

KLUBITALON NUORTEN TOIMINNAN ASIAKASLÄHTÖINEN KEHITTÄMINEN

18–35-vuotiaiden nuorten toiminta Itä-Helsingin ja Helsingin
Klubitaloissa

Eija Nikkilä

Linda Pitkänen

Jenna-Maria Ylimäki

Opinnäytetyö

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosionomi (AMK)

Kevät 2018

TIIVISTELMÄ

Nikkilä, Eija, Pitkänen, Linda & Ylimäki, Jenna-Maria. Klubitalon nuorten toiminnan asiakaslähtöinen kehittäminen. 18–35-vuotiaiden nuorten toiminta Itä-Helsingin ja Helsingin Klubitaloissa. Kevät 2018. 67 s., 1 liite. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomin suuntautumisvaihtoehto, sosionomi (AMK).

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa Helsingin Klubitalon ja Itä-Helsingin Klubitalon nuorten mielipiteitä Klubitalojen tarjoamasta nuorten toiminnasta sekä kuulla heidän kehitysehdotuksiaan nuorten toimintaan liittyen. Helsingin ja Itä-Helsingin Klubitalot tarjoavat mielenterveyskuntoutujille asiakkaan tarpeista lähtevää työpainotteista toimintaa sekä vertaistukea. Klubitalojen toiminta perustuu kansainväliseen klubitalomalliin.

Itä-Helsingin ja Helsingin Klubitalojen nuorten mielipiteitä kartoitettiin työpajojen avulla. Tutkimusmenetelmänä käytettiin ryhmäkeskustelua. Nuorten mielipiteet kerättiin post-it-lapuille. Työpajoja järjestettiin neljä loka–marraskuussa 2017. Kaksi työpajoista järjestettiin Itä-Helsingin Klubitalon tiloissa ja kaksi Helsingin Klubitalon tiloissa. Työpajat pyrittiin pitämään mahdollisimman paljon asiakkaan osallisuutta tukevin. Tavoitteena oli luoda selvitys Klubitalojen nuorten mielipiteistä ja kehitysehdotuksista liittyen nuorten toimintaa.

Teoriapohja jakautuu kolmeen pääaiheeseen: mielenterveys ja mielenterveyskuntoutus, asiakasosallisuus ja palveluihin vaikuttaminen ja Klubitalo toimintaympäristönä. Mielenterveys ja mielenterveyskuntoutus –luvussa käsitellään mm. mielenterveyskuntoutusta ja psykososiaalista tukea. Asiakasosallisuus ja palveluihin vaikuttaminen keskittyy asiakasosallisuuden käsitteiden lisäksi esim. nuorten mahdollisuuksiin vaikuttaa palveluihin. Klubitalo toimintaympäristönä esittelee klubitalomalliin lisäksi nuorten toiminnan Itä-Helsingin ja Helsingin Klubitaloissa.

Opinnäytetyömme tuloksia olivat kaikki nuorten esittämät mielipiteet ja kehitysehdotukset. Tuloksien analyysi tehtiin teemoittelemalla. Tulokset jaettiin neljän eri teeman alle: yhteenkuuluvuuden kaipuu, psykososiaalisen tuen tarve, informaation tarve sekä nuorten toiminnan kehitysehdotukset. Tulosten perusteella nuoret kaipasivat mm. yhteisöllisyyttä sekä yhteisiä kokemuksia ja myös nuorten toiminnan sisältöä haluttiin kehittää. Tulosten teemoittelu selkeytti niitä ja tulokset olivat näin helpommin ymmärrettävässä muodossa.

Asiasanat: asiakaslähtöisyys, klubitalot, mielenterveys, mielenterveyskuntoutus, osallisuus, työpajat

ABSTRACT

Nikkilä, Eija, Pitkänen, Linda & Ylimäki, Jenna-Maria. Improving the youth activity with a customer-oriented approach. Youth activity of 18–35-year-olds in East Helsinki Clubhouse and Helsinki Clubhouse. Spring 2018. 67 p. 1 appendix. Diaconia University of Applied Sciences, Degree Programme in Social Services. Degree: Bachelor of Social Services (UAS).

The purpose of the thesis was to survey opinions of the youth of Helsinki Clubhouse and East Helsinki Clubhouse regarding the youth activity of the Clubhouses. In addition, the youth's suggestions to develop the youth activity were surveyed. Both Helsinki Clubhouse and East Helsinki Clubhouse provide work-oriented activities and peer support for youth recovering from mental illness. The Clubhouses are based on an international clubhouse model.

The opinions of the youth of East Helsinki Clubhouse and Helsinki Clubhouse were surveyed using workshops. The opinions and suggestions were written on Post-it Notes. Four workshops were organized between October and November of 2017. Two workshops were organized at the East Helsinki Clubhouse and two at the Helsinki Clubhouse. The objective of the thesis was to report the opinions and suggestions of the youth of East Helsinki Clubhouse and Helsinki Clubhouse regarding the youth activity.

The theoretical framework of the study is divided into three parts: mental health and mental health rehabilitation; customer involvement management; and Clubhouses as an operational environment.

The results of the thesis were all the opinions and suggestions of the youth regarding the youth activity. The analysis of the data was done by dividing them under four different themes: the yearning for social cohesion, the need for psychosocial support, the need for information and suggestions on how to develop the youth activity. The dividing of the results made it easier to understand them.

Keywords: Clubhouses, customer-oriented approach, involvement, mental health, mental health rehabilitation, workshops

SISÄLLYS

| | |
|--|----|
| 1 JOHDANTO | 6 |
| 2 MIELENTERVEYS JA MIELENTERVEYSKUNTOUTUS | 8 |
| 2.1 Mielenterveys käsitteenä | 8 |
| 2.2 Nuoruus ja mielenterveys | 9 |
| 2.3 Psykososiaalinen tuki | 10 |
| 2.4 Mielenterveyskuntoutus | 12 |
| 3 ASIAKASOSALLISUUS JA PALVELUIHIN VAIKUTTAMINEN | 14 |
| 3.1 Asiakasosallisuuden ja asiakkaan osallisuuden käsitteet | 14 |
| 3.2 Asiakasosallisuuden haasteet | 15 |
| 3.3 Mielenterveyskuntoutuksen asiakasosallisuus | 17 |
| 3.4 Nuorten mahdollisuus vaikuttaa palveluihin | 17 |
| 4 KLUBITALO TOIMINTAYMPÄRISTÖNÄ | 20 |
| 4.1 Klubitalomalli | 20 |
| 4.2 ESKOT ry:n Helsingissä toimivat Klubitalot | 22 |
| 4.3 Helsingin ja Itä-Helsingin Klubitalojen nuorten toiminta | 23 |
| 5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET | 25 |
| 6 OPINNÄYTETYÖ PROSESSINA | 26 |
| 6.1 Toteutuksen menetelmien valinta | 28 |
| 6.2 Toiminnallinen opinnäytetyö | 29 |
| 6.3 Aineiston kerääminen ryhmäkeskustelun keinoin | 30 |
| 6.4 Työpajojen valmistelu | 32 |
| 6.5 Työpajojen toteutus | 34 |

| | |
|--|----|
| 6.6 Aineiston analysointi..... | 38 |
| 7 TUTKIMUKSEN TULOKSET | 40 |
| 7.1 Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kaipuu | 40 |
| 7.2 Psykososiaalisen tuen tarve | 41 |
| 7.3 Informaation tarve | 42 |
| 7.4 Nuorten toiminnan kehittäminen..... | 42 |
| 8 TULOSTEN YHTEENVETO JA KEHITYSEHDOTUKSET | 44 |
| 8.1 Tulosten yhteenveto | 44 |
| 8.2 Nuorten toiminnan kehitysehdotuksia..... | 46 |
| 9 POHDINTA | 49 |
| 9.1 Opinnäytetyön toteutuksen arviointi ja asiakasosallisuuden toteutuminen | 49 |
| 9.1.1 Työpajojen arviointi..... | 50 |
| 9.1.2 Asiakasosallisuuden ja asiakkaan osallisuuden tukemisen toteutuminen | 52 |
| 9.2 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys | 54 |
| 9.3 Tutkimuksen tulosten merkitys | 57 |
| 9.4 Oma ammatillinen kasvu | 58 |
| LÄHTEET..... | 61 |
| LIITE 1: LISTA KAIKISTA NUORTEN AKTIVITEETTI- JA RETKITOIVEISTA . | 67 |

1 JOHDANTO

Decin ja Ryanin (1985; 2000) itsemääräämisen teorian mukaan kaiken toiminnan taustalla on kolme psykologista perustarvetta. Nämä perustarpeet ovat tarve kokea pätevyyttä, tarve kokea itse ohjaavansa omaa toimintaansa ja valintojansa sekä tarve liittyä muihin eli vastavuoroisten palkitsevien ihmissuhteiden solmimisen tarve. Pyrkimys täyttää nämä kolme tarvetta muodostaa motivaation. (Hynynen & Hankonen 2015, 475.) Identiteetti vastaa ihmisen kysymyksiin kuka minä olen ja mihin ryhmään kuulun. Mielenterveyden häiriöstä muodostuu usein osa mielenterveyskuntoutujan identiteettiä. Kuntoutuja oppii katsomaan itseään epäonnistumisten läpi. Moni kuntoutuja näkee, että hänessä itsessään on ongelma, jolloin hän saattaa pyrkiä kuntoutuksessa muuttamaan itseään. Hän saattaa alkaa pelätä uusien taitojen opettelemista ja epäonnistumista. (Salenius 2009, 9–30.) Recovery-ajattelu pitää kuntoutumista kuntoutujan henkilökohtaisena prosessina. Keskeistä on ymmärtää kuntoutujan olevan oman prosessinsa asiantuntija ja hänen itse asettamansa tavoitteet ovat merkityksellisiä juuri hänelle. Toipumista kuvaa vain toipujien omat kertomukset muutoksesta, ei retkahdusten tai oireiden ehkäisy. Keskeisintä recovery-ajattelussa onkin juuri yksilön kokemus elämänlaadusta ja elämänhallinnasta. (Kankaanpää & Kurki 2013, 10–11.)

Yhteistyökumppanimme Helsingin Klubitalo ja Itä-Helsingin Klubitalo toimivat ESKOT ry kattojärjestön alla. Klubitalot tarjoavat voimaannuttavaa toimintaa ja ne ovat tarkoitettu mielenterveyskuntoutujille. Ne hyödyntävät Yhdysvalloista lähtenyttä klubitalomallia. Klubitalomalli on kuntouttavaa toimintaa, joka tähtää kävijöiden eli jäsenten työllistämiseen ja koulutukseen hakeutumiseen. Tavoittemme on kehittää näiden Klubitalojen nuorille jäsenille tarjoamaa toimintaa. Halusimme lähteä tekemään työtä, joka on käytännönläheistä ja saa Klubitalojen jäsenien äänet kuuluviin. Tämän toteutimme käyttäen työpajoja. Mielestämme tärkein tehtävämme tulevana sosiaalialan ammattilaisina on saada heikompien äänet kuuluviin.

Opinnäytetyömme on Helsingin ja Itä-Helsingin Klubitalojen tarpeisiin vastaava selvitys Klubitalojen nuorten mielipidettä nuorten toiminnasta. Idea Klubitalojen nuorten toiminnan kehittämiseen lähti Helsingin Klubitalolta. Se järjestää nuorten toimintaa 18–30-vuotiaille jäsenilleen, mutta kävijämäärät eivät ole olleet kovin suuria (Joonas Jokela, henkilökohtainen tiedonanto 16.2.2017). Toimintaidea on ollut selkeä henkilökunnalle, mutta nuoria on ollut haastavaa sitouttaa mukaan toimintaan. Alun perin toivottiin toiminnan kehittämistä sekä sen tuomista laajempaan tietoisuuteen, mutta lopulta keskityimme toiminnan kartoittamiseen asiakaslähtöisesti. Myös Itä-Helsingin Klubitalo otettiin mukaan kartoitukseen. Päätimme lähteä Klubitalojen nuorten toiminnan kehittämiseen tutkivalla otteella ja asiakaslähtöisesti. Halusimme kartoittaa nuorten omia mielipiteitä nuorten toimintaan liittyen, jotta toimintaa tulisi tulevaisuudessa kehittämään mahdollisimman paljon heidän ehdoillaan. Asiakaslähtöisyys on klubitalomallin mukaista ja Klubitalojen kohdalla voitaisiin puhua myös jäsenlähtöisyydestä. Toiminnan kehittäminen tapahtui Klubitalojen nuorille suunnatuissa vapaaehtoisissa työpajoissa.

2 MIELENTERVEYS JA MIELENTERVEYSKUNTOUTUS

Suomen väestön mielenterveys ei ole heikentynyt. Itsemurhien määrä on vähentynyt ja muun muassa masennuksen havaitseminen ja hoitaminen on parantunut. Tämän lisäksi mielenterveysongelmiin suhtaudutaan nykyään myönteisemmin. Kuitenkin vuonna 2012 psyykenlääkkeitä käytettiin Suomessa enemmän kuin koskaan aikaisemmin. Vuonna 2011 niitä käytti Suomessa yli 700 000 ihmistä. Samana vuonna 2% näistä ihmisistä sai Kelan rahoittamaa psykoterapiaa. Vain kolmasosa mielenterveysongelmista kärsivistä on hoidossa. (Soisalo 2012, 14, 16–17.)

Mielenterveysongelmat vaikeuttavat usein ihmisten elämää. Henkilön, jolla on persoonallisuushäiriö, voi olla vaikea solmia tai ylläpitää ihmissuhteita ja toimia muiden kanssa. Hänen itsemurhariskinsä on noin kolme kertaa keskivertoa suurempi. Persoonallisuushäiriöt ilmaantuvat tavallisesti nuoruusiällä tai varhaisaikuisuudessa. Oireilu liittyy vahvasti vuorovaikutustilanteisiin, joten diagnoosista seuraa helposti sosiaalinen leimautuminen. (Mielenterveyden Keskusliitto. Käsitteitä mielenterveydestä.)

2.1 Mielenterveys käsitteenä

World Health Organizationin (2013) määritelmän mukaan mielenterveys on hyvinvoinnin tila, jossa henkilö tiedostaa kykynsä, kykenee selviämään elämän normaaleista stressitilanteista, pystyy työskentelemään tuottavasti ja hedelmällisesti ja kykenee olemaan osallisena yhteisössä. Lasten kohdalla painotus on kehittymisen näkökulmassa, kuten positiivinen käsite omasta identiteetistä, kyky hallita ajatuksia ja tunteita, kyky rakentaa sosiaalisia suhteita sekä kyky oppia uutta. (World Health Organization 2013, 6.)

Mielenterveyshäiriöt ovat yleisiä, mutta siitä huolimatta ihmiset tietävät niistä melko vähän ja stereotypiat leimaavat mielenterveyshäiriöistä kärsiviä ihmisiä (Mielenterveyden Keskusliitto). Mielenterveyttä määritteleviin tekijöihin ja mielenterveysongelmiin eivät kuulu ainoastaan yksilölliset tekijät, vaan myös sosiaaliset, taloudelliset, poliittiset sekä ympäristöön ja kulttuuriin liittyvät tekijät (World Health Organization 2013, 7).

Mielenterveys on käsite, jota on vaikea määritellä. Mitään yhtenäistä määritelmää mielenterveydelle ei löydy, mutta sitä ei toisaalta välttämättä tarvita. Voidaan ajatella, että erilaisia näkökulmia korostetaan riippuen siitä, kuka käsitettä käyttää ja missä yhteydessä. (Åkerman & Ramberg 2008, 4.)

2.2 Nuoruus ja mielenterveys

Nuorisolain mukaan nuori on alle 29-vuotias henkilö (L 1285/2016). Nuoruus käsitteenä on tapahtumasarja lapsuuden ja aikuisuuden välissä, jossa psyykinen kehitys tapahtuu (Aalberg & Siimes 2007, 15). Kulttuurimme on pidentänyt nuoruutta kolmannelle ja jopa neljännelle vuosikymmenelle, kun lasten ja työn saanti ovat myöhentyneet ja pätkätyöt lisääntyneet. Ennen nuoruus kesti ajankaksollisesti pari vuotta, mutta nykyään se saattaa kestää jopa kahdenkymmenen vuoden ajan. (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Pulkkinen, Ruoppila 2014, 142–143.)

Väestötutkimuksen mukaan noin 15–25 prosenttia 15–22-vuotiaista kärsii toimintakykyä haittaavista mielenterveyden häiriöistä (Moring, Martins, Partanen, Bergman, Nordling & Nevalainen 2011, 81). Suomalaisen Terveys 2000 - tutkimuksen mukaan ikäryhmässä 18–29-vuotiaat miehistä 5,7% ja naisista 18,3% raportoi masennusoireista. Uupumuksesta taas raportoi 29,9% miehistä ja 31,9% naisista. Erään selvityksen mukaan nuorista aikuisista 40% kertoi kärsineensä joko mielenterveys- tai päihdehäiriöistä jossain vaiheessa elämäänsä. 15% raportoi kärsivänsä oireista parhaillaan. (Kinnunen 2011, 32.) Vaikka tutkimustieto ei olekaan aivan yksiselitteistä, vaikuttaa siltä, että toimintakykyä

haittaava, varhain alkava psyykkinen oireilu on lisääntynyt viime vuosikymmenien aikana (Moring ym. 2011, 81).

Moring ym. (2011, 54, 81) viittaavat terveyden ja hyvinvointilaitoksen kansalliseen mielenterveys- ja päihdesuunnitelmaan 2009–2015, joka kiinnittää huomiota siihen, että nuorille suunnattuja syrjäytymistä ehkäiseviä työmuotoja sekä syrjäytymisriskissä olevien nuorten työhön ja opintoihin palaamiseen tähtäävää työpajatoimintaa kehitettäisiin. Lasten ja nuorten mielenterveysongelmien merkitys aikuisiän syrjäytymiseen sekä psykiatrisiin oireisiin on ymmärretty. Kinnunen (2011, 34) taas nostaa esiin sen, että lapsuuden ja nuoruuden erilaiset epäsuotuisat kokemukset, tunne-elämän ongelmat sekä masennusoireet vaikuttavat myöhempään mielenterveyteen. Kinnusen (2011, 31) mukaan mielenterveydelliset oireet lisääntyvät 12–24-vuotiaana. Nuorilla todetaan mielenterveyden häiriöitä kaksi kertaa lapsia useammin.

2.3 Psykososiaalinen tuki

Psykososiaaliseen toimintakykyyn kuuluu kyky paitsi selviytyä arjen tilanteista ja sen sisällään pitävistä huolenpitotehtävistä, myös kyky olla vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa sekä kyky solmia sosiaalisia suhteita. Psykososiaalista toimintakykyä on myös kyky ratkaista arkipäivän ongelmatilanteita sekä pystyvyys toimia omassa elin- ja toimintaympäristössään. (Kettunen, Kähäri-Wiik, Vuori-Kemilä, Ihalainen 2009, 47.) Psykososiaalinen toimintakyky rakentuu yksilön historiasta, taustasta ja vuorovaikutuksesta elinympäristöön. Hyvä psykososiaalinen toimintakyky voidaan käsittää syrjäytymisen vastakohtaksi (Salenius 2009, 29).

Ensisijaisesti psykososiaalisessa tukemisessa etsitään asiakkaan omia voimia, jotta hän kykenisi arjessa selviytymiseen ja ymmärtämään itseään paremmin. Psykososiaalinen tuki tavoittelee muutosta suhteessa toisiin ihmisiin sekä muutosta asioihin ja olosuhteisiin. Muutosten pitäisi näkyä kuntoutujan tietoisuudessa ja toiminnassa. (Kettunen ym. 2009, 64.) Psykososiaalista tukemista

on tukea kuntoutujaa hahmottamaan päivää ja sen toimintojen kulkua samantyyppisenä toistuvan päivä- tai viikko-ohjelman avulla. Kuntoutumisen ja omatoimisuuden kannalta arkisista toimista vastuunkantaminen yksin ja yhdessä muiden kuntoutujien kanssa on tärkeää. Kuntoutuja aktivoituu itse, kun työntekijä ei tee liikaa asiakkaan puolesta, vaan jonkun asian hoitaminen jääkin kuntoutujan omalle vastuulle. (Kettunen ym. 2009, 63–64.)

Psykososiaalinen tukeminen on näkökulma, josta käsin työntekijä pyrkii kuntoutettavan mahdollisen kokonaisvaltaiseen tukemiseen ja ymmärtämiseen (Kettunen, Kähäri-Wiik, Vuori-Kemilä & Ihalainen 2002, 79). Työntekijän ja kuntoutujan välinen suhde on psykososiaalisen kuntoutumisen perusta. Parhaimmillaan suhde on ymmärtää kuntoutujaa sekä hänen elämäntilannettaan, hyödyntää joustavasti kuntoutujan voimavaroja ja toimii vuorovaikutteisesti kuntoutujan tilanteen mukaan muuttuen. Pahimmillaan taas kuntoutus on yksipuolista, väkinäistä kuntoutujan kuntouttamista, jossa kuntoutujaa ei ymmärretä. Huono kuntoutus voi jopa hidastaa kuntoutujaa. (Kettunen ym. 2009, 59.)

Työntekijän roolina on virittää tasa-arvoista keskustelua ja vuoropuhelua asiakkaiden tarinain ja tarpeiden esiin houkuttelemiseksi. Työntekijän tulisi pyrkiä asettamaan kysymyksiä vastausten sijasta, ja kyseenalaistamaan selviöitä. Näin toimiessaan hän antaa mahdollisuuden asiakkaan pohtia itseään ja tilannettaan. Ihminen saattaa sokeutua omalle tilanteelleen ja tiedostamattaan vähätellä tai liioitella omaa tilannettaan. Työntekijän voi ohjata kuntoutujaa arvioimaan tilannetta ja ajatuksiaan ulkopuolisen silmin tarkentavien kysymysten avulla. (Kettunen ym. 2009, 60–61.) Jokainen kohtaamistilanne on kuntoutujalle mahdollisuus tuntea voimaa ja toivoa, tai voimattomuutta ja epätoivoa. Asiakas-tilanteessa vuorovaikutuksessa on kyse kuntoutujan tuntemuksista identiteetin säilymisen, luomisen ja tukemisen näkökulmista. Avoimessa sekä kaikkia kunnioittavassa ilmapiirissä kuntoutujan on mahdollista kokea tullessaan hyväksytyksi sekä ymmärretyksi. Sen myötä kuntoutuja voi myös itse alkaa ymmärtämään ja hyväksymään itseään. (Kettunen ym. 2009, 60.)

2.4 Mielenterveyskuntoutus

Mielenterveyskuntoutus voi olla sosiaalista, lääketieteellistä tai molempia toimintoja yhdistelevää kuntoutusta ja siinä asiakkaan kanssa yhteistyössä vahvistetaan hänen sopeutumistaan elinympäristöönsä tai psykososiaalista toimintakykyään. Kuntoutus on prosessi, jossa toimintakyvyltään heikentyneitä asiakkaita autetaan saavuttamaan ja myös ylläpitämään mahdollisimman hyvä psyykkisen, fyysisen, sosiaalisen, älyllisen tai aistimuksellisen toiminnan taso. (Laukka, Tuisku, Fransman & Vormo 2015, 1508.)

Szegedy-Maszakin (2002) mukaan kuntoutumisessa voidaan havaita kuntoutujan näkökulmasta kahta erilaista ajattelutyyliä. Kuntoutusorientoituneen ajattelutyylin mukaan mielenterveysongelmat nähdään jokseenkin pysyvinä ja toimintakykyä haittaavana. Kuntoutuminen nähdään elämän kanssa toimeen tulemisena ja toimintakyvyn palautumisena suhteessa sairastumiseen. Kuntoutuminen on siis elämänmittainen prosessi. Voimaantumisorientoituneessa ajattelutyyliissä taas ajatellaan sairauden olevan ajoittain mukana elämässä, mutta jaksojen välillä he ovat terveitä. Esimerkiksi lääkityksen käyttäminen nähdään terveyden ylläpitämisenä ja kuntoutumisen jälkeen ihmiset elävät elämäänsä normaaleissa rooleissaan. (Koskisu 2004, 66–67.)

Asiakkaista, joilla on mielenterveyden häiriöitä, saatetaan käyttää erilaisia nimityksiä, joiden tarkoitus on kertoa asiakkaan tilasta ja toipumisasteesta. Esimerkiksi työssä käyvästä masentuneesta ihmisestä ja psykoosista toipuvasta potilaasta ei välttämättä käytetä samoja termejä. Termit luovat mielikuvia ja ne voivat myös auttaa ymmärtämään, kuinka vakavasta tilanteesta on kyse. Mielenterveyden keskusliitto on ottanut kantaa hyviin käsitteisiin, joita voidaan käyttää, kun puhutaan mieleltään sairastuneista. Termiä mielenterveyskuntoutuja käytetään henkilöstä, jonka sairaus on hallinnassa ja hänen voidaan sanoa olevan toipumassa. Mielenterveyspotilaan hoitopolku taas voi olla vielä aivan alussa tai kesken. (Mielenterveyden keskusliitto. Käsitteitä mielenterveydestä.)

Mielenterveyskuntoutuksesta puhuttaessa toipuminen toipujan omasta näkökulmasta voidaan nähdä etenevän seuraavan esimerkin tavalla. Youngin ja Ensingin (1999) mukaan mielenterveyshäiriöstä toipumisen prosessiin kuuluu ensin jäməhtäneisyydestä eroon pääseminen, joka lähtee oman tilanteen tunnistamisesta ja tunnustamisesta sekä muutoshalun heräämisestä ja toivon löytymisestä. Toisessa vaiheessa taas pyritään omatoimisuuteen ja vastuun ottamiseen omasta elämästä, uuden oppimiseen omasta itsestään ja suhteestaan muihin sekä toimintakyvyn palautuminen. Viimeisenä vaiheena nähdään oman näköisen elämän rakentaminen ja elämänlaadun parantaminen, mikä toteutuu-kin entistä suuremman elämänlaadun ja tyydyttävämmän elämän tavoitteluna. (Kankaanpää & Kurki 2013, 9.)

Kankaanpää ja Kurki (2013, 10–11) nostavat esiin mielenterveyskuntoutumiseen ja -toipumiseen liittyvän, palvelunkäyttäjien näkökulmasta toipumista tarkastelevan recovery-ajattelutavan, joka tarkoittaa toipumista niin, että kuntoutuja pystyy elämään omasta mielestään mahdollisimman tyydyttävää ja mielekästä elämää täysvaltaisena kansalaisena, sairaudestaan, vammastaan tai riippuvuudestaan huolimatta. Tämä ajatus perustuu itsemääräämisoikeuteen ja ajatukseen oman elämän hallinnasta, koska jokaisella tulee olla oikeus rakentaa itselleen mielekäs ja merkityksellinen elämä. Recovery-ajattelu on kokonaisvaltainen lähestymistapa, jossa korostetaan kuntoutujan voimaantumista ja toimijuuden vahvistumista.

Recovery-ajattelussa kuntoutumista pidetään henkilökohtaisena prosessina, jota ei voi ulkopuolelta arvottaa. On keskeistä ymmärtää, että kuntoutuja on oman prosessinsa asiantuntija ja hänen itse asettamansa tavoitteet ovat merkityksellisiä hänelle itselleen. Toipumista ei kuvaa oireiden tai retkahdusten ehkäisemisessä onnistuminen, vaan juurikin toipujien omat kertomukset muutoksesta, jossa keskeisintä on yksilön kokemus elämänlaadusta ja elämänhallinnasta. Recovery-ajattelussa korostuvat myös toivon näkökulma, erilaisten mahdollisuuksien etsiminen ja löytäminen sekä vahvuuksien näkeminen. Keskeistä on myös sosiaalinen inkluusio, koska toipuminen edellyttää sen, että toipuja löytää merkityksellisiä ja tyydyttäviä rooleja yhteiskunnasta. (Kankaanpää & Kurki 2013, 10–11.)

3 ASIAKASOSALLISUUS JA PALVELUIHIN VAIKUTTAMINEN

Asiakasosallisuus on tärkeää palveluiden kehittämisen ja asiakaslähtöisyyden lisäämiseksi. Palveluita ei voida kehittää asiakkaalle toimiviksi, jos niiden käyttäjien ääntä ei kuulla (Leemann, Kuusio & Hämäläinen 2015). Potilaita ei ole vielä kauaakaan ajateltu asiakkaina sosiaali- ja terveyspalveluissa. Tämän ajattelumallin muutos kestää ja vaatii työtä, jotta voidaan työskennellä tasavertaisina, mikä taas mahdollistaa vastavuoroisen yhteistyösuhteen rakentamisen. (Ahola 2017 286–288.) Sosiaali- ja terveydenhuollossa on myös tärkeää ottaa käyttäjä mukaan, sillä palvelu on julkisilla verorahoilla maksettua. Käyttäjälle palveluiden pitää olla avointa ja läpinäkyvää. (Hyväri 2017, 35–36.)

Asiakkuuden kehittämistä voidaan ajatella portaittain. Sen kehittyessä nousee sitä korkeammalle, mitä enemmän asiakas pääsee vaikuttamaan. Tätä kuvaa Sherry Anteinin vuonna 1969 kehittämä määritelmä hyvin. Aluksi asiakkaan mielipiteitä kuullaan esimerkiksi työryhmissä, mutta joista ammattilainen käsittelee ja määrittää tiedon soveltamisen käytäntöön. Keskivaiheilla asiakkaat ja palveluntarjoajat toimivat kumppanuussuhteissa ja toiminnasta saatava tieto ja kehittäminen tapahtuu reflektiivisesti. Viimeisellä portaalla muutoksen ja kehittämisen aloittajana toimivat asiakkaat itse, he toimivat täysivaltaisina ja osallistuvat kehitystyön päätöksentekoon ja toimivat itsenäisinä asiantuntijoina. (Hyväri 2017, 37–38.)

3.1 Asiakasosallisuuden ja asiakkaan osallisuuden käsitteet

Asiakasosallisuudesta puhuttaessa palvelun käyttäjät otetaan mukaan suunnittelemaan palvelujen järjestämistapaa. Asiakkaan osallisuudesta taas puhutaan osana sosiaalista osallisuutta, joka toteuttaa, varmistaa ja lisää palvelujärjestelmään ja asiakastyöhön asiakaslähtöisyyttä ja osallisuutta. Tällöin asiakkaan

nähdään osallistuvan aktiivisesti palvelun suunnitteluun, järjestämiseen, tuottamiseen, kehittämiseen tai arviointiin. (Leemann & Hämäläinen 2016, 587.)

Asiakasosallisuutta voidaan hyödyntää palvelujen laadun, toimivuuden ja tehokkuuden parantamisessa, sekä sosiaalisen osallisuuden lisäämiseen palveluissa ja asiakastyössä. Osallisuuden edistämiseksi palveluissa voidaan korostaa asiakkaiden vaikutusmahdollisuuksien lisäämistä palveluiden kehittämisessä. (Leemann, Kuusio & Hämäläinen 2015.) Asiakasosallisuus on toiminnan rakentamista asiakkaan tarpeista sekä tilanteista ja siinä otetaan huomioon myös asiakkaan oma tieto, taito ja osallisuus. Asiakkaan oma asiantuntijuus otetaan hyötykäyttöön. Jotta toiminta on asiakasosallisuutta, pitää asiakkaan saada toiminnan aikana kokea olonsa arvostetuksi ja kokea itsenäisen päätöksen teon. (Hyväri 2017, 32–33.)

3.2 Asiakasosallisuuden haasteet

Asiakasosallisuuteen liittyvät käsitteet asiakaslähtöisyydestä, asiakaskeskeisyydestä ja asiakasymmärryksestä ovat syntyneet liiketaloustieteessä ja yrityssektorilla. Tästä johtuen ja erilaisten tulkintojen myötä nämä käsitteet ovat muuttuneet sisällöltään epämääräisiksi hokemiksi, joita toistetaan strategioissa ja kehittämissuunnitelmissa sektorista ja organisaatiosta riippumatta ja ilman kosketuspintaa siihen, mitä ne käytännössä merkitsevät. Asiakasajattelun kehittymisen ymmärtäminen auttaa ymmärtämään käsitteitä oikeasti. Keskeistä tässä kehittämisessä on ollut asiakkaan muuttuminen palveluiden kohteesta palveluiden käyttäjäksi, aktiiviseksi ja yhdenvertaiseksi toimijaksi palvelua tarjoavan henkilön kanssa. (Virtanen, Suonheimo, Lamminmäki, Ahonen & Suokas 2011, 15.)

Asiakasosallisuuden käytännön toteuttamisen kannalta haasteellista on osallisuuden arviointi, koska asiakkaan osallisuuden kokemusta on vaikea mitata ja arvioida siitä syystä, että osallisuudella ja osattomuudella viitataan henkilön

subjektiivisiin kokemuksiin ja tuntemuksiin. (Leemann & Hämäläinen 2016, 589.)

Asiakaslähtöisyyden haasteena asiakkaiden näkökulmasta on se, että mitä enemmän kansalaisten valinta tai kuluttajälähtöisyys ohjaa palveluita, sitä enemmän voidaan olettaa palveluiden eriytyvän kansalaisten omien valintataitojen mukaan. Siten se, mitä kansalaiset osaavat, haluavat, tai pystyvät vaatimaan, vaikuttaa valintatoiveisiin. Valintataitoihin vaikuttaa hyvä koulutus, terveys, ikääntyminen ja mielenterveyden ongelmat, mutta myös palvelujen saataavuus, saavutettavuus ja odotettavissa olevat kulut. Valitettavasti valintataitojen kääntöpuolena on näiden taitojen suuri vaihtelu kansalaisten keskuudessa. (Leemann & Hämäläinen 2016, 586.)

Asiakkaan kanssa tehtyä työtä voidaan luulla usein asiakaslähtöiseksi, mutta siinä saatetaan sokeutua ja mennä ammattilaisten määrittämien toimintaohjeiden mukaan. Asiakasosallisuudessa asiakas on myös asiantuntija ammattilaisen rinnalla ja oman taustansa ja kokemustensa kautta asiakas tuo oman kantansa ja näkemyksensä työskentelyyn. Ammattinimike ei tuo asiantuntijuutta, vaan se rakennetaan yhdessä kuunnellen kumpaakin osapuolta ja näin luodaan yhtenäinen asiantuntijuus. (Hyväri 2017, 35–36.)

Tänä päivänä myös teknologia tuo oman osansa asiakastoimintaan. Aina vain suurempaa osaa palveluista käytetään elektronisesti. Yksi esimerkki on ajanvarauksien tekeminen sähköisesti. Tekniikan kehitys tukee asiakkaiden osallisuutta ja mahdollisuuksia vaikuttaa. Se tarjoaa esimerkiksi kasvottoman ja näin ollen ehkä helpomman tavan osallistua sekä antaa kehitysehdotuksia. Se voi kuitenkin toimia myös etäännyttävänä tekijänä ja rajoittaa osallisuutta. Tällä hetkellä hyvänä esimerkkinä teknologian toimimattomuudesta on eri kuntien erilaisien järjestelmien yhteensopivuusongelmat. Miten asiakas voisi kokea olevansa toimiva jäsen verkostossa, kun hänen omien tietojensa saaminen ja yhdistäminen saattaa vaatia monen toimijan puheilla käymisen? (Kilpeläinen & Salo-Laaka 2012, 303–319.)

3.3 Mielenterveyskuntoutuksen asiakasosallisuus

Mielenterveyspalvelujärjestelmään liittyy lukuisia haasteita. Nämä