukselle. Nämä käsitteet ovat valittu sen takia, että ne viittaavat yhteisöön, kanssakäymiseen ja kuntoutumiseen. Näitä käsitteitä ovat osallisuus, vertaistuki ja sosiaalinen kuntoutus. Käsitteet näkyvät myös haastattelussa siten, että vastauksien analysoinnissa käytetään näitä käsitteitä apuna. Haastattelun tuloksia arvioidaan suhteessa näihin käsitteisiin.

### 2.2 Osallisuus käsitteenä

Osallisuus ymmärretään tunteena, joka syntyy kun ihminen on osallisena jossakin yhteisössä. Yhteisö voi muodostua esimerkiksi opiskelun tai työn kautta. Osallisuus ilmenee yhteisössä jäsenten välisenä arvostuksena, tasavertaisuutena, luottamuksena ja mahdollisuutena vaikuttaa omassa yhteisössä. Osallisuuden aste ja yhteiskunnallinen aktiivisuus vaihtelevat elämäntilanteiden ja tilanteiden mukaisesti. On katsottu, että osallisuuden kokemukset ja sosiaaliset verkostot voivat toimia suojaavina tekijöinä syrjäytymistä vastaan. (THL 2015.)

### **2.3 Vertaistuki käsitteenä**

Vertaistuesta on olemassa paljon painotuksiltaan poikkeavia määritelmiä. Kaikille määritelmille on kuitenkin yhteistä se, että vertaistuki liitetään johonkin ongelmaan tai elämäntilanteeseen. Tuen ja auttamisen vastavuoroisuus liitetään vertaistuen määritelmiin. Vertaistuki perustuu osapuolten omiin kokemuksiin, täten vertaistuki ja ammattiapu ovat eri asioita. Rinnakkain ne voivat kuitenkin toimia ja tukea toistensa vaikutuksia. (THL 2016.)

Vertaistuessa samankaltaisia prosesseja tai elämäntilannetta läpikäyvää ihmistä tukevat toisiaan. Vertaistukeen liitetään kokemusten vaihtoa. Vertaistukea voidaan määritellä myös voimaantumisenä ja muutosprosessina, jonka kautta ihminen löytää ja oppii tunnistamaan omat voimavaransa ja vahvuutensa sekä oppii kantamaan vastuuta omasta elämästään. (THL 2016.)

### **2.4 Sosiaalinen kuntoutus käsitteenä**

Sosiaalinen kuntoutus on palvelua, joka yhdistää yksilöllisen ja toiminnallisen tuen. Sosiaalista kuntoutusta voidaan järjestää sosiaalityön ja -ohjauksen keinoin. Sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen, syrjäytymisen torjuminen, osallisuuden edistäminen, harjoittelu arkipäivien toiminnoista suoriutumiseen ovat sosiaalisen kuntoutuksen tarkoituksia. (THL 2015.)

### **3. OPINNÄYTETYÖN MENETELMIÄ**

Tässä luvussa kerrotaan opinnäytetyön menetelmistä. Luvussa käytetään lähteitä eri vuosikymmeniltä. Tekijä on tarkistanut, että lähteet ovat edelleen käyttökelpoisia, eivätkä ne ole saaneet osaksi sellaista kritiikkiä, jonka vuoksi niitä ei enää voisi käyttää.

#### **3.1 Laadullinen tutkimus**

Laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen kohteet tai ilmiöt ovat siten abstrakteja, että niitä ei voi määrällisen tutkimuksen keinoin tutkia. Laadullinen tutkimus soveltuu hyvin kun kohde on jonkun tapahtuman yksityiskohtainen rakenne, eikä tutkittavaa kohdetta voi jakaa yleisluontoisesti. Laadullisessa tutkimuksessa kiinnostuksen kohde on tietyissä tapahtumissa mukana olleiden toimijoiden merkityksessä ja tutkittava kohde on sillä tavalla luonnollinen tilanne, ettei siitä voi järjestää koetta tai pystytä kontrolloimaan läheskään kaikkia vaikuttavia tekijöitä. Syy-seuraussuhteita tutkiessa laadullinen tutkimus käy myös hyvin, etenkin kun tutkittavaa tapahtumaa tai ilmiötä ei voi tutkia kokeen avulla. (Metsämuuronen 2006, 84.)

#### **3.2. Tapaustutkimus**

Tapaus tutkimus eli empiirinen tutkimus on tutkimus, jossa monipuolisia ja useilla eri tavoilla hankittuja tietoja hyödyntäen tutkitaan tapahtumaa tai toimivaa ympäristössään toimivaa ihmistä. Tapauksen esimerkkinä voi olla mikä tahansa, kuten yksilö, ryhmä jne. Monipuolinen tiedon kerryttäminen kohteesta on osa tapaustutkimusta. Tapaustutkimuksessa pyritään ymmärtämään ilmiötä. Empiirinen tutkimus tarjoaa luonnollisen pohjan yleistämiselle, mikä on sallittua. Tapaustutkimuksen aineisto muodostaa materiaalin, josta voidaan tehdä erityyppisiä tulkintoja. Tutkimuksen lähtökohta voi olla usein toiminnallinen ja niiden tuloksia sovelletaan myös käytännössä. Tapaustutkimuksen raportti voidaan kirjoittaa kansantajuisesti, välttäen tiedeslangia. Tapaustutkimus palvelee monenlaisia lukijakuntia. Tapaustutkimuksen raportti sallii lukijalleen tehdä omiakin johtopäätöksiä aineistosta ja tuloksista. Kvalitatiivisen eli laa

dullisen tutkimuksen metodologian tiedonhankinnan strategioista tapaustutkimus on keskeisin. (Metsämuuronen 2006, 91–92).

### **3.3. Haastattelu aineistonhankinta**

Tutkimuksen osana haastattelu on vuorovaikutustilanne, jolle tyypillinen piirre on se, että haastattelu on ennalta suunniteltu tapahtuma. Haastattelijan rooliin kuuluu tuntea kohteensa. Haastattelija onkin tutustunut siihen niin käytännössä kuin teorian pohjalta. Haastattelija panee alulle haastattelun ja toimii ohjaajana haastattelussa. Haastateltavan motivointi ja haastattelun ylläpito kuuluu haastattelijan rooliin. Haastattelija tuntee roolinsa ja siihen liittyvät luotettavuuden kysymykset. Aineiston saamisen kannalta haastateltavan on kyettävä luottamaan haastattelijaan. (Metsämuuronen 2006, 112–114.)

Opinnäytetyöntekijä on perehtynyt opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin ja keskeisiin pääkäsitteisiin. Tekijällä on työkokemuksensa vuoksi käsitys Attendo Lehtorannankodin toiminnasta, sekä tuntee kaikki haastateltavat, joka antaa hyvän pohjan motivoitukseen Attendo Lehtorannankodin asiakkaita haastateltaviksi sekä ylläpitää haastattelua. Toisaalta työkokemus ja haastateltavien tunteminen voi olla negatiivista. Työntekijän tiivissuhde haastateltaviin voi olla myös luotettavuuden heikentäjä. Haastateltavat eivät välttämättä halua tuoda esimerkiksi kokemiaan epäkohtiaan esiin, niihin puuttumisen pelossa.

Opinnäytetyöntekijä on sitoutunut siihen, että ketään haastateltavista ei voi tunnistaa varsinaisesta opinnäytetyöstä ja tekijä itse on vaitiolovelvollinen haastateltavien vastauksista kysymyksiin. Haastateltavat tullaan valitsemaan vapaaehtoisuuden perusteella, tekijä voi myös motivoida haastatteluun osallistujia, esimerkiksi kertomalla opinnäytetyön tavoitteista suteessa Attendo Lehtorannankodin asukkaisiin. Haastateltaville ei jaeta palkkiota haastattelusta.

### **3.4 Teemahaastattelu**

Haastattelun avulla pyrittiin keräämään sellaista tietoa, jonka pohjalta voi luontevasti tehdä tutkittavaa ilmiötä koskevia päätelmiä. Teemahaastattelua käytettäessä ollaan kiinnostuneempia tutkimuksen kohteena olevan ilmiön perusluonteesta ja ominaisuuksista sekä hypo-

teesin löytämisestä kuin ennalta asetettujen hypoteesien tunnistamisesta. Haastattelurunko muodostuu teema-alueuettelosta. Teemahaastatteluun ei kuulu yksityiskohtaisen kysymysluettelon laatimista. Teema-alueuettelot ovat opinnäytetyön pääkäsitteiden muodostamia alaluokkia. Teema-alueet ovat pelkistetympiä ja yksityiskohtaisempia kuin ongelmat. Teema-alueet toimivat haastattelijan muistilistana ja keskustelua ohjaavina kiintopisteinä haastattelu-tilanteessa. Teema-alueiden pohjalta haastattelijalla voi jatkaa ja syventää keskustelua tutkimuksen kannalta olennaisiin asioihin, mikäli haastateltavalla on tähän edellytyksiä ja kiinnostusta. (Hirsjärvi & Hurme 1994, 38–46.)

Haastattelijan rooliin kuuluu haastateltavan ohjaaminen niille teema-alueille, jotka haastattelijalla on ennen haastattelua määritellyt. Haastattelu-tilanteessa on myös sallittua, että haastateltava voi itse ohjata keskustelua ja kertoa enemmän jostakin teema-alueesta kuin toisesta. (Hirsjärvi & Hurme 1994, 43–45.)

### **3.5 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi**

Haastattelujen tuottama aineisto tullaan analysoimaan aineistolähtöisen sisällönanalyysin keinoin. Sisältölähtöistä aineistoanalyysiä on kuvattu karkeasti kolmevaiheiseksi prosessiksi, johon kuuluu 1) aineiston redusointi eli pelkistäminen, 2) aineiston klusterointi eli ryhmittely ja

abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen. Tuominen esittelee aineistolähtöisen sisällönanalyysin etenemistä seuraavanlaisesti:

1. Haastattelujen kuunteleminen ja aukikirjoitus sana sanalta
2. Haastattelujen lukeminen ja sisältöön perehtyminen
3. Pelkistettyjen ilmausten etsiminen ja alleviivaminen
4. Pelkistettyjen ilmausten listaaminen
5. Samankaltaisuuksien ja erilaisuuksien etsiminen pelkistetyistä ilmauksista
6. Pelkistettyjen ilmauksien yhdistäminen ja alaluokkien muodostaminen
7. Alaluokkien yhdistäminen ja yläluokkien muodostaminen niistä

8. Yläluokkien yhdistämien ja kokoavan käsitteen muodostaminen (Sarajärvi & Tuomi 2002, 110-120).

Opinnäytetyöntekijä nauhoittaa haastattelun ja kuuntelee ne, kun haastattelut on tehty. Seuraavaksi tekijä aukikirjoittaa haastattelut sana sanalta. Tekijä lukee aukikirjoitetut haastattelut ja perehtyy niiden sisältöön. Seuraavaksi opinnäytetyön tekijä etsii pelkistetyt ilmaukset ja merkitsee ne esimerkiksi alleviivamalla ja listaamalla ne. Samankaltaisuuksia ja erilaisuuksia etsitään merkityistä pelkistetyistä ilmaistuksista. Pelkistetyt ilmaukset yhdistetään ja muodostetaan niistä alaluokkia. Alaluokista muodostetaan yläluokkia opinnäytetyön pääkäsitteiden pohjalta. Aineisto tulkitaan pääkäsitteiden avulla suhteessa tavoitteisiin. Pääkäsitteet rajaavat sellaisen aineiston pois, millä opinnäytetyössä ei ole merkitystä suhteessa tavoitteisiin.

