

Suomen Klubitalojen toiminnan hyödyt jäsenten näkökulmasta

Juuso Pitkänen
Sini Vaccariello

Opinnäytetyö
Marraskuu 2017
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala
Toimintaterapeutti (AMK), Toimintaterapian tutkinto-ohjelma

Tekijä(t) Pitkänen, Juuso Vaccariello, Sini	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä Marraskuu 2017
	Sivumäärä 48	Julkaisun kieli Suomi
		Verkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi Suomen Klubitalojen toiminnan hyödyt jäsenten näkökulmasta		
Tutkinto-ohjelma Toimintaterapian tutkinto-ohjelma		
Työn ohjaaja(t) Juntunen, Kristiina		
Toimeksiantaja(t) Suomen Klubitalot ry / Kokkonen, Jussi		
<p>Tiivistelmä</p> <p>Toimeksiantaja Suomen Klubitalot ry:n pyynnöstä tehtiin yhteenveto Suomen Klubitalojen vuoden 2016 jäsenkyselyistä. Tavoitteena oli selvittää, kuinka klubitalojäsenet, eli mielen-terveyskuntoutujat, kokivat hyötynsä Klubitalojen toiminnasta. Jäsenkysely oli strukturoitu verkkokysely, joka sisälsi kolme avointa kysymystä. Tutkimukseen valittiin kyselystä vain kysymykset, jotka liittyvät koettuihin toiminnan hyötyihin. Aineistoa myös rajattiin valitsemalla tutkimukseen vain Helsingin, Itä-Helsingin, Jyväskylän, Lahden ja Imatran Klubitalojen jäsenten kyselyt (n=236). Strukturoidut kysymykset analysoitiin SPSS-ohjelmalla ja avoimet kysymykset hyödyntäen Microsoft Word- ja Excel-ohjelmia. Tutkimus oli lähestymistavaltaan kvantitatiivinen.</p> <p>Tuloksista ilmeni, että useimmat jäsenet kokivat klubitalotoiminnan auttaneen heidän päiväryhtiään ja ajankäyttöään, sekä lisänneen heidän sosiaalista kanssakäymistä, ihmissuhteita, toiminnallisuutta ja mielekästä tekemistä. Muita eniten koettuja hyötyjä olivat toimintakyvyn, hyvinvoinnin ja itsetunnon kohentuminen sekä lisääntynyt tyytyväisyys elämään. Lähes kaikki jäsenet kokivat Klubitalon ainakin jokseenkin tärkeänä, mielekkäänä ja yhteisöllisenä paikkana, josta useimmat saivat myös vertaistukea. Suurin osa jäsenistä kertoi, että käyttäisi aikansa huonosti, oleilisi kotonaan tai ei tietäisi mitä tekisi, jos Klubitaloa ei olisi. Valtaosa jäsenistä oli sitä mieltä, että Klubitalon henkilökunta auttaa ja tukee tarvittaessa, ja eniten saatu apu koettiin työhön, opiskeluun ja arjen pulmiin liittyen.</p> <p>Johtopäätöksenä voidaan todeta, että jäsenet kokivat klubitalotoiminnalla olevan monenlaisia hyötyjä, jotka kaikki liittyvät parempaan elämänlaatuun. Klubitalo näyttäisi olevan jäsenilleen tärkeä paikka, josta he saavat mielekästä sisältöä, sosiaalisuutta sekä tukea ja apua elämäänsä.</p>		
Avainsanat Klubitalo, mielenterveys, toimintaterapia, psykososiaalinen kuntoutus, SPSS, AOTA Framework		
Muut tiedot		

Author(s) Pitkänen, Juuso Vaccariello, Sini	Type of publication Bachelor's thesis	Date November 2017 Language of publication: Finnish
	Number of pages 48	Permission for web publication: x
Title of publication The Benefits of the Activities of the Finnish Clubhouse Coalition from the Members' Point of View		
Degree programme Degree programme in Occupational Therapy		
Supervisor(s) Juntunen, Kristiina		
Assigned by Finnish Clubhouse Coalition / Kokkonen, Jussi		
Abstract <p>At the request of the assignor, the Finnish Clubhouse Coalition, a summary was made based on the Finnish Clubhouses 2016 membership survey. The goal of the survey was to inquire how the Clubhouse members had benefitted from the activities. The membership survey was a structured online questionnaire that included three open questions. Only the questions addressing benefits were selected for the study. Furthermore, only the data from Helsinki, East Helsinki, Jyväskylä, Lahti and Imatra Clubhouses' membership questionnaires was selected for the study (n=236). The structured questions were analysed with the SPSS software, and the open questions were analysed by using the Microsoft Word and Excel softwares. The study was quantitative in its approach.</p> <p>The results indicated that a majority of the members felt that the Clubhouse activities had helped them to maintain their daily routines and time use as well as increased their social interaction, relationships, functionality and meaningful activities. Other experienced benefits were increased performance skills, well-being and self-esteem as well as a heightened satisfaction with life. Almost all the members found, at least to some extent, the Clubhouse a significant, meaningful and a communal place where most of them had also received peer support. Most of them also disclosed that they would spend their time badly, dwell at home or would not know what to do, had there not been a Clubhouse available. The majority of the members thought that the staff at the Clubhouse were helpful and supportive when needed. The most common issues for which help was available were problems with work, studies and everyday life.</p> <p>As a conclusion, it can be stated the members found numerous benefits in the Clubhouse activities, all of which related to a better quality of life. A Clubhouse seems to be a significant place to its members, a place where they can find meaningful content, social aspects and support into their lives.</p>		
Keywords/tags Clubhouse, mental health, occupational therapy, psychosocial rehabilitation, SPSS, AOTA Framework		
Miscellaneous		

Sisältö

1	Johdanto	3
2	Tutkimusasetelma	4
3	Suomen Klubitalot	6
	3.1 Suomen Klubitalojen toiminta.....	6
	3.2 Klubitalojen toiminnan hyödyt jäsenilleen	10
	3.2.1 Toiminnallisuuden tuomat hyödyt	10
	3.2.2 Yhteisöllisyyden ja vuorovaikutuksen tuomat hyödyt	11
	3.2.3 Vaikutusmahdollisuuksien ja vastuunottamisen tuomat hyödyt.....	13
	3.2.4 Tuetun työllistymisen ja -opiskelun tuomat hyödyt.....	14
4	Tutkimuksen toteutus ja tulokset.....	15
5	Pohdinta.....	25
	5.1 Tutkimustulosten pohdinta	25
	5.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	29
	5.3 Tulosten hyödyntäminen ja jatkotutkimusaiheet	31
	Lähteet	33
	Liitteet.....	37
	Liite 1. Suomen Klubitalojen jäsenkysely	37

Kuviot

Kuvio 1. Toiminnallinen konteksti AOTA-viitekehystä mukaillen.	9
Kuvio 2. Jäsenten syyt Klubitalolla käyntiin	18
Kuvio 3. Jäsenten Klubitalolta saama apu asioiden hoitamiseen	23
Kuvio 4. Jäsenten ajankäyttö, jos Klubitaloja ei olisi	25

Taulukot

Taulukko 1. Tutkittujen taustatiedot (n=236)	16
Taulukko 2. Klubitalotoiminnan koetut hyödyt	17
Taulukko 3. Klubitalotoiminnan vaikutus jäsenten toimintakykyyn ja hyvinvointiin ..	19
Taulukko 4. Klubitalotoiminnan vaikutukset jäsenten yhteisöllisyyden ja sosiaalisuuden tuntemuksiin	20
Taulukko 5. Klubitalolta ja henkilökunnalta saatu apu ja tuki	21
Taulukko 6. Työhön ja opiskeluun saatu tuki	22
Taulukko 7. Klubitalon yhteydenpito jäseniin	24
Taulukko 8. Klubitalotoiminnan vaikutukset jäsenten tulevaisuuden suunnitteluun .	24

1 Johdanto

Suomen Klubitalojen toiminta ja merkitys ovat kasvaneet jatkuvasti yhä isommaksi osaksi maan psykososiaalisia mielenterveyspalveluja. Klubitalotoiminnan on todettu vähentävän mielenterveyskuntoutujien tarvetta sairaalahoidolle sekä sosiaali- ja terveyspalveluiden käytölle. (Hänninen & Törnblom 2016, 5–6.) Toiminta myös tarjoaa psykiatrista terveydenhuoltoa laajempaa kuntoutusta vaikuttaen muiden muassa työllistymiseen, koulutukseen sekä itsestä huolehtimiseen liittyviin taitoihin. Näin ollen Klubitalojen toiminta tukee lääkehoitoon ja terapiapalveluihin painottuvaa psykiatrista terveydenhuoltoa edistämällä mielenterveyskuntoutujien osallisuutta ja arjen sujuvuutta. (Hänninen 2016, 8.)

Kuntoutujan osallisuuden edistäminen on nykypäivänä hyvin keskeinen osa toimintaterapiaa kuin hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä yleisellä tasolla (Osallisuus n.d.; Occupational therapy practice framework 2014, 1). Klubitalotoiminnan ja muun avokuntoutuksen osuutta mielenterveyspalveluista tulisi lisätä myös taloudellisten hyötyjen vuoksi. Klubitalokuntoutujasta koituvat kulut ovat jopa kaksikymmentä kertaa pienemmät kuin psykiatrisen vuodepotilaan. (Hänninen 2016, 8.)

Maailman terveysjärjestö, WHO, niin ikään painottaa omassa mielenterveyspalveluiden rakennemallissaan (The Optimal Mix of Services: WHO Pyramid Framework n.d., 1) yhteisöllisten avopalveluiden, kuten Klubitalojen, merkitystä keskeisenä osana mielenterveyspalveluita. Sen mukaan suurin osa mielenterveyspalveluista tulisi olla näitä avopalveluita ja näin ollen vaadittaisiin rakennemuutos, jossa psykiatrista sairaalahoitoa vähennettäisiin ja avopalveluita lisättäisiin. Yhteisöllisillä avopalveluilla on mielenterveyskuntoutujille kaikkein suurin kysyntä ja pienimmät kustannukset (The Optimal Mix of Services for Mental Health n.d., 1–2.)

Taloudellisista ja kuntoutujille koituvista hyödyistä johtuen tämän tutkimuksen aiheita voidaan pitää varsin tärkeänä ja ajankohtaisena. Tutkimuksen avulla pyritään selvittämään, nouseeko esille vielä jotain merkittäviä hyötyjä, joita kuntoutujat voi-

vat klubitalotoiminnasta saada tai tukevatko tulokset aiemmista tutkimuksista selvinneitä toiminnan hyötyjä. Saatujen tulosten avulla voidaan mahdollisesti perustella vielä paremmin Klubitalojen merkitystä osana mielenterveyskuntoutusta sekä kehittää niiden toimintaa.

2 Tutkimusasetelma

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata yhteisöpohjaisen mielenterveyskuntoutuksen hyötyjä kuntoutujan näkökulmasta. Tutkimus rajataan siis jäsenten henkilökohtaisesti kokemiin hyötyihin Klubitalojen toiminnasta, eikä siinä tarkastella esimerkiksi Klubitalojen tai yhteiskunnan saamia hyötyjä. Tavoitteena on laatia yhteenveto Klubitalojen jäsenkyselyiden pohjalta, siitä mitä hyötyjä Klubitalojen toiminnasta on jäsenilleen. Työelämää kehittävänä tavoitteena on saada selville jäsenten näkemyksiä Suomen Klubitalojen toiminnasta, jotta sen hyötyjä voidaan arvioida ja tarvittaessa kehittää toimintaa. Klubitalot voivat mahdollisesti hyödyntää tutkimusta toimintansa kehittämisessä, kun saadaan selville, mitä hyötyjä toiminnalla on ja mille osa-alueille tarvittaisiin vielä lisää panostusta. Konkreettinen kysymys, jota tutkimuksella pyritään selvittämään, on:

1. Miten jäsenet arvioivat hyötyneensä klubitalotoiminnasta?

Opinnäytetyö tulee olemaan soveltava survey-tutkimus, jossa käytetään kvantitatiivisia eli määrällisiä tutkimusmenetelmiä. Tutkimuksen tarkoituksena on olla kuvaileva tutkimus. Siinä pyritään mahdollisimman tarkasti kuvailemaan, mitä hyötyjä Klubitalojen jäsenet kokevat saavansa toiminnasta ja nostamaan esille merkittävimpiä tuloksia. Tutkimus on määrällinen tutkimus, koska kerättävä aineisto on melko suuri ja siitä tehdään numeerista mittaamista tulosten saamiseksi. Aineistosta tehdään myös päätelmiä tilastollisen analysoinnin keinoin esimerkiksi kuvaillen tuloksia prosenttilukoiden avulla. Saatuja tuloksia verrataan aiemmista tutkimuksista muodostuvaan teoriaan aiheesta. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa on myös keskeistä määritellä tutkimukseen liittyvät käsitteet kuten Klubitalo, Klubitalojen toiminta sekä Klubitalon jäsen. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 134–142.)

Aineisto kerätään Klubitalon jäsenkyselyiden (Jäsenyytyväisyyskysely n.d.) avulla Klubitalojen jäseniltä. Kysely on Internetissä täytettävä strukturoitu verkkokysely, jossa on lisäksi muutama avoin kysymys täydentämään saatavaa aineistoa. Strukturoitu verkkokysely soveltuu tähän tutkimukseen hyvin, koska aineisto on hyvin laaja. Monivalintakysymykset helpottavat aineiston analysointia, käsittelyä ja vertailua. Kysely on laadittu siten, että se on mahdollisimman selkeä, sisältää spesifejä monivalintakysymyksiä ja on suhteellisen nopea täyttää: se vie noin 15 minuuttia. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 193–203.) Tähän opinnäytetyöhön tuleva aineisto rajataan Klubitalojen jäsenkyselyistä siten, että mukaan otetaan vain klubitalotoiminnan hyötyihin liittyvät kysymykset. Aineisto analysoidaan tilastollisesti SPSS-ohjelmalla, joka on hyödyllinen työkalu kvantitatiivista tutkimusta tehdessä. SPSS on Suomessa ja maailmanlaajuisesti käytetyimpiä tietojenkäsittelyohjelmia. (Mamia 2005, 6.)

Opinnäytetyö tehdään eettisen tutkimuksen lähtökohdista. Hyvän tieteellisen tutkimuksen lähtökohtia on useita, mutta ensimmäisenä nousevat esille tutkimuksen rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa, esittämisessä sekä arvioinnissa. Tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmät tulevat olemaan tieteellisten tutkimusten kriteerien mukaisia. Opinnäytetyö suunnitellaan hyvin sekä tarvittavat luvat ja sopimukset opinnäytetyön tekemiseen on saatu. Toimeksiantajan kanssa laadittu toimeksiantosopimus sekä lupa hallita ja käsitellä jäsenkyselyistä saatuja tuloksia ovat osa opinnäytetyön luotettavuutta. Myös muiden tekemät tutkimukset ja julkaisut otetaan huomioon, niihin viitataan oikealla tavalla, eikä tekstiä plagioida. (Hyvä tieteellinen käytäntö 2012.) Tutkimuksen eettisyyteen kuuluu myös ihmisarvon kunnioittaminen ja tutkittavien vapaaehtoisuus osallistua tutkimukseen. Jäsenkyselyyn vastaaminen onkin vapaaehtoista ja nimetöntä, eikä vastauksia levitellä muille kuin niitä tutkiville tahoille. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 25.)

3 Suomen Klubitalot

Suomen Klubitalojen toiminta alkoi vuonna 1995, kun Tampereelle perustettiin Näsinkulman Klubitalo. Tällä hetkellä Suomessa toimii 25 Klubitaloa. (Törnblom & Lepistö 2016, 39.) Klubitalojen tarkoituksena on tarjota jäsenilleen mielekästä työtoimintaa ja sosiaalisia suhteita sekä auttaa mielenterveyskuntoutujia saamaan itseluottamuksensa, omanarvontuntonsa ja mielekkyyden elämään takaisin (Yhdistyksen säännöt 2014).

Klubitalon jäseneksi voi hakea kuka tahansa mielenterveyskuntoutuja, josta ei ole vaaraa klubitaloyhteisölle. Jäseneksi hyväksytty henkilö voi itse päättää, kuinka hän hyödyntää Klubitalon tarjontaa ja saa valita, keiden Klubitalon työntekijöiden kanssa haluaa työskennellä. (Rantanen 2016, 51.) Jäsenyys on jokaiselle vapaaehtoinen eikä siihen sisälly ajallisia vaatimuksia. Jokainen jäsen on tärkeä Klubitalon toiminnan jatkuvuuden kannalta. (McKay, Nugent, Johnsen, Eaton, Lidz 2016.) Jäsenet voivat halutessaan osallistua Klubitaloa koskeviin päätöksentekoihin ja kaikki kokoukset ovat avoimia sekä jäsenille että henkilökunnalle. Klubitaloilla onkin vain sen verran henkilökuntaa, etteivät he pärjäisi ilman jäsenten aktiivista osallistumista. (Rantanen 2016, 51–52.)

3.1 Suomen Klubitalojen toiminta

Klubitalot ovat auki vähintään viitenä päivänä viikossa ja päivät ovat työpainotteisia. Klubitalolla tehtävä työ ei valmista mihinkään yksittäiseen työhön tai ammattiin vaan sen on tarkoitus auttaa jäseniään saamaan mielekäs elämä takaisin. (Laatusuositukset 2016.) Klubitalot pyrkivät auttamaan jäseniään saamaan työpaikkoja, opiskelemaan sekä palaamaan takaisin yhteisöllisyyteen. Myös hyvinvoinnin edistäminen kuuluu Klubitalon auttamistavoitteisiin. Klubitalot haluavat vähentää jäseniensä sairaalahoidon tarvetta sekä osallisuutta lainvastaiseen toimintaan. Yleisesti Klubitalot haluavat tarjota jäsenilleen sosiaalista toimintaa ja tyytyväisyyttä elämän laatuun. (McKay ym. 2016.)

AOTA- viitekehyksen mukaan (2014, 20) työ on osa ihmisen toiminnallisuutta, ja klubitalotoiminnalla pyritäänkin takaamaan työhön osallistuminen jokaiselle jäsenelle. Työtoiminta on tärkeä osa Klubitalon jäsenten kuntoutusta (Hultqvist, Markström, Tjörnstrand & Eklund 2016a, 197). Jokainen jäsen tekee sen, mihin omat voimavarat antavat myöten. Kaikki työ, mikä Klubitalolla toteutetaan, menee Klubitalon omaksi hyödyksi (Clubhouse International 2016). Klubitalojen toimitilat ovat vain omaan käyttötarkoitukseen, sen tiloja ei siis käytetä muuhun toimintaan (Rantanen 2016, 51).

Lähes kaikissa Suomen Klubitaloissa työpäivä on jaettu yksiköihin, joista jäsen saa valita omansa jokaisena päivänä (Hänninen 2016, 133). AOTA-viitekehyksessä (2014,20) kerrotaan työnteon perustuvan henkilön vahvuuksiin, esteisiin sekä mielenkiintoon. Työn tekeminen auttaa ajanhallintaan, työsuhteiden solmimiseen, johtajuuteen, toiminnanohjaukseen sekä työstandardien ja menettelyjen noudattamiseen.

Esimerkiksi Tampereen Näsinkulman Klubitalon yksiköt ovat tiedotus- ja hallintoyksikkö, ateria- ja tapahtumayksikkö sekä työ- ja koulutusyksikkö. Tiedotus- ja hallintoyksikössä työtehtäviin kuuluu mm. huolehtia Klubitalon vastaanotosta, rahaliikenteestä sekä tiedotuksesta. Ateria- ja tapahtumayksikön tehtäviin kuuluu päivittäisen lounaan tekeminen, ja yksikkö vastaa myös erilaisten tilaisuuksien järjestämisestä. Työ- ja koulutusyksikkö järjestää puolestaan erilaisia koulutustilaisuuksia, hankkii siirtymätyöpaikkoja sekä luo jäsenilleen kontakteja työ- ja opiskeluelämään. Klubitalon päivärytmi on tavallisen työpäivän kaltainen sisältäen ruoka- ja kahvitauot. Työtoiminnan tarkoituksena on kiinnittää huomio jäsenten vahvuuksiin ja taitoihin. (Hänninen 2016, 133–134, 137–138.) Jäsenet ja henkilökunta tekevät yhdessä työtä, mutta jäsenille ei makseta työstä palkkaa (Hultqvist ym. 2016a, 198).

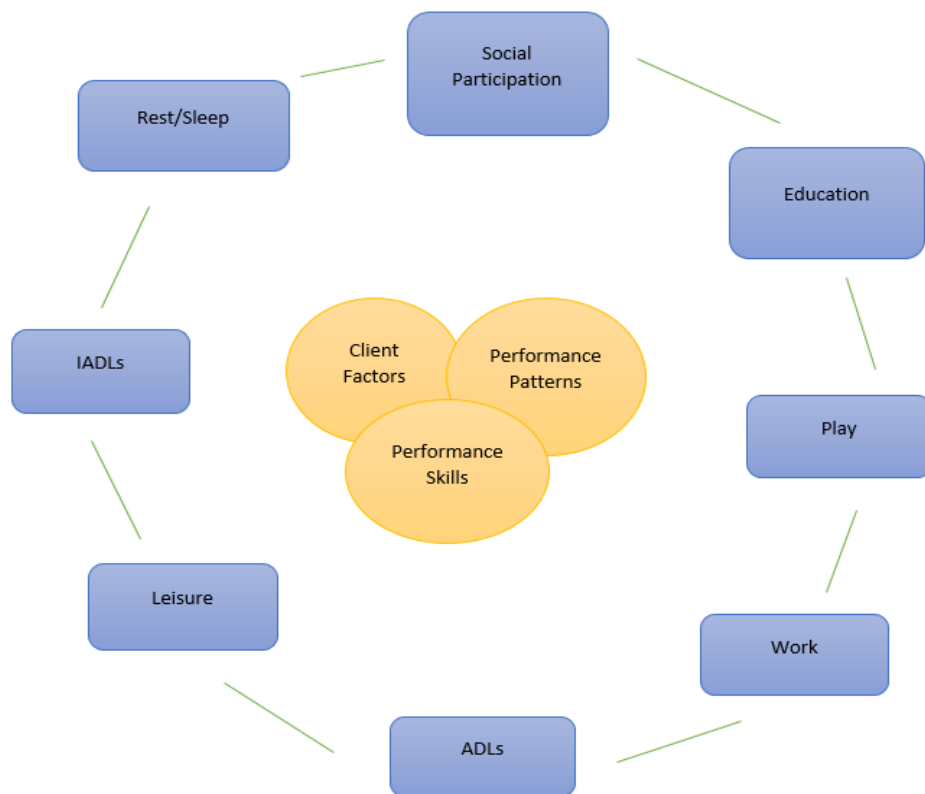
Klubitalot tarjoavat jäsenilleen työllistymistä tukevia ohjelmia, kuten siirtymätyöohjelmaa, tuetun työllistymisen ohjelmaa sekä itsenäistä työllistymistä. Siirtymätyöohjelman avulla jäsenet voivat työskennellä avoimilla työmarkkinoilla. (Toiminta 2014.) Työ on osa- tai määräaikaista palkkatyötä, joka tapahtuu Klubitalon ulkopuolella Klu-

bitalon työvalmentajan tukemana. Siirtymätyössä ei tarvitse olla ammatillisesti koulutautunut. Se kestää noin 6-9 kuukautta ja tuntimäärä on yleensä 15–20 tuntia viikossa. (McKay ym. 2016.) Tuetussa työllistymisessä työvalmentaja hankkii jäsenen kanssa työtä, joka vastaa tämän koulutusta ja jossa pyritään mahdollisimman pitkäkestoiseen työsuhteeseen. Klubitalo pitää yhteyttä sekä jäseneneen että työnantajaan. (Hänninen 2016, 146–148.)

Jäseniä koulutetaan ja tuetaan myös opiskelua varten, joten AOTA:n (2014,20) toimintojen mukaisesti Klubitaloissa hyödynnetään koulutusta (*education*) osana toimintaa ja kuntoutusta. Klubitalot avustavat jäseniään pääsemään koulutus- ja työtaivoitteisiin auttamalla heitä hyödyntämään paikkakuntien aikuiskoulutusmahdollisuuksia (McKay ym. 2016). Usein jäsenet haluavat tukea ja apua kouluun hakiessaan, tiedon etsimisessä sekä pääsykokeisiin valmistautuessaan. Jäsenet voivat itse ilmaista, missä asioissa he kaipaavat lisää tukea. Suosittuja koulutusaiheita ovat esimerkiksi opiskelutekniikat, ajanhallinta sekä opintojen suunnittelu. (Kettle 2016, 160.)

Klubitalot järjestävät myös muuta ohjelmaa jäsenilleen työ- ja opiskelutoiminnan lisäksi. Suomen Klubitalot panostavat jäsentensä terveyteen ja hyvinvointiin esimerkiksi tarjoamalla liikuntaa sekä ravinto- ja päihdeneuvontaa. Muuta virkistystoimintaa ovat esimerkiksi ilta- ja viikonlopputoiminta, joihin voi kuulua vaikkapa juhlapäivien viettäminen (Hultqvist ym. 2016a, 198). Virkistys- ja vapaa-ajan toimintaa vieteetään yleensä Klubitalojen omissa tiloissa. (Hänninen 2016b, 173; Löija 2016, 179–180.)

Verrattaessa Klubitalojen tarjoamia toimintoja AOTA-viitekehyksessä esiteltävään toimintaterapian kenttään, voidaan huomata, että Klubitalotoiminnassa toteutuvat useat toiminnan osa-alueet.



Kuvio 1. Toiminnallinen konteksti AOTA-viitekehystä mukaillen (American Occupational Therapy Association 2014, 5).

Klubitalojen toiminnan työpainotteisuus liittyy AOTA:n mukaisesti työhön (*work*). Virkistys- ja vapaa-ajan toiminnat voidaan yhdistää kolmeen eri viitekehyksessä nimettyyn osa-alueeseen: vapaa-aikaan (*leisure*), leikkiin (*play*) sekä sosiaaliseen osallistumiseen (*social participation*). Sosiaalinen osallistuminen on hyvin keskeinen osa Klubitalojen kuntouttavaa toimintaa ja sitä ilmeneekin lähes kaikessa toiminnassa. IADL-toimintoja painotetaan myös Klubitaloilla, esimerkiksi ruoanlaitolla ja raha-asioiden hoitamisella. AOTA:n mukaisesti ainoastaan uneen ja lepoon (*rest/sleep*) sekä ADL-taitoihin liittyviä toimintoja ei Klubitaloilla varsinaisesti painoteta, elleivät jäsenet kaipaa niissä erityistä tukea. (American Occupational Therapy Association 2014, 5; Hänninen 2016, 133–137.)

Klubitalon toiminnoilla voidaan vaikuttaa AOTA:n keskiössä oleviin yksilöön liittyviin tekijöihin: toimintataitoihin (*performance skills*), yksilötekijöihin (*client factors*) sekä

toimintamalleihin (*performance patterns*) (American Occupational Therapy Association 2014). Toimintataidoista Klubitalon vaikutukset painottuvat sosiaalisiin taitoihin, koska toiminnalla pyritään parantamaan jäsenten sosiaalisia taitoja ja osallistumista. Klubitalotoiminnan vaikutukset yksilötekijöihin liittyvät onnistumiskokemusten kautta itsetunnon vahvistumiseen ja voimaantumiseen. Työpäivät klubitaloilla ovat tavallisen työpäivän kaltaisia, minkä avulla jäsenet tottuvat päivittäisiin työrutiineihin. Tätä kautta Klubitalojen toiminta vaikuttaa myös yksilön toimintamalleihin, joita ovat rutiinit, tavat, roolit sekä rituaalit. (Hänninen 2016, 133–136; Pernice-Duca, Case & Conrad-Garrisi 2012, 133–134.)

3.2 Klubitalojen toiminnan hyödyt jäsenilleen

3.2.1 Toiminnallisuuden tuomat hyödyt

Yksi Klubitalojen kuntouttavista ulottuvuuksista perustuu niiden käyttämiin merkityksellisiin päivittäisiin toimintoihin, jotka ovat keskeinen osa mielenterveysongelmista kuntoutumisessa. Ylipäättään toiminnalla, siihen sitoutumisella, kuntoutumisella sekä terveydellä on todettu olevan vahva yhteys toisiinsa. Toimintaan sitoutumisella tarkoitetaan, että ihmisellä on elämässä tasapaino useampien eri toimintojen ja rutiinien välillä sekä jatkuvuutta niiden toteuttamisessa. Toimintaan sitoutumisen on tutkittu parantavan mielenterveyskuntoutujien elämänlaatua, hallinnantunnetta, tarkoituksen ja merkityksen tunteita sekä vähentävän psykiatrisia oireita. (Bejerholm & Eklund 2007, 21–29; Kelly, Lamont & Brunero 2010, 133.) Myös toiminnallisella tyytyväisyydellä on todettu olevan yhteys terveyteen ja hyvinvointiin (Hultqvist, Markström Tjörnstrand & Eklund 2016a, 198 mukaan Eklund & Leufstadius 2007). Eklundin ja muiden (2016a, 204) mukaan Klubitalojen jäsenet Ruotsissa ovat sitoutuneita ja motivoituneita toimintaan sekä kokevat toiminnallista tyytyväisyyttä.

Klubitalotoiminnan perustana oleva työpainotteinen päiväohjelma on keskeisin osa Klubitalojen kuntouttavaa toimintaa jäsenilleen. Se on merkityksellistä päivittäistä toimintaa, jossa jäsenet yhdessä henkilökunnan kanssa sitoutuvat työskentelemään

Klubitalon toiminnan ylläpitämiseksi. Työtoiminnan hyödyt voidaan jakaa itsemääräämisen eli autonomian sekä ihmissuhteiden kehittymiseen. Työpainotteinen päiväohjelma tuo rakennetta, sujuvuutta ja järkevää sisältöä jäsenten arkeen. Se auttaa vähentämään ongelmista murehtimista ja hölmöyksiin ajautumista. Toiminnan ja osallistumisen aikaansaaman itseluottamuksen lisääntymisen myötä jäsenet alkavat usein ottaa enemmän vastuuta arjestaan ja elämästään. Klubitalon yhteisöllinen työtoiminta on myös jäsenille usein miellyttävämpi vaihtoehto kuntoutua kuin perinteiset terapiapalvelut. Se edistää tehokkaasti jäsenten hyvinvointia ja kuntoutumista mielenterveysongelmista sekä voimaantumisprosessia, joka sisältää henkilökohtaista kasvua ja elämänhallintaa. (Hänninen 2016c, 237–242.)

Jyväskylän Suvimäen Klubitalolla vuonna 2013 laaditun jäsenkyselyn mukaan ylipäättään klubitalotoimintaan osallistuminen voi auttaa jäseniä saavuttamaan tasapainoisemman ja mielekkäämmän elämän. Useat klubitalokuntoutujat kokevat päivärytminsä parantuvan ja yhteiskuntaan osallistumisen helpottuvan toiminnan ansioista. Jäsenten mukaan toiminta kohentaa heidän psyykkistä terveyttään ja helpottaa toimeen tulemistä psyykkisten oireiden kanssa. Klubitalotoiminnan kautta jäsenet voivat saada lisää onnistumisen kokemuksia sekä kokea itsensä arvokkaammaksi ja tärkeämmäksi. Kyselyn mukaan klubitalojäsenet eivät koe talon toiminnalla olevan juurikaan vaikutusta kykyyn huolehtia itsestään, kodistaan tai perheenjäsenistään. Myöskään työllistymiseen tai opiskeluun ei toiminnalla nähty merkittävää vaikutusta. (Hänninen 2016a, 64.)

3.2.2 Yhteisöllisyyden ja vuorovaikutuksen tuomat hyödyt

Yksi keskeinen kuntoutujien kokema hyöty liittyy Klubitalotoiminnan aikaansaamaan sosiaaliseen inklusioon ja verkostoitumiseen, jotka toteutuvat erityisen tehokkaasti Klubitalojen toiminnassa. Niiden myötä jäsenet saavat myös vertaistukea toisiltaan ja kokevat olevansa arvostettuja muiden yhteisön jäsenten puolesta. (Hultqvist ym. 2016a, 203–205.) Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden ja hyvän verkostoitumisen on todettu lisäävän hyvinvointia ja tehostavan mielenterveysongelmista kuntoutumista (Onken, Craig & Ridgway 2007, 16–19). Myös mielenterveyskuntoutujien Klubitaloja

ja päiväkeskuksia vertailevassa tutkimuksessa Klubitalojen todettiin olevan erityisen tehokkaita paikkoja sosiaalisen verkostoitumisen ja kaverisuhteiden luomisessa. Klubitalot erottuivat edukseen kuntoutujien laajemmilla sosiaalisilla verkostoilla sekä läheisemmällä ystävyyssuhteilla. Kaverisuhteiden lisääntyminen vaikuttaa tehokkaampaan toipumiseen sekä parempaan sosiaaliseen ja yleiseen toimintakykyyn. Sosiaalisen verkoston koolla on myös todettu olevan positiivinen yhteys kuntoutujien itsetuntoon. (Hultqvist, Markström, Tjörnstrand & Eklund, 2016b, 112–115.) Toisaalta Jyväskylän Suvimäen Klubitalolla vuonna 2013 tehdyn jäsenkyselyn mukaan Klubitalotoiminnalla on hyvin pieni vaikutus uusien ystävyyssuhteiden muodostumiseen. Kyselyn mukaan klubitalotoiminta voi kuitenkin vähentää jäsenten yksinäisyyden tunnetta ja parantaa heidän sosiaalisia taitojaan. (Hänninen 2016a, 64.)

Sosiaalisen ympäristön aikaansaamat vaikutukset ovat keskeinen osa toipumisorientoitunutta kuntoutusta Klubitaloissa. Sosiaalinen ympäristö voidaan jakaa kolmeen eri alakategoriaan: yhteisöllisyyteen, osallistumiseen ja mahdollisuuksiin sekä kunnioitukseen ja autonomiaan. Yhteisöllisyydessä keskeistä ovat Klubitalojen yhteiset arvot ja toimintatavat ympäri maailmaa sekä toiminnan vapaaehtoisuus. Myös jäsenten ja henkilökunnan välinen tasa-arvoisuus ja sitoutuneisuus luovat Klubitaloille yhteisöllisyyden tunnetta. Useat jäsenet kokevat Klubitalon yhteisöksi, johon voi luottaa, turvautua ja palata aina tarvittaessa takaisin. (Raeburn, Schmied, Hungerford & Cleary 2016, 173–177.) Jäsenille merkityksellistä yhteisöllisyydessä on myös yksinäisyyden tunteen väheneminen sekä tunne siitä, että ympärillä on ihmisiä, jotka välittävät ja kuuntelevat. Lisäksi yhteisöllisyys laajentaa sosiaalisia verkostoja sekä vähentää sosiaalista eristyneisyyttä ja stigmaa. (Coniglio, Hancock & Ellis 2010, 156.)

Osallistumista ja mahdollisuuksia Klubitaloilla tarjoavat yhteinen toiminta, jossa niin henkilökunta kuin jäsenet ottavat yhdessä vastuuta talon toiminnasta. Tämä synnyttää jäsenissä yhteistyön ja hyväksytyksi tulemisen tunteita. Klubitaloilla järjestettävät työtoiminnot ovat lähes kaikille soveltuvia sekä monipuolisia, ja kaikilla jäsenillä on mahdollisuus osallistua niihin kiinnostuksen ja itseluottamuksen mukaisesti. Tällaiset toiminnot lisäävät jäsenten taitoja ja itseluottamusta sekä pätevyyden tunnetta. Klubitalojen tarjoama työtoiminta on keskeinen osa henkilökohtaista toipumista ja

oman identiteetin palautumista yhteisön jäsenenä. Työtoiminta myös valmistaa jäseniä varsinaista työelämää ja yhteiskuntaan sopeutumista varten edellä mainittujen hyötyjen kautta. (Raeburn, Schmied, Hungerford & Cleary 2016, 173–177.) Yhteinen työtoimintaan osallistuminen myös lisää yhdessä saavuttamisen tuntemuksia, jotka voivat johtaa parempaan tyytyväisyyteen ja itseluottamukseen. Jäsenet tuntevat itsensä kyvykkäiksi ja tuotteliaiksi, mikä vähentää sairauden tuntua. Yhdessä työskentely johtaa usein läheisempien ja syvempien ystävyysuhteiden muodostumiseen. Työtoiminta antaa lisäksi mahdollisuuden opettaa taitoja ja tehtäviä muille jäsenille, mikä kehittää johtajuutta ja voi sitä kautta parantaa jäsenten itseluottamusta ja itsearvostusta. (Coniglio ym. 2010, 156–157.)

Pitemmällä aikavälillä Klubitalojäsenten välinen sosiaalinen kanssakäyminen voi johtaa keskinäisen riippuvuuden syntymiseen, mikä aikaansaa vielä syvempää luottamusta ja avoimuutta. Jäsenet saattavat jakaa toisilleen henkilökohtaisia kokemuksiaan ja luottamuksellisia asioita. Tähän perustuu myös Klubitalojen tarjoama vertaistuki, sillä kuntoutujien on usein helpompi puhua tuntemuksistaan ihmisille, joilla on kokemusta samankaltaisista asioista. Kokemusten jakaminen usein parantaa kuntoutujien ymmärrystä omaa tilannettaan ja ongelmiaan kohtaan. Kaikkein syvimmällä tasolla jäsenten välinen vuorovaikutus voi johtaa läheisyyden tunteen kehittymiseen. Tällöin jäsenet saavat toisistaan tai henkilökunnan jäsenistä läheisiä ystäviä. Läheisyyden tuntemukset ovat merkityksellisiä, koska silloin kuntoutuja kokee, että hänestä välitetään, häntä kaivataan ja hän itse kokee samoin muita kohtaan. Tämä johtaa usein parempaan itsearvostukseen ja merkityksellisyyden tunteisiin. (Coniglio ym. 2010, 157–158.)

3.2.3 Vaikutusmahdollisuuksien ja vastuunottamisen tuomat hyödyt

Merkittävä osa Klubitalojen kuntouttavaa vaikutusta jäsenilleen ovat niiden aikaansaama itsenäisyyden ja hallinnan tunne sekä vaikutusmahdollisuudet. Jäsenet pääsevät vaikuttamaan talojen ohjelmaan ja aktiviteetteihin sekä saavat tukea tulevaisuutensa suunnitteluun esimerkiksi työllistymiseen liittyen. Myös Klubitaloissa tapahtuva

kuntoutumiseen liittyvien tavoitteiden asettaminen lisää kuntoutujien itsepystyvyyden ja hallinnan tunteita. (Hultqvist ym. 2016a, 203–204.)

Kunnioitus ja autonomia näkyvät Klubitalotoiminnassa toimintojen vapaa-ehtoisuutena sekä vapautena päättää omasta ajankäytöstä talolla. Jäsenille osoitettu kunnioitus näkyy myös vastakunnioituksena henkilökuntaa ja talon sääntöjä kohtaan. Vapauden ja autonomian tunne johtaa jäsenissä usein sosiaaliseen avuliaisuuteen ja tyydyttävämpään elämään. Myös turvallisuus ja luottamus ovat merkittävä osa Klubitalojen toipumisorientoitunutta ilmapiiriä parantaen jäsenten itseohjautuvuutta ja henkilökohtaista toipumista. (Raeburn, Schmied, Hungerford & Cleary 2016, 173–177.)

3.2.4 Tuetun työllistymisen ja -opiskelun tuomat hyödyt

Tuettu työllistyminen on yksi Klubitalojen keinoista valmistaa jäseniään työelämään, kuntouttaa heitä työkykyisiksi sekä saada heidät integroitua osaksi työelämää ja yhteiskuntaa. Tuettu työllistyminen on todettu toimivaksi keinoksi työllistää mielenterveyskuntoutujia. Se on lähes kolme kertaa tehokkaampaa mielenterveyskuntoutujien työllistymisen kannalta kuin esiammatillinen koulutus. Tuetun työllistymisen kautta työllistyneet myös ansaitsevat keskimäärin enemmän ja työskentelevät enemmän tunteja viikossa. (Crowther, Marshall, Bond & Huxley 2001, 31.) Vaikeita mielenterveysongelmia omaavat Klubitalokuntoutujat voivat hyötyä tuetusta työllistymisestä myös parantuneen elämänlaadun kautta. Tuettuun työllistymisen osallistuminen voi parantaa yleistä elämänlaatua eteenkin sen sosiaalista ja taloudellista osa-aluetta sekä itsetuntoa ja tyytyväisyyttä mielenterveyspalveluihin. Sosiaalisen elämänlaadun paranemiseen vaikuttaa tuettuun työhön liittyvät ajanvietteet muiden työntekijöiden kanssa kuten yhteiset lounaat ja aktiviteetit sekä yleisestikin laajemmat kaverisuhteet ja tasa-arvoisuus henkilökunnan kanssa. Tuettuun työhön osallistuminen voi hyödyttää jäseniä myös laadukkaampana vapaa-aikana, parempana viihtyvyytenä kotona sekä kunnioituksen saamisena kavereilta ja läheisiltä. (Gold, Macias & Rodican 2016, 1–11.)

Klubitalojäsenet voivat saada talolta tukea opiskeluun ja opintoihin liittyvissä asioissa. Siihen liittyvät esimerkiksi opiskeluiden suunnitteluun, opiskelutekniikoihin sekä ajanhallintaan liittyvät seikat. Opiskeluista kiinnostuneet jäsenet saavat tukea myös oppilaitoksiin hakemisessa ja pääsykokeisiin valmistautumisessa. Klubitalot pyrkivät innostamaan jäseniään opiskeluun oppilaitosten kanssa tehtävällä yhteistyöllä, tutustumiskäynneillä sekä kuntoutujille sovelletuilla koulutusohjelmilla. (Kettle 2016, 160–162.)

4 Tutkimuksen toteutus ja tulokset

Tutkimuksen aineisto kerättiin vuoden 2016 aikana sähköisesti laaditun Klubitalojen jäsenkyselyn avulla. Kysely oli strukturoitu verkkokysely, joka sisälsi myös kolme avointa kysymystä. Se oli laadittu selvittämään Klubitalojäsenten tyytyväisyyttä talojen toimintaa kohtaan. Siinä oli kaiken kaikkiaan 76 kysymystä, joista tutkimukseen valittiin vain jäsenten kokemiin Klubitalotoiminnan hyötyihin liittyvät kysymykset. Kaiken kaikkiaan tutkimukseen valikoitui 41 kysymystä. Aineistoa rajattiin myös tutkimukseen valittujen kyselyiden perusteella, jotta aineisto ei olisi liian laaja. Mukaan valittiin vain Helsingin, Itä-Helsingin, Jyväskylän, Lahden ja Imatran Klubitalojen vastanneiden jäsenten kyselyt. Yhteensä tutkittavia kyselyitä oli rajauksen jälkeen 236.

Aineiston analyysi tapahtui SPSS-ohjelmalla, johon aineisto syötettiin taloittain laadituista jäsenkyselyiden vastausten Excel-tiedostoista. Kerätystä aineistosta analysoitiin ainoastaan tutkimukseen valikoidut kysymykset. Vastauksista analysoitiin frekvenssit eli vastausten lukumäärät ja prosentuaalinen esiintyvyys. Tuloksista laadittiin taulukoita ja kaavioita jaotellen ne toiminnan hyötyjen eri osa-alueiden mukaisesti. Myös yksi ristiintaulukointi tehtiin Klubitalon yhteydenpidosta jäseniin ja sen tärkeydestä jäsenille. Tutkimukseen valitut avoimet kysymykset analysoitiin laskemalla samankaltaisten vastausten esiintyvyyttä hyödyntäen Microsoft Word- ja Excel- ohjelmia.

Lähes kaikissa tutkimukseen otetuissa kysymyksissä oli tyhjiä vastauksia. Niitä ei otettu tutkimuksessa huomioon, koska niiden prosentuaalinen osuus kaikista vastauksista oli hyvin pieni (0,5 – 3 %). Yhdessä kysymyksessä vastaamattomien määrä oli kuitenkin merkittävä, mikä huomioidaan tulosten analyysissä (taulukko 3).

Taulukko 1. Tutkittujen taustatiedot (n=236)

Taustatiedot	Lukumäärä (n)	Prosentti (%)
<i>Sukupuoli</i>		
Mies	134	56,8
Nainen	101	42,8
Muu	1	0,4
<i>Ikä</i>		
18–29	21	8,9
30–62	199	84,3
63–79	16	6,8
<i>Käyn Klubitalolla</i>		
Joka päivä	57	24,2
Muutaman kerran viikossa	110	46,6
Kerran viikossa	31	13,1
Muutaman kerran kuussa	25	10,6
Kerran kuussa	5	2,1
Harvemmin	8	3,4
<i>Kuntouttavassa työtoiminnassa</i>	10	4,2
<i>Vanhuuseläkkeellä</i>	12	5,1
<i>Tuetussa-, itsenäisessä- tai siirtymätyössä</i>	22	9,3
<i>Kuntoutustuella</i>	37	15,7
<i>Työkyvyttömyyseläkkeellä</i>	147	62,3
<i>Opiskelija</i>	12	5,1

Taustatiedoista selviää se, että tutkituista miehiä (57 %) oli hieman enemmän kuin naisia (43 %). Yleisin ikäryhmä oli 30–62 vuotiaat (84 %), ja vähiten Klubitaloilla kävi 63–79 -vuotiaita (7 %). Klubitaloilla käytiin eniten muutaman kerran viikossa (47 %) ja toiseksi eniten käytiin päivittäin (24 %). Prosentuaalisesti Klubitaloilla käytiin vähiten

kerran kuussa tai sitä harvemmin. 62 % tutkituista oli työkyvyttömyyseläkkeellä. Vähiten Klubitaloilla kävi kuntouttavassa työtoiminnassa olevia (4 %), vanhuuseläkeläisiä (5 %) sekä opiskelijoita (5 %). (taulukko 1.)

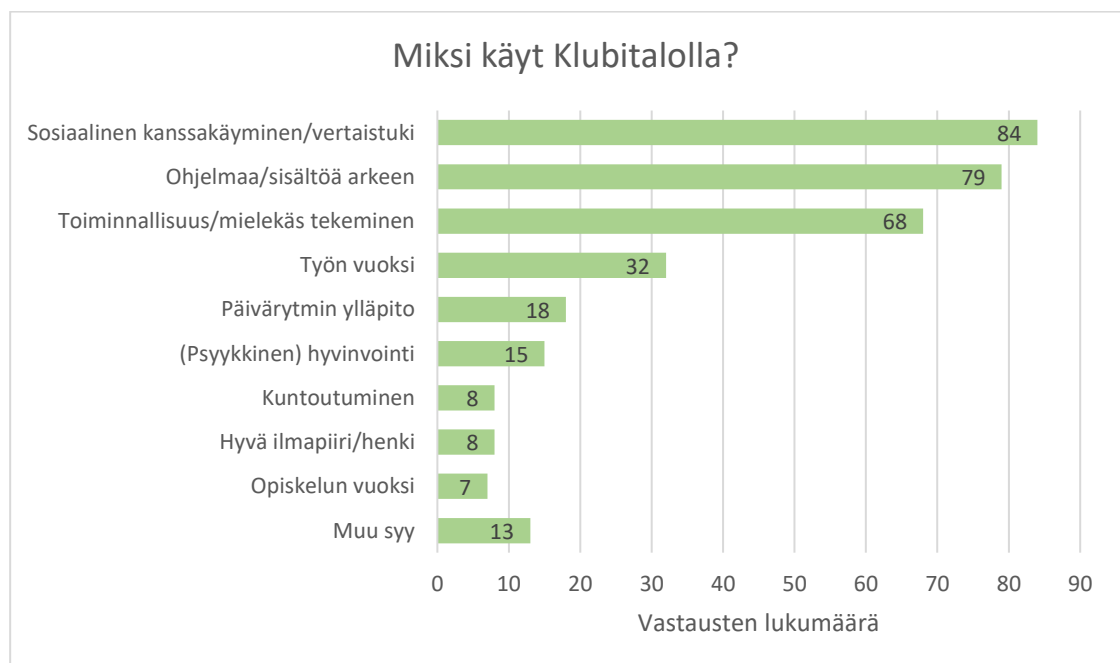
Taulukko 2. Klubitalotoiminnan koetut hyödyt

Jäsenten kokemat hyödyt	Lukumäärä (n)	Prosentti (%)
<i>Vaikuttanut positiivisesti päivärytmiin</i>	191	80,9
<i>Tuonut uusia ystäviä ja ihmissuhteita</i>	155	65,7
<i>Kohentanut sosiaalisia taitoja</i>	153	64,8
<i>Lisännyt tyytyväisyyttä elämään</i>	149	63,1
<i>Vahvistanut itsetuntoa</i>	142	60,2
<i>Opettanut uusia taitoja</i>	129	54,7
<i>Auttanut syömään terveellisemmin</i>	95	40,3
<i>Tukenut omasta itsestä ja kodista huolehtimisessa</i>	86	36,4
<i>Parantanut työllistymis- ja/tai opiskelunvalmiuksia</i>	81	34,3
<i>Lisännyt liikunnan harrastamista</i>	74	31,4
<i>Lisännyt yhteiskunnallista osallistumista</i>	46	19,5
<i>Vähentänyt päihteiden käyttöä</i>	42	17,8
<i>Parantanut taloudellista tilannetta</i>	37	15,7
<i>Auttanut tupakoinnin lopettamisessa</i>	14	5,9

Suurimmaksi klubitalotoiminnan hyödyksi tutkitut jäsenet kokivat päivärytmin positiiviset muutokset (81 %). Sosiaaliset vaikutukset näkyivät myös jäsenten kokemissa hyödyissä. 66 % vastaajista kertoi Klubitalon tuoneen uusia ystäviä ja ihmissuhteita, ja 65 % tutkituista koki Klubitalon kohentaneen sosiaalisia taitoja. Klubitalolla käynti

lisäsi tyytyväisyyttä elämään (63 %), vahvisti itsetuntoa (60 %) sekä opetti uusia taitoja (55 %). (taulukko 2.)

40 % jäsenistä koki syövänsä terveellisemmin kuin ennen Klubitalolla käyntiä. Klubitalo tuki jäseniään myös itsestä ja kodista huolehtimisessa (36 %). 34 % vastaajista kertoi työllistymis- ja/tai opiskeluvaihtumien parantuneen. Joka kolmannella liikunnan harrastaminen ja joka viidennellä yhteiskunnallinen osallistuminen, kuten yhdistystoiminta, äänestäminen tai harrastustoiminta, oli lisääntynyt. Joka viides vastaajista kertoi Klubitalon vähentäneen päihteiden käyttöä. 16 % tutkituista koki taloudellisen tilanteensa parantuneen. 6 % jäsenistä kertoi Klubitalon auttaneen tupakoinnin lopettamisessa. (taulukko 2.)



Kuvio 2. Jäsenten syyt Klubitalolla käyntiin

Avoimesta kysymyksestä ”Miksi käyt Klubitalolla?” erottui selvimmin kolme syytä. Suurin osa jäsenistä kävi Klubitalolla sosiaalisen kanssakäymisen ja vertaistuen takia (84 vastausta). Toiseksi eniten jäseniä kävi Klubitalolla saadakseen sisältöä arkeen (79 vastausta). Kolmanneksi eniten Klubitalolla käytiin toiminnallisuuden ja mielekkään tekemisen vuoksi (68 vastausta). Työn vuoksi Klubitalolla kävi 32 vastanneista. Vä-

hemmän vastauksia sai päivärytmin ylläpito (18 vastausta), hyvinvointi (15 vastausta), kuntoutuminen (8 vastausta), hyvä ilmapiiri/henki (8 vastausta), opiskelun vuoksi (7 vastausta) sekä muut syyt (13 vastausta). (kuvio 2.)

Taulukko 3. Klubitalotoiminnan vaikutus jäsenten toimintakykyyn ja hyvinvointiin

Toimintakyky ja hyvinvointi	Lukumäärä (n)	Prosentti (%)
<i>Klubitalotoimintaan osallistumisen vaikutus vointiin</i>		
Myönteinen	183	77,5
Pysynyt samanlaisena	38	16,1
Kielteinen	1	0,4
En osaa sanoa	8	3,4
<i>Klubitalotoiminnan vaikutus toimintakykyyn</i>		
Myönteinen	169	71,6
Pysynyt samanlaisena	46	19,5
En osaa sanoa	14	5,9
<i>Klubitalotoimintaan osallistuminen on vähentänyt hoitajaksoja psykiatrisessa sairaalassa</i>		
Kyllä	102	43,2
Ei	41	17,4
En osaa sanoa	63	26,7
Tyhjiä vastauksia	30	12,7

Klubitalotoiminnan vaikutus toimintakykyyn ja hyvinvointiin oli pääosin myönteinen. 78 % vastanneista koki klubitalotoiminnan vaikuttaneen positiivisesti vointiin, 16 % vastasi voinnin pysyneen samana ja 0,4 % koki klubitalotoiminnan vaikuttaneen kielteisesti vointiin. 72 % jäsenistä koki myönteistä muutosta toimintakyvyssä, ja joka viides tutkituista vastasi toimintakyvyn pysyneen samanlaisena. 6 % ei osannut sanoa kuinka klubitalotoiminta on vaikuttanut toimintakykyyn. (taulukko 3.)

43 % vastanneista kertoi Klubitalon toimintaan osallistumisen vähentäneen hoitajaksoja psykiatrisessa sairaalassa, kun taas 17 % koki, ettei toimintaan osallistuminen ollut vaikuttanut hoitajaksoihin. 27 % vastanneista ei osannut sanoa ja tyhjiä vastauksia oli 13 %. (taulukko 3.)

Taulukko 4. Klubitalotoiminnan vaikutukset jäsenten yhteisöllisyyden ja sosiaalisuuden tuntemuksiin

Yhteisöllisyys ja sosiaalisuus	Lukumäärä (n)	Prosentti (%)
<i>Klubitalo on minulle tärkeä paikka</i>		
Täysin samaa mieltä	132	55,9
Jokseenkin samaa mieltä	73	30,9
Jokseenkin eri mieltä	5	2,1
Täysin eri mieltä	3	1,3
En osaa sanoa	17	7,2
<i>Koen olevani tasavertainen yhteisön jäsen</i>		
Täysin samaa mieltä	118	50,0
Jokseenkin samaa mieltä	86	36,4
Jokseenkin eri mieltä	8	3,4
Täysin eri mieltä	5	2,1
En osaa sanoa	15	6,4
<i>Koen kuuluvani Klubitalon yhteisöön</i>		
Täysin samaa mieltä	114	48,3
Jokseenkin samaa mieltä	89	37,7
Jokseenkin eri mieltä	14	5,9
Täysin eri mieltä	3	1,3
En osaa sanoa	14	5,9
<i>Ilmapiiiri on hyvä</i>		
Täysin samaa mieltä	112	47,5
Jokseenkin samaa mieltä	94	39,8
Jokseenkin eri mieltä	8	3,4
Täysin eri mieltä	5	2,1
En osaa sanoa	14	5,9
<i>Olen saanut vertaistukea</i>		
Täysin samaa mieltä	91	38,6
Jokseenkin samaa mieltä	76	32,2
Jokseenkin eri mieltä	14	5,9
Täysin eri mieltä	13	5,5
En osaa sanoa	37	15,7

Lähes kaikki tutkitut (87 %) kokivat Klubitalon olevan heille ainakin jokseenkin tärkeä paikka. Valtaosa (56 %) oli täysin sitä mieltä, että Klubitalo on heille tärkeä paikka ja noin 3 % vastanneista koki, että Klubitalo ei ole heille tärkeä paikka. Lähes kaikki tutkitut (86 %) olivat myös täysin tai jokseenkin sitä mieltä, että he kokevat itsensä tasavertaisiksi yhteisön jäseniksi Klubitalolla. 6 % vastanneista koki, että ei ole tasavertai-

nen jäsen. Myös jäsenten näkemys kuulumisesta Klubitalon yhteisöön oli myönteinen. 86 % tutkituista vastasi täysin tai jokseenkin kuuluvansa yhteisöön ja 7 % oli täysin tai jokseenkin eri mieltä. (taulukko 4.)

Suuri osa vastanneista (87 %) koki Klubitalon ilmapiirin olevan täysin tai jokseenkin hyvä. 6 % tutkituista ei mieltänyt ilmapiiriä hyväksi. Enemmistö vastanneista jäsenistä (71 %) koki myös täysin tai osittain saaneensa vertaistukea Klubitalolta. 12 % tutkituista vastasi, että saatu vertaistuki on puutteellista. 16 % vastanneista ei osannut sanoa oliko saanut vertaistukea vai ei. (taulukko 4.)

Taulukko 5. Klubitalolta ja henkilökunnalta saatu apu ja tuki

Apu ja tuki	Lukumäärä (n)	Prosentti (%)
<i>Kuinka hyvin olet saanut Klubitalolta apua asioittesi hoitamisessa (1=huonosti, 5=hyvin)</i>		
1	10	4,4
2	14	6,2
3	56	24,9
4	72	32,0
5	73	32,4
<i>Koen, että henkilökunta auttaa ja tukee tarvittaessa</i>		
Täysin samaa mieltä	131	55,5
Jokseenkin samaa mieltä	78	33,1
Jokseenkin eri mieltä	6	2,5
Täysin eri mieltä	2	0,8
En osaa sanoa	12	5,1
<i>Koen, että henkilökunnalla on riittävästi osaamista ja ammattitaitoa</i>		
Täysin samaa mieltä	131	55,5
Jokseenkin samaa mieltä	70	29,7
Jokseenkin eri mieltä	7	3,0
Täysin eri mieltä	5	2,1
En osaa sanoa	17	7,2
<i>Koen, että henkilökunnalla on minulle aikaa</i>		
Täysin samaa mieltä	81	34,3
Jokseenkin samaa mieltä	101	42,8
Jokseenkin eri mieltä	15	6,4
Täysin eri mieltä	4	1,7
En osaa sanoa	25	10,6

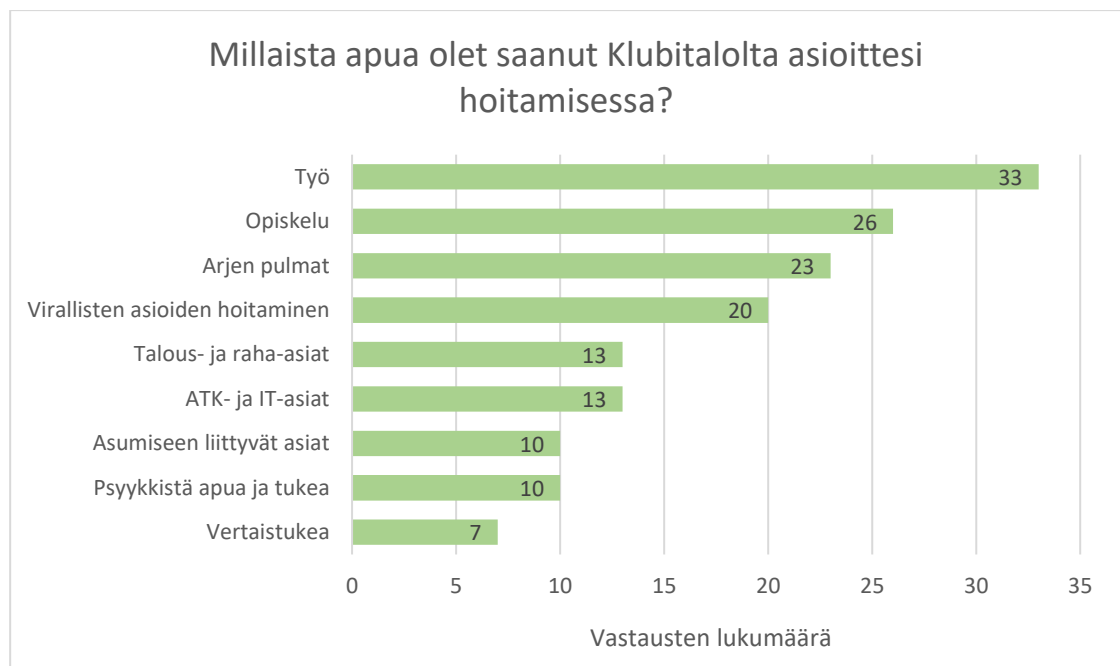
Noin kolmannes tutkituista vastasi saaneensa Klubitalolta hyvin (5, asteikko 1–5) apua asioidensa hoitamiseen. Toinen kolmannes koki saaneensa apua melko hyvin (4). Neljäs vastanneista arvioi saamansa avun luvulla 3. Tutkituista noin kymmenesosa koki saaneensa huonosti tai melko huonosti (1–2) apua asioidensa hoitamiseen. (taulukko 5.)

Yli puolet tutkituista (56 %) oli täysin ja noin kolmannes jokseenkin sitä mieltä, että Klubitalon henkilökunta tukee ja auttaa tarvittaessa. 3 % jäsenistä oli täysin tai jokseenkin eri mieltä. Yhtä moni (56 %) oli myös täysin sitä mieltä, että henkilökunnalla on riittävästi osaamista ja ammattitaitoa. Lähes kolmannes vastanneista (30 %) oli jokseenkin samaa mieltä asiasta. 5 % tutkituista oli täysin tai jokseenkin eri mieltä. Noin kolmannes jäsenistä koki olevansa täysin sitä mieltä ja 43 % jokseenkin sitä mieltä, että henkilökunnalla on heille riittävästi aikaa. 8 % vastanneista oli täysin tai jokseenkin eri mieltä asiasta ja 11 % ei osannut sanoa. (taulukko 5.)

Taulukko 6. Työhön ja opiskeluun saatu tuki

Tuki	Lukumäärä (n)	Prosentti (%)	Jäsenet, joita asia koskee (%)
<i>Olen saanut riittävästi tukea Klubitalolta siirtymätyöhön</i>			
Kyllä	129	54,7	83,2
En	26	11,0	16,8
Ei koske minua	68	28,8	-
<i>Olen saanut riittävästi tukea Klubitalolta tuettuun työhön</i>			
Kyllä	90	38,1	72,6
En	34	14,4	27,4
Ei koske minua	90	38,1	-
<i>Olen saanut riittävästi tukea Klubitalolta itsenäiseen työhön</i>			
Kyllä	97	41,1	72,9
En	36	15,3	27,1
Ei koske minua	76	32,2	-
<i>Olen saanut riittävästi tukea Klubitalolta opiskeluun</i>			
Kyllä	114	48,3	77,0
En	34	14,4	23,0
Ei koske minua	71	30,1	-

Suurin osa vastanneista (55 %) vastasi saaneensa riittävästi tukea Klubitalolta siirtymätyöhön. Lähes kolmannesta vastanneista kysymys ei koskenut ja noin yksi kymmenestä koki, ettei ole saanut riittävästi tukea. Tuettuun työhön vastasi saaneensa riittävästi apua 38 % vastanneista jäsenistä ja yhtä moni koki, ettei kysymys koske heitä. 14 % tutkituista koki, ettei ole saanut Klubitalolta riittävästi tukea tuettuun työhön. Itsenäiseen työhön riittäväsi apua koki saaneensa 41 % vastanneista, kun taas 15 % tunti, ettei ole saanut tarpeeksi tukea. Noin kolmannes vastasi, että kysymys ei koske heitä. Noin puolet vastanneista jäsenistä koki saaneensa riittävästi apua opiskeluun ja 14 %, että ei ole saanut riittävästi tukea. Lähes kolmannesta vastanneista kysymys ei koskenut. (taulukko 6.)



Kuvio 3. Jäsenten Klubitalolta saama apu asioiden hoitamiseen

Eniten jäsenet kokivat saaneensa Klubitalolta apua työhön liittyvissä asioissa (33 vastausta). Toiseksi eniten apua tutkitut kertoivat saaneensa opiskeluun liittyvissä asioissa (26 vastausta). Kolmantena nousi esiin arjen pulmiin liittyvä apu (23 vastausta). Myös apu virallisten asioiden hoitamisessa tuli esille useissa vastauksissa (20 vastausta). Muita vähemmän esille nousseita vastauksia olivat Klubitalolta saatu apu ja

tuki: talous- ja raha-asioissa (13 vastausta), ATK- ja IT- asioissa (13 vastausta), asumi- seen liittyvissä asioissa (10 vastausta), psyykkinen tuki (10 vastausta) sekä vertaistuki (7 vastausta). (kuvio 3.)

Taulukko 7. Klubitalon yhteydenpito jäseniin

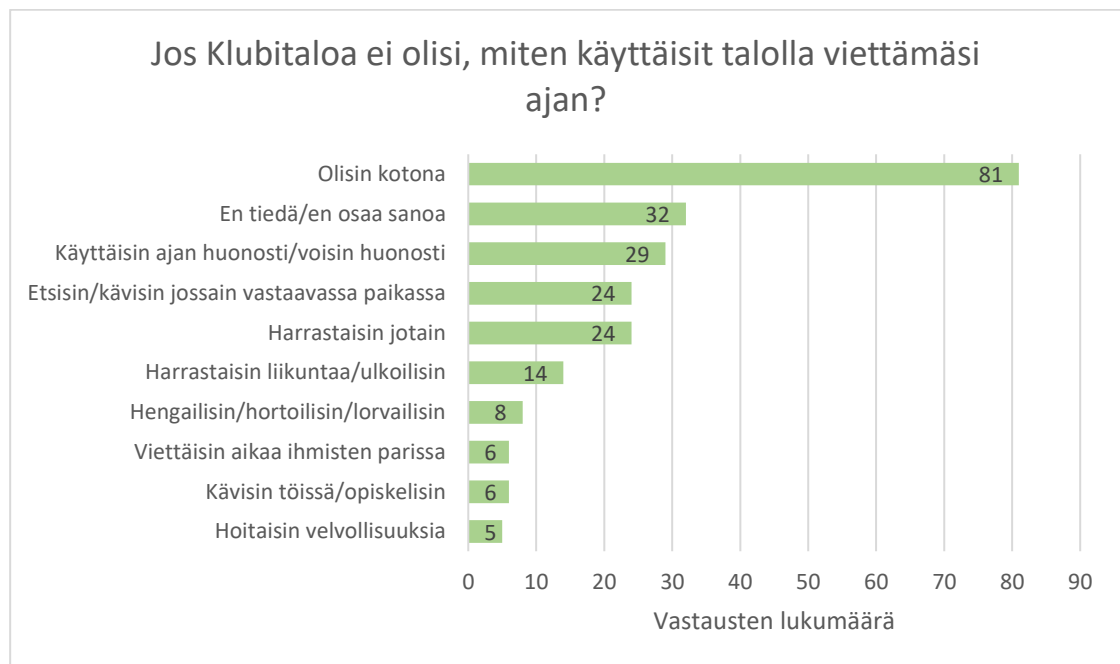
	<i>Onko sinulle tärkeätä, että Klubitalolta otetaan sinuun yhteyttä?</i>			
	Kyllä	Ei	En osaa sanoa	Yht.
<i>Onko sinuun oltu yhteydessä Klubitalolta poissaollessasi?</i>				
Kyllä	115	8	21	144
Ei	33	18	14	65
En osaa sanoa	13	1	9	23
Yht.	161	27	44	

Suurin osa jäsenistä (69 %) koki tärkeäksi, että Klubitalolta ollaan heihin yhteydessä, jos he ovat pitempään poissa talolta. Lähes kahteen kolmasosaan heistä (62 %) oltiin- kin oltu yhteydessä näiden talolta poissa ollessa. Taulukosta 6 selviää kuitenkin, että puolet jäsenistä, joihin Klubitalo ei ole ollut yhteydessä kokisi sen tärkeänä. (taulukko 7.)

Taulukko 8. Klubitalotoiminnan vaikutukset jäsenten tulevaisuuden suunnitteluun

Tulevaisuuden suunnittelu	Lukumäärä (n)	Prosentti (%)
<i>Oletko suunnitellut enemmän tulevaisuuttasi alettuasi käymään Klubitalolla?</i>		
Kyllä	126	53,4
En	45	19,1
En osaa sanoa	60	25,4

Noin puolet tutkituista klubitalojäsenistä suunnitteli tulevaisuuttaan enemmän alet- tuaan käymään Klubitalolla. Noin viidesosa jäsenistä vastasi, ettei Klubitalolla käynti ole lisännyt heidän tulevaisuuden suunnitteluaan. Noin neljännes ei osannut sanoa suunnitteliko tulevaisuuttaan enemmän vai ei. (taulukko 8.)



Kuvio 4. Jäsenten ajankäyttö, jos Klubitaloja ei olisi

Kolmannes tutkituista olisi käyttänyt Klubitalolla viettämänsä ajan kotonaan, jos Klubitaloja ei olisi. 14 % jäsenistä ei tiennyt kuinka käyttäisivät ajan. 29 jäsentä (12 %) vastasi, että käyttäisi ajan huonosti tai voisi huonosti, jos Klubitaloja ei olisi. Yhtä moni tutkittu (24 vastausta) vastasi, että etsisi/kävisi jossain vastaavassa paikassa tai harrastaisi jotain. 14 jäsentä kertoi, että harrastaisi liikuntaa tai ulkoilisi tuona aikana. Muita vähemmän esille nousseita vastauksia olivat: hengailisin/hortoilisin/lorvailisin (8 jäsentä), viettäisin aikaa ihmisten parissa (6 jäsentä), kävisin töissä/opiskelisin (6 jäsentä) sekä hoitaisin velvollisuuksia (5 jäsentä). (kuvio 4.)

5 Pohdinta

5.1 Tutkimustulosten pohdinta

Tutkimuksessa selkeimmin esille noussut Klubitalotoiminnan aikaan saama hyöty oli päivärytmin ja ajankäytön parantuminen. Klubitalotoiminnan vaikutus päivärytmin parantumiseen nousi esille myös Suomen Klubitaloista kertovassa kirjassa. Sen mukaan etenkin työpainotteinen päiväohjelma luo rakennetta ja sujuvuutta arkeen.

(Hänninen 2016c, 237–242.) Lisäksi Suvimäen Klubitalon vuoden 2013 jäsenkyselyn mukaan useat jäsenet kokivat päivärytmiensä parantuneen klubitalotoiminnan ansiosta (Hänninen 2016a, 64). Suomen Klubitalojen aiemmat jäsenkyselyt sekä toiminnan tavoitteet siis tukevat opinnäytetyössä esille nousseita tuloksia päivärytmin ja ajankäytön kehittymisestä. Varsinaista aiempaa tutkimusnäyttöä klubitalotoiminnan positiivisesta vaikutuksesta päivärytmiin ei näyttäisi kuitenkaan juuri olevan.

Toinen merkittävä hyöty klubitalotoiminnalla oli sosiaalinen kanssakäyminen ja uusien ihmissuhteiden muodostuminen. Klubitalojäsenet näyttäisivät pitävän tätä jopa merkittävimpana hyötynä, koska se nousi eniten esille avoimessa kysymyksessä ”Miksi käyt Klubitalolla?”. Hultqvist ja muut (2016b, 112–115) saivat samankaltaisia tuloksia liittyen Klubitalokuntoutujien uusiin kaverisuhteisiin ja laajempaan sosiaaliseen verkostoon. Onkenin ja muiden (2007, 16–19) mukaan mielenterveyskuntoutujien laaja sosiaalinen verkostoituminen ja yhteenkuuluvuuden tunne lisäsivät hyvinvointia, ja Hultqvistin ja muiden (2016b, 115) mukaan kaverisuhteiden lisääntyminen kohensi kuntoutujien toimintakykyä ja itsetuntoa. Opinnäytetyön tulokset siis tukevat aiempaa tutkimusnäyttöä Klubitalojen sosialisovasta vaikutuksesta. On myös mahdollista, että laajempi sosiaalinen ympäristö on kohentanut tutkittujen toimintakykyä, itsetuntoa ja hyvinvointia, koska ne olivat merkittävästi parantuneet. Ei kuitenkaan voida suoraan päätellä, että sosiaalisen ympäristön laajeneminen olisi yksin vaikuttanut elämänlaatuun, koska siihen vaikuttavia tekijöitä klubitalotoiminnassa on niin paljon. Mielenkiintoista oli, että vuonna 2013 laaditun Suvimäen Klubitalon jäsenkyselyn tulosten mukaan klubitalotoiminnalla olisi hyvin pieni vaikutus uusien ystävyysuhteiden muodostumiseen (Hänninen 2016a, 64). Tämän opinnäytetyön ja Hultqvistin ja muiden (2016b, 112–115) tutkimuksessa ilmenneet tulokset ovat ristiriidassa Suvimäen kyselyistä saatuihin tuloksiin. Voitaneen kuitenkin olettaa, että Klubitaloilla on vaikutusta ystävyysuhteiden muodostumiseen, koska Suvimäen jäsenkyselyssä tutkittiin vain yhtä Klubitaloa.

Kolmantena tuloksista nousi esille toiminnallisuuden ja mielekkään tekemisen lisääntyminen jäsenillä. Eklund ja muut (2016a, 204) saivat samankaltaisia tuloksia klubitalotoiminnan vaikutuksista jäsenten lisääntyneeseen toiminnallisuuteen ja toiminnan mielekkyyteen Ruotsin Klubitaloissa. Toimintaan sitoutumisen on tutkittu parantavan

mielenterveyskuntotutujien elämänlaatua, hallinnantunnetta, tarkoituksen ja merkityksen tunteita sekä vähentävän psykiatrisia oireita. (Bejerholm & Eklund 2007, 21–29; Kelly, Lamont & Brunero 2010, 133.) Voi siis olla mahdollista, että klubitalotoimintaan liittyvä toimintaan sitoutuminen on vaikuttanut tutkimuksessa myös tutkittujen lisääntyneeseen hyvinvointiin, itsetuntoon sekä tyytyväisyyteen elämästä. Myös toiminnallisella tyytyväisyydellä on todettu olevan yhteys terveyteen ja hyvinvointiin (Hultqvist, Markström Tjörnstrand & Eklund 2016a, 198 mukaan Eklund & Leufstadius 2007). Tämä näyttäisi tukevan saatuja tuloksia Klubitalojen positiivisesta vaikutuksesta hyvinvointiin. Ei voida kuitenkaan yleistää, että toiminnan mielekkyys ja siihen sitoutuminen pelkästään olisi vaikuttanut jäsenten lisääntyneeseen hyvinvointiin, mutta oletettavasti sillä on ollut vaikutusta siihen.

Muita merkittäviä hyötyjä olivat jäsenten toimintakyvyn, hyvinvoinnin ja itsetunnon kohentuminen sekä lisääntynyt tyytyväisyys elämään. Kuten aiemmin todettiin, näiden hyvinvointiin liittyvien tekijöiden parantuminen näyttäisi liittyvän eteenkin jäsenten lisääntyneeseen toiminnallisuuteen, toiminnan mielekkyyteen sekä sosiaalisiin suhteisiin ja niiden lisääntymiseen. Niiden kohentumiseen vaikuttaneita tekijöitä voi olla kuitenkin myös muita, eikä niitä voida suoraan päätellä. Tuloksista selvisi myös, että lähes puolet vastanneista jäsenistä kokivat klubitalotoiminnan vähentäneen heidän tarvettaan psykiatriselle sairaalahoidolle. Tästä voidaan myös päätellä Klubitalon vaikuttaneen positiivisesti jäsenten toimintakykyyn ja hyvinvointiin.

Autonomiaan ja vastuunottamiseen liittyvistä tekijöistä tutkimuksessa nousi selkeimmin esille tulevaisuuden suunnittelun lisääntyminen. Hultqvistin ja muiden (2016a, 203–204) mukaan tavoitteiden asettaminen lisää kuntoutujien itsepystyvyyden ja hallinnan tunteita. Voi siis olla mahdollista, että lisääntynyt tulevaisuuden suunnittelu on myös vaikuttanut positiivisesti jäsenten itsetuntoon.

Tuloksista selviää myös, että suurin osa jäsenistä koki Klubitalon ainakin jokseenkin tärkeänä, mielekkäänä ja yhteisöllisenä paikkana, josta useimmat saivat myös vertaistukea. Coniglio ja muut (2010, 157–158) saivat samankaltaisia tuloksia klubitalotoiminnan aikaansaamasta keskinäisestä luottamuksesta ja avoimuudesta, johon ver-

taistuki perustuu. Heidän mukaansa läheisyyden tuntemukset voivat johtaa parempaan itsearvostukseen ja merkityksellisyyden tunteisiin. Suurin osa jäsenistä kertoi, että käyttäisi aikansa huonosti, oleilisi kotonaan tai ei tietäisi mitä tekisi, jos Klubitaloa ei olisi. Voitaneen siis päätellä, että Klubitalojen olemassaolo on hyvin merkittävää jäsenten ajankäytön kannalta. Todennäköisesti useat yhdessäolon ja toiminnallisuuden aikaansaamat hyvinvointiin liittyvät hyödyt jäisivät jäseniltä saavuttamatta, jos Klubitaloja ei olisi. Klubitaloille ja psykososiaaliselle mielenterveyskuntoutukselle näyttäisi siis olevan paikkansa yhteiskunnan kuntoutusjärjestelmässä.

Valtaosa jäsenistä oli sitä mieltä, että Klubitalon henkilökunta auttaa ja tukee tarvittaessa, ja eniten saatua apua koettiin työhön, opiskeluun ja arjen pulmiin liittyen. Tutkimustuloksissa kuitenkin vain melko harvat jäsenet vastasivat avoimeen kysymykseen Klubitalolta saadusta avusta asioiden hoitamiseen verrattuna muihin avoimiin kysymyksiin kuten syihin käydä Klubitalolla tai ajankäyttöön, jos Klubitaloa ei olisi. Esimerkiksi vain reilu kymmenes jäsenistä kertoi saavansa Klubitalolta apua opiskeluun tai työhön liittyvissä asioissa. Toisaalta voi mahdollista, että useimmat ovat jättäneet vastaamatta kysymykseen, jos eivät ole mieltäneet työhön tai opiskeluun saatua tukea asioiden hoitamiseen liittyväksi avuksi. Kuitenkin valtaosa jäsenistä, jotka ovat olleet tuetussa työssä, siirtymätyössä tai ovat opiskelijoita, kokevat saaneensa riittävästi tukea niihin Klubitalolta. Etenkin opiskeluun ja siirtymätyöhön useimmat jäsenet kokevat saaneensa apua, jos ovat sitä tarvinneet. Sen sijaan tuetussa- ja itsenäisessä työssä hieman pienempi osa jäsenistä kokee saaneensa riittävästi tukea. Suuri osa jäsenistä ei kuitenkaan ole opiskelijoita tai ole koskaan ollut Klubitalon tarjoamissa työmuodoissa. Vaikuttaisi siis siltä, että jäsenet, jotka ovat olleet avun ja tuen tarpeessa ovat saaneet sitä pääosin riittävästi Klubitalolta. Klubitalon yhteydenpito jäseniin näiden ollessa pitempään poissa talolta vaikuttaisi kuitenkin puutteelliselta. Jäsenistä, joihin Klubitalo ei ole ollut yhteydessä näiden poissa ollessa noin puolet kokisivat sen tärkeänä.

Johtopäätöksenä tuloksista voidaan todeta, että jäsenet kokivat klubitalotoiminnalla olevan monenlaisia hyötyjä, jotka kaikki liittyvät parempaan elämänlaatuun. Klubitalo näyttäisi olevan jäsenilleen tärkeä paikka, josta he saavat mielekästä sisältöä, sosiaa-

lisuutta sekä tukea ja apua elämäänsä. Tutkimuksen tulokset tukevat pääosin aiempaa tutkimusnäyttöä Klubitalotoiminnan hyödyistä jäsenilleen. Ainoastaan päivärytmin ja ajankäytön parantumisesta ei löytynyt juurikaan aiempaa näyttöä, vaikka se olikin tässä tutkimuksessa merkittävä tulos.

5.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyö toteutettiin aiemmin tutkimusasetelma luvussa esitettyjen tutkimuksen eettisten periaatteiden mukaisesti. Tiedonkeruumenetelmänä toiminut Klubitalojen jäsenyytyväisyyskysely tehtiin osana RAY:n ARTO-hanketta, jonka tavoitteena oli kehittää Suomen Klubitaloille yhtenäinen seuranta- ja arviointimalli (Projektit 2016). Klubitalojen laatusuositukset toimivat eettisenä ohjesääntönä myös kyselyä laadittaessa. Yksi ohjeista on, että jäsenet saavat olla mukana laatimassa asiakirjoja, jotka koskevat heidän osallistumista klubitalotoimintaan (Laatusuositukset 2016). Tästä eettisestä lähtökohdasta jäsenyytyväisyyskyselyn laativatkin jäsen-työntekijä -työparit useista eri Suomen Klubitaloista (Kokkonen 2017).

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan eettisiin periaatteisiin kuuluu tutkittavien itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen ja osallistumisen vapaaehtoisuus, vahingoittamisen välttäminen sekä yksityisyys ja tietosuoja (Ihmistieteisiin luettavien tutkimusalojen eettiset periaatteet n.d.). Tutkittujen itsemääräämisoikeus ja osallistumisen vapaaehtoisuus huomioitiin mahdollisuutena jättää vastaamatta jäsenkyselyyn. Aineistonkäsittelyssä ja tulosten raportoinnissa kunnioitettiin yksityisyyttä ja tietosuojaa, koska tutkitut olivat aineistossa anonyymeina ja numeroituina ilman tunnistetietoja. Myöskään opinnäytetyön tuloksissa ei ilmoitettu tuloksia yksittäisistä tutkituista, vaan isommista joukoista.

Tutkimuksen luotettavuutta lisää tutkittujen suuri määrä (n=236) ja se, että tutkittuja on melko tasaisesti molemmista sukupuolista ja useista eri Suomen Klubitaloista. Jäsenten osallistuminen jäsenkyselyn laatimiseen lisäsi eettisyyden ohella myös kyselyn

luotettavuutta, koska näin kyselystä tuli asiakaslähtöisempi ja jäsenien kannalta tärkeät asiat huomioiva. Luotettavuuden kannalta tärkeää on myös se, että tyhjiä vastauksia tuli kysymyksiin suhteellisesti hyvin vähän, enintään noin kolme prosenttia vastanneiden määrästä kysymystä kohden. Kysely oli kuitenkin melko pitkä, koska se sisälsi 76 kysymystä. Tämä saattaa heikentää vastanneiden keskittymistä ja vastaamisen huolellisuutta, heikentäen tulosten luotettavuutta.

Luotettavuuteen vaikutti myös tutkimuksessa käytetty analysointimenetelmä. SPSS-ohjelma on yleisesti paljon käytetty ja kvantitatiivisissa tutkimuksissa luotettavaksi osoittautunut analysointimenetelmä (Mamia 2005, 6). Heikkilän (2014) mukaan voi kuitenkin syntyä erilaisia virheitä, kun tulokset arvioidaan tilasto-ohjelmalla. Tulosten luotettavuutta on voinut heikentää myös osan aineistosta syöttäminen käsin SPSS-menetelmään, jolloin näppäilyvirheet ovat mahdollisia. Osa kysymyksistä täytyä muokata siten, että niihin saatiin kyllä tai ei vastaukset, jotta ohjelma pystyi käsittelemään ne. Tämä vaati vastausten muokkaamista ja käsin syöttämistä ohjelmaan. Tilasto-ohjelma ei myöskään huomionnut tulosten vastaukset, eikä vastaamatta jätäneiltä pystytty jälkikäteen selvittämään, liittyikö vastaamattomuus esimerkiksi kysymysten laatuun tai niiden moniselitteisyyteen. Osassa kysymyksistä ei myöskään oltu eritelty vaihtoehtoa niille, joita asia ei koskenut. Kyselyssä ei esimerkiksi otettu huomioon niitä jäseniä, jotka eivät ole käyneet psykiatrisessa sairaalassa. Näin ollen prosenttiluku niistä jäsenistä, joilla Klubitalotoiminta on vähentänyt hoitajaksoja psykiatrisessa sairaalassa, on saattanut olla suurempi kuin 43 % (taulukko 3). Avointen kysymysten osalta tulosten luotettavuuteen vaikuttaa heikentävästi vastausten erottelu ja laskeminen ”käsin” ilman, että ohjelma analysoi ne suoraan.

Opinnäytetyössä käytetyt lähteet olivat pääasiassa tuoreita tutkimuksia, mutta kontrolloituja tutkimuksia tai systemaattisia katsauksia aiheesta ei löytynyt. Suurin osa tutkimuksista oli vuodelta 2016 tai uudempia ja lähteistä ylipäätään vain yksi oli yli 10 vuotta vanha. Tutkimuksia käytettiin lähteinä varsin runsaasti ja niiden tekijöiden sekä julkaisupaikkojen luotettavuus arvioitiin. Lisäksi teoriaa täydensi Suomen Klubitalot ry:n vuonna 2016 julkaisema ”Mieleni minun tekevi”-kirja. Sen ovat laatineet Suomen Klubitaloihin erikoistuneet henkilöt käyttäen teoriapohjana sekä kansainvälisiä että, suomalaisia tutkimuksia Klubitalojen toiminnasta.

5.3 Tulosten hyödyntäminen ja jatkotutkimusaiheet

Toimeksiantaja Suomen Klubitalot ry voi mahdollisesti hyödyntää opinnäytetyön tutkimuksen tuloksia hakiessaan rahoitusta toiminnalleen tulevaisuudessa. Tutkimuksen aineisto oli kuitenkin laaja (n=236) ja käsitti useita Suomen Klubitaloja (n=5), joten saadut tulokset ovat melko hyvin yleistettävissä koko Suomen Klubitaloja koskeviksi. Klubitalot voivat myös nostaa esille tuloksista selvinneitä toiminnan hyötyjä markkinoidessaan toimintaansa mahdollisille uusille jäsenille sekä yhteistyötahoille, joiden kautta kuntoutujat voivat saada tietoa Klubitaloista. Mahdollisesti myös muut Klubitalojen kaltaiset psykososiaaliset ja yhteisöpohjaiset mielenterveyskuntoutuspaikat voivat hyödyntää tuloksia perustellessaan toimintansa hyötyjä. Kehittämisehdotuksena Suomen Klubitaloille tuloksista nousi yhteydenpito talolta poissaoleviin jäseniin. Klubitalojen tulisi kiinnittää enemmän huomiota yhteydenpitoon talolta poissaoleviin jäseniin, koska puolet jäsenistä joihin ei oltu yhteydessä heidän ollessa pitempään poissa talolta, kokisivat sen kuitenkin tärkeänä.

Tutkimuksen tulosten vertailusta aiempaan tutkimustietoon selvisi, että klubitalotoiminnan vaikutuksista päivärytmiin ja ajankäyttöön tarvittaisiin vielä lisää näyttöä. Siitä ei löytynyt juuri lainkaan tutkimustietoa lukuun ottamatta Suomen Klubitalojen omia tutkimuksia. Toisaalta on hyvin mahdollista, että muissa maissa päivärytmiä ei pidetä niin merkityksellisenä asiana kuin Suomessa, eikä kuntoutuksen vaikutuksia siihen koeta näin ollen tärkeänä tutkia. Myös kysymyksistä, jotka eivät koske kaikkia vastanneita olisi hyvä laatia lisätutkimus koskien vain tutkittuja, joita asia koskee. Esimerkiksi kysymykset ”Koeko Klubitalon auttaneen tupakoinnin lopettamisessa?” tai ”Koetko Klubitalon vähentäneen päihteiden käyttöäsi?” eivät koske kuin osaa tutkituista. Näin ollen tästä tutkimuksesta on mahdotonta tietää monellako prosentilla niistä, joita asia koskee, on ollut hyötyä näihin seikkoihin. Tällaisiin kysymyksiin tulisi lisätä vastausvaihtoehto ”ei koske minua”.

Jäsenten käyntiaktiivisuuden merkitystä koettuihin hyötyihin voitaisiin myös tutkia. Voitaisiin selvittää esimerkiksi sitä kokevatko ne jäsenet hyötynensä enemmän klubitalotoiminnasta, jotka ovat käyneet siellä pitempään tai ne, jotka käyvät talolla

useimmin viikon aikana. Mahdollisesti voitaisiin myös tutkia minkä ikäiset tai missä elämäntilanteessa olevat jäsenet kokevat eniten hyötyjä. Lisäksi tutkimuskohteena voisi olla klubitalotoiminnan vaikuttavuuden ja psykiatrisen sairaalan hoitajaksojen vähenemisen vertailu. Sitten vuoden 2009, jolloin ilmestyi RAY:n avustustoiminnan raportti silloisten 18 Klubitalon toiminnan arvioinnista, tämä opinnäytetyö oli ensimmäinen näin laaja Klubitalojen toiminnan hyötyjä koskeva tutkimus. Näin ollen myös opinnäytetyötä tukevia tutkimuksia voitaisiin tehdä lisää.

Lähteet

American Occupational Therapy Association 2014. Occupational therapy practice framework: Domain & Process (3rd edition). American Journal of Occupational Therapy, 68, 1–48. Viitattu 6.3.2017. <http://www.terapia-ocupacional.org.ar/wp-content/uploads/2014/05/3%C2%AA-Edicion-Marco-de-Trabajo-2013.pdf>.

Bejerholm, U. & Eklund, M. 2007. Occupational Engagement in Persons With Schizophrenia: Relationships to Self-Related Variables, Psychopathology, and Quality of Life. American Journal of Occupational Therapy 61, 21–32. Viitattu 9.4.2017. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17302102>.

Coniglio, F.D., Hancock, N. & Ellis, L.A. 2010. Peer Support Within Clubhouse: A Grounded Theory Study. Community Mental Health Journal 48: 153–160. Viitattu 24.7.2017. https://www.researchgate.net/publication/47535599_Peer_Support_Within_Clubhouse_A_Grounded_Theory_Study.

Crowther, R., Marshall, M., Bond, G.R. & Huxley, B. 2001. Vocational rehabilitation for people with severe mental disorders. Health Technology Assessment, 5, 21, 27–48. Viitattu 10.7.2017. <https://www.journalslibrary.nihr.ac.uk/hta/hta5210#/full-report>.

Gold, P.B., Macias, C. & Rodican, C.F. 2016. Does Competitive Work Improve Quality of Life for Adults with Severe Mental Illness? Evidence from a Randomized Trial of Supported Employment. The Journal of Behavioral Health Services & Research, 43, 2, 155–171. Viitattu 10.7.2017. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4636477/pdf/nihms734057.pdf>.

Heikkilä, T. 2014. Tutkimuksen luotettavuuden arviointi. Viitattu 6.11.2017. <http://www.tilastollinentutkimus.fi/7.RAPORTOINTI/TutkimuksenLuotettavuus.pdf>.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 25–180. p. Helsinki: Tammi.

Hultqvist, J., Markström, U., Tjörnstrand, C. & Eklund, M. 2016a. Programme characteristics and everyday occupations in day centers and clubhouses in Sweden. SJOT 24, 3, 197–207. Viitattu 9.4.2017. <http://dx.doi.org/10.1080/11038128.2016.1200669>.

Hultqvist, J., Markström, U., Tjörnstrand, C. & Eklund, M. 2016b. Social Networks and Social Interaction among People with Psychiatric Disabilities - Comparison of Users of Day Centres and Clubhouses. Global Journal of health science, 9, 6, 107–120. Viitattu 6.3.2017. https://www.researchgate.net/publication/310818322_Social_Networks_and_Social_Interaction_among_People_with_Psychiatric_Disabilities-Comparison_of_Users_of_Day_Centres_and_Clubhouses.

Hyvä tieteellinen käytäntö. 2012. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 17.4.2017. <http://www.tenk.fi/fi/htk-ohje/hyva-tieteellinen-kaytanto>.

- Hänninen, E. 2016a. Jäsenten ja omaisten kokemuksia Suomen Klubitaloista. Julkaisussa *Mieleni minun tekevi. Mielenterveyskuntoutujien Klubitalot 20 vuotta Suomessa*. Suomen Klubitalot ry, 63–73. Viitattu 13.7.2017.
<https://drive.google.com/file/d/0B8NU2yjfuuCRnpwTEg0VGJpdUU/view>.
- Hänninen, E. 2016b. Terveiden ja hyvinvoinnin edistäminen – jäsenten kokemuksia. Julkaisussa *Mieleni minun tekevi. Mielenterveyskuntoutujien Klubitalot 20 vuotta Suomessa*. Suomen Klubitalot ry, 173. Viitattu 6.3.2017.
<https://drive.google.com/file/d/0B8NU2yjfuuCRnpwTEg0VGJpdUU/view>.
- Hänninen, E. 2016c. Klubitalojen päivittäisen työohjelman merkitys jäsenille Yhdysvalloissa ja Suomessa. Julkaisussa *Mieleni minun tekevi. Mielenterveyskuntoutujien Klubitalot 20 vuotta Suomessa*. Suomen Klubitalot ry, 237–242. Viitattu 14.7.2017.
<https://drive.google.com/file/d/0B8NU2yjfuuCRnpwTEg0VGJpdUU/view>.
- Hänninen, E. 2016. Klubitalon organisoituminen yksiköihin, esimerkkinä Näsinkulman ja Suvimäen Klubitalot. Julkaisussa *Mieleni minun tekevi. Mielenterveyskuntoutujien Klubitalot 20 vuotta Suomessa*. Suomen Klubitalot ry, 133–134, 137–138. Viitattu 6.3.2017. <https://drive.google.com/file/d/0B8NU2yjfuuCRnpwTEg0VGJpdUU/view>.
- Hänninen, E. 2016. Tiivistelmä. Julkaisussa *Mieleni minun tekevi. Mielenterveyskuntoutujien Klubitalot 20 vuotta Suomessa*. Suomen Klubitalot ry, 8. Viitattu 21.2.2017.
<https://drive.google.com/file/d/0B8NU2yjfuuCRnpwTEg0VGJpdUU/view>.
- Hänninen, E. 2016. Työllistymistä tukevat ohjelmat ja yhteistyö työnantajien kanssa. Julkaisussa *Mieleni minun tekevi. Mielenterveyskuntoutujien Klubitalot 20 vuotta Suomessa*. Suomen Klubitalot ry, 146–148. Viitattu 6.3.2017.
<https://drive.google.com/file/d/0B8NU2yjfuuCRnpwTEg0VGJpdUU/view>.
- Hänninen, E. & Törnblom, M. 2016. Lukijalle. Julkaisussa *Mieleni minun tekevi. Mielenterveyskuntoutujien Klubitalot 20 vuotta Suomessa*. Suomen Klubitalot ry, 5–6. Viitattu 21.2.2017.
<https://drive.google.com/file/d/0B8NU2yjfuuCRnpwTEg0VGJpdUU/view>.
- Kelly, M., Lamont, S. & Brunero, S. 2010. An Occupational Perspective of the Recovery Journey in Mental Health. *British Journal of Occupational Therapy* 73, 129–135. Viitattu 9.4.2017. https://www.researchgate.net/publication/233402371_An_Occupational_Perspective_of_the_Recovery_Journey_in_Mental_Health.
- Kettle, V. 2016. Sisäinen ja ulkoinen jäsenten koulutus ja yhteistyö oppilaitosten kanssa. Julkaisussa *Mieleni minun tekevi. Mielenterveyskuntoutujien Klubitalot 20 vuotta Suomessa*. Suomen Klubitalot ry, 160–164. Viitattu 6.3.2017.
<https://drive.google.com/file/d/0B8NU2yjfuuCRnpwTEg0VGJpdUU/view>.
- Kokkonen, J. 2017. Ohjeita opinnäytetyön kirjoittajille. Sähköpostiviesti 6.11.2017. Vastaanottajat Pitkänen, J. & Vaccariello, S.

Laatusuositukset. 2016. Suomen Klubitalot ry. Viitattu 6.3.2017. <http://www.suomenklubitalot.fi/klubitalotietoa/laatusuositukset/>.

Lee, J.G., Ranney, L.M., Goldstein, A.O., McCullough, A., Fulton-Smith, S.M. & Collins, N.O. 2011. Successful implementation of a wellness and tobacco cessation curriculum in psychosocial rehabilitation clubhouses. *BMC Public Health*, 11, 702, 1–11. Viitattu 10.7.2017. <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/1471-2458-11-702?site=bmcpublihealth.biomedcentral.com>.

Löija, P. 2016. Liikunta ja muu vapaa-ajan toiminta Klubitaloissa. Julkaisussa *Mieleni minun tekevi. Mielenterveyskuntoutujien Klubitalot 20 vuotta Suomessa*. Suomen Klubitalot ry, 179–180. Viitattu 5.3.2017. <https://drive.google.com/file/d/0B8NU2yjfuuCRnpwTEg0VGJpdUU/view>.

Mamia, T. 2005. SPSS-alkeisopas. Statistical Package for Social Sciences. Viitattu 17.4.2017. http://groups.jyu.fi/sporticus/lahteet/LAHDE24_spss.pdf

Otos ja otantamenetelmät. 2003. KvantiMOTV. Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampereen yliopisto. Viitattu 17.4.2017. <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/otos/otantamenetelmat.html>.

Onken, S., Ridgway, P. & Cook, J.A. 2007. An analysis of the definitions and elements of recovery: A review of the literature. *Psychiatric Rehabilitation Journal* 31, 9–22. Viitattu 9.4.2017. https://www.researchgate.net/publication/6144305_An_analysis_of_the_definitions_and_elements_of_recovery_A_review_of_the_literature.

Osallisuus. N.d. Artikkeliterveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) sivustolla. Viitattu 17.2.2017. <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>.

Pernice-Duca, F., Case, W. & Conrad-Garrisi, D. 2012. The Role of Intentional Communities to Support Recovery from Mental Illness. *Mental Illnesses - Evaluation, Treatments and Implications*. 127–140. Viitattu 8.3.2017. https://www.researchgate.net/publication/221922154_The_Role_of_Intentional_Communities_to_Support_Recovery_from_Mental_Illness.

Projektit. 2016. Suomen Klubitalot ry. Arto-hanke 2013-2016. Viitattu 6.11.2017. <http://www.suomenklubitalot.fi/projektit/>.

Raeburn, T., Schmied, V., Hungerford, C. & Cleary, M. 2016. The use of social environment in a psychosocial clubhouse to facilitate recovery-oriented practice. *BJPsych Open*, 2, 173–178. Viitattu 11.7.2017. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4995550/pdf/bjporcpsych002642.pdf>.

Rantanen, L. 2016. Klubitalon jäsenyys, henkilösuhteet ja talon toiminta. Julkaisussa *Mieleni minun tekevi. Mielenterveyskuntoutujien Klubitalot 20 vuotta Suomessa*. Suomen Klubitalot ry, 51–52. Viitattu 5.3.2017. <https://drive.google.com/file/d/0B8NU2yjfuuCRnpwTEg0VGJpdUU/view>.

The Optimal Mix of Services for Mental Health. N.d. Artikkele Maailman terveystjärjestön (WHO) sivustolla. Viitattu 17.2.2017. http://www.who.int/mental_health/policy/services/2_Optimal%20Mix%20of%20Services_Infosheet.pdf.

The Optimal Mix of Services: WHO Pyramid Framework. N.d. Artikkele Maailman terveystjärjestön (WHO) sivustolla. Viitattu 17.2.2017. http://www.who.int/mental_health/policy/services/2_Optimal%20Mix%20of%20Services_Infosheet.pdf?ua=1.

Toiminta. 2014. Suomen Klubitalot ry. Viitattu 26.4.2017. <http://www.suomenklubitalot.fi/toiminta/>.

Törnblom, M. & Lepistö, P. 2016. Suomen Klubitalot ry – historia ja kehitys. Julkaisussa Mieleni minun tekevi. Mielenterveyskuntoutujien Klubitalot 20 vuotta Suomessa. Suomen Klubitalot ry, 39. Viitattu 5.3.2017. <https://drive.google.com/file/d/0B8NU2yjfuuCRnpwTEg0VVGJpdUU/view>.

Yhdistyksen säännöt. 2014. 2 § Tarkoitus ja toiminnan laatu. Suomen Klubitalot ry. Viitattu 5.3.2017. <http://www.suomenklubitalot.fi/hallitus/yhdistyksen-saannot/>.

Liitteet

Liite 1. Suomen Klubitalojen jäsenkysely

Jäsentyytyväisyyskysely

Suomen Klubitalojen yhteinen jäsentyytyväisyyskysely

Taustatiedot

Ikä

alle 18
18-29
30-62
63-79
80 tai yli

Sukupuoli

mies
nainen
muu

Kotikunta (oma vastauksesi)

Asuinkunta, jos eri kuin kotikunta (oma vastauksesi)

Tämänhetkinen elämäntilanne

Voit valita useamman kohdan.

kuntoutustuella
työkyvyttömyyseläkkeellä
vanhuuseläkkeellä
sairauslomalla
hoitajaksolla (esim. sairaala, päiväsairaala)
työtön
siirtymätyössä
tuetussa työssä
itsenäisessä työssä
kuntouttavassa työtoiminnassa
opiskelemassa
muussa kuntouttavassa ryhmätoiminnassa
Muu (oma vastauksesi)

Klubitalo

Mistä kuulit Klubitalosta?

Voit valita useamman kohdan

psykiatrisesta erikoissairaanhoidosta (esim. psyk. poliklinikka, psyk. osasto)
 terveyskeskuksesta (muu kuin psyk. poliklinikka)
 sairaalasta (muu kuin psyk. sairaala)
 asumispalveluista
 terapeutilta
 kaverilta
 netistä/lehdestä
 Muu (oma vastauksesi)

Milloin aloitit Klubitalolla?

Vuosi

Miten usein käyt Klubitalolla?

joka päivä
 muutaman kerran viikossa
 kerran viikossa
 muutaman kerran kuussa
 kerran kuussa
 harvemmin

Kuinka hyvin pääset vaikuttamaan Klubitalon päätösten tekoon? (1=huonosti,

5=hyvin)

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Oletko osallistunut kansainväliseen klubitalotoimintaan?

(esim. akkreditointiin, kansainväliseen yhteydenpitoon tai seminaareihin/koulutuksiin osallistuminen)

kyllä
 en

Miksi käyt Klubitalolla? (Oma vastauksesi)**Mihin toimintaan mieluiten osallistut?**

työpainotteinen päivä
 vapaa-ajan toiminta
 ryhmät/pajat
 kokoukset
 Muu (oma vastauksesi)

Millaista toimintaa toivoisit nykyisen toiminnan lisäksi ja miten sitä tulisi mielestäsi kehittää? (Oma vastauksesi)

Kuinka hyvin olet saanut Klubitalolta apua asioitteesi hoitamisessa? (1=huonosti,

5=hyvin)

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Millaista apua ja missä asioissa? (Oma vastauksesi)

Kuinka hyvin koet saavasi tietoa Klubitalon tapahtumista ja toiminnoista?

(1=huonosti, 5=hyvin)

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Yhteisöllisyys ja sosiaalisuus

	Täysin eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	En osaa sanoa	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
Koen kuuluvani Klubitalon yhteisöön					
Ilmapiiri on hyvä					
Klubitalo on minulle tärkeä paikka					
Koen olevani tasavertainen yhteisön jäsen					
Olen saanut vertaistukea					

Vapaa-aika

	Täysin eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	En osaa sanoa	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
Osallistun Klubitalon järjestämään vapaa-ajan toimintaan					
Vapaa-ajan toiminta on tärkeätä					
Vapaa-ajan toimintaa on riittävästi					
Vapaa-ajan toiminta on tarpeeksi monipuolista					
Klubitalolla on tarpeeksi ilta- ja viikonlopputoimintaa					

Jos Klubitaloa ei olisi, miten käyttäisit Klubitalolla viettämäsi ajan? (Oma vastauksesi)

Työpainotteinen päivä

Työpainotteinen päivä

	Täysin eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	En osaa sanoa	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
Työtehtävät ovat mielekkäitä					
Työtehtävät ovat riittävän haasteellisia					
Työtehtäviä on riittävästi					
Työtehtävät ovat tarpeeksi monipuolisia					

Opituista tai-
doista on ollut
hyötyä

Olen saanut
ottaa vastuuta

Tapanani on
ottaa liikaa
vastuuta ja
kuormittua

Työnjakoon
osallistuminen
on tärkeätä

Voin vaikut-
taa, mikä
työtehtävän
otan työnja-
ossa

Millaisista työtehtävistä olet kiinnostunut? (Oma vastauksesi)

Työ ja opiskelu

Siirtymätyö

	En	Ei koske minua	Kyllä
Oletko ollut siirtymätyössä?			
Oletko ollut siirtymätyössä vii- meisen vuoden aikana?			
Oletko kiinnostunut siirtymä- työstä?			
Oletko saanut riittävästi tukea Klubitalolta?			

Kokemuksesi siirtymätyöstä? (Oma vastauksesi)

Tuettu työ

	En	Ei koske minua	Kyllä
Oletko tuetussa työssä?			
Oletko ollut tuetussa työssä vii- meisen vuoden aikana?			

Oletko kiinnostunut tuetusta työstä?

Oletko saanut riittävästi tukea Klubitalolta?

Kokemuksesi tuetusta työstä? (Oma vastauksesi)

Itsenäinen työ

	En	Ei koske minua	Kyllä
Oletko itsenäisessä työssä?			
Oletko ollut itsenäisessä työssä viimeisen vuoden aikana?			
Suunnitteletko itsenäisen työn aloittamista?			
Oletko saanut riittävästi tukea Klubitalolta?			

Opiskelu

	En	Ei koske minua	Kyllä
Opiskeletko tällä hetkellä?			
Oletko ollut opiskelemassa viimeisen vuoden aikana?			
Suunnitteletko opintojen aloittamista?			
Oletko saanut riittävästi tukea Klubitalolta?			
Oletko saanut opintosi päätökseen viimeisen vuoden aikana?			

Oletko tehnyt tavoitesuunnitelmaa Klubitalolla?

kyllä
en

Onko tavoitesuunnitelmasta ollut sinulle hyötyä?

kyllä
ei
en osaa sanoa

Oletko suunnitellut enemmän tulevaisuuttasi alettuasi käymään Klubitalolla?

kyllä

en

en osaa sanoa

Oma vointi**Mihin elämän alueisiin koet Klubitalon vaikuttaneen positiivisesti?**

Voit valita useamman vaihtoehdon.

parantanut päivärytmiä

kohentanut sosiaalisia taitoja

parantanut työllistymis- ja/tai opiskelunvalmiuksia

opettanut uusia taitoja

lisännyt tyytyväisyyttä elämään

vahvistanut itsetuntoa

tuonut uusia ystäviä ja ihmissuhteita

tukenut omasta itsestä ja kodista huolehtimisessa

parantanut taloudellista tilannettani

lisännyt yhteiskunnallista osallistumista esim. yhdistystoiminta, kirjastossa käynti, äänestämisen, harrastustoiminta.

auttanut syömään terveellisemmin

lisännyt liikunnan harrastamista

vähentänyt päihteiden käyttöä

auttanut tupakoinnin lopettamisessa

Muu (oma vastauksesi)

Oletko ollut psykiatrisessa sairaalahoidossa?

kyllä

en

en halua sanoa

Jos olet, tapahtuiko se viimeisen vuoden aikana?

kyllä

en

en halua sanoa

Arvioitko, että Klubitalon toimintaan osallistuminen on vähentänyt hoitojakso-**jasi psykiatrisessa sairaalassa?**

kyllä

ei

en osaa sanoa

Miten klubitalotoimintaan osallistuminen on vaikuttanut vointiisi?

myönteisesti
 pysynyt samanlaisena
 kielteisesti
 en osaa sanoa

Miten koet psyykkisen hyvinvointisi tällä hetkellä?

mennyt parempaan suuntaan
 mennyt huonompaan suuntaan
 pysynyt samanlaisena kuin ennenkin
 koen olevani terve
 en osaa sanoa
 Muu (oma vastauksesi)

Miten klubitalotoiminta on vaikuttanut toimintakykyysi?

myönteisesti
 pysynyt samanlaisena
 kielteisesti
 en osaa sanoa

Yhteydenpito

Onko sinuun oltu yhteydessä Klubitalolta poissaollessasi?

kyllä
 ei
 en osaa sanoa

Onko sinulle tärkeätä, että Klubitalolta otetaan sinuun yhteyttä?

kyllä
 ei
 en osaa sanoa

Klubitalon henkilökunta

Klubitalon henkilökunta

	Täysin eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	En osaa sanoa	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
Koen olevani tasavertainen henkilökunnan kanssa					
Koen, että henkilökunta auttaa ja tukee minua tarvittaessa					

Koen, että
henkilökuntaa
on riittävästi

Koen, että
henkilökun-
nalla on mi-
nulle aikaa

Koen, että
henkilökun-
nalla on riittä-
västi osaa-
mista ja am-
mattitaitoa

Miten muuten kuvailisit henkilökuntaa? (Oma vastauksesi)

Muu palaute

Suosittelisitko Klubitaloa muille?

kyllä

en

en osaa sanoa

Vapaa sana