#### **4. OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET**

Opinnäytetyön keskiössä ovat Attendo Lehtorannankodin asiakkaat ja yhteisö. Opinnäytetyön tavoitteena on tukea ja edistää asiakkaiden kuntoutumista, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä tuottamalla tietoa siitä, minkälainen suhde heillä on yhteisöönsä ja kuinka asiakkaat sitä hyödynävät suhteessa osallisuuteen, yhteisöllisyyteen ja asiakkaan omaan kuntoutumiseensa. Attendo Lehtorannankoti saa opinnäytetyön kautta tietoa siitä, miten asiakkaat kokevat ympärillä olevan yhteisönsä, sekä miten yhteisöä voitaisiin vielä enemmän hyödyntää asiakkaiden kuntoutumisessa. Opiskelija itse saa kokemuksen opinnäytetyön tekemisestä. Lisäksi opiskelija kartuttaa osaamistaan mielenterveyskuntoutujien kanssa työskentelystä.

## LÄHTEET

Gül, H. 2017. Henkilökohtainen tiedonanto, haastattelu. 23.1.2017.

Hirsjärvi S. & Hurme H. 1994. Teemahaastattelu. Helsinki: Yliopistopaino.

Metsämuuronen J. 2006. Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Sarajärvi A. & Tuomi J. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. 2015. Osallisuus. Www-dokumentti. Saatavissa: [https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus#Mitä tarkeitetaan?](https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus#Mitä_tarkeitetaan?). Viitattu: 24.1.2017.

Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. 2016. Vammaispalvelujen käsikirja. Vertaistuki. Www-dokumentti. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/vertaistuki> Viitattu: 24.1.2017

Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. 2015. Lapset, nuoret ja perheet. Sosiaalinen kuntoutus. Www-dokumentti. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/sosiaalipalvelut/sosiaalinen-kuntoutus>. Viitattu: 12.1.2017

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2016. Osallisuus ja sen edistäminen. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://stm.fi/osallisuuden-edistaminen>. Viitattu: 4.4.2017



## LIITTEET

### Teema-alueet

1. Perustiedot (kuinka kauan olet asunut Lehtorannankodissa?)
2. Lehtorannankodin yksilö- ja ryhmätoiminta (oma-ohjaaja, ryhmät)
3. Asiakkaan aktiivisuus yhteisössä
4. Asiakkaan oma kuntoutuminen yhteisöä hyödyntäen (osallisuus yhteisössä, vertaistuki)
5. Yhteisön tuomat haasteet
6. Yhteisössä vaikuttaminen
7. Yhteisön sisällä syntyvät ihmissuhteet
8. Asiakkaan omat kehittämisenäkökulmat suhteessa yhteisöön
9. Vapaa sana (teema-alueista syntyviä ajatuksia)

## SAATEKIRJE

Hei!

Olen sosionomiopiskelija Juuso Juntila Centria Ammattikorkeakoulusta. Teen opintoihini liittyvää opinnäytetyö Lehtorannankodissa. Tulen haastattelemaan osaa asukkaista yhteisöön- ja yhteisökuntoutukseen liittyvillä kysymyksillä. Tulen äänittämään haastattelut ja hyödyntämään niitä opinnäytetyössäni. Kaikki vastaukset jäävät vain minun tietooni ja hyödyntämisen jälkeen äänitteet hävitetään. Haastateltavaa ei voi tunnistaa vastauksien perusteella opinnäytetyössä. Haastattelut tapahtuvat ennalta ilmoitetussa ajankohdassa. Vastaan mielelläni opinnäytetyöhön ja haastatteluihin heränneisiin kysymyksiin. Kysymyksiä voit esittää joko suoraan minulle, tai muulle henkilökunnan jäsenelle.

Ystävällisin terveisin,

Juuso Juntila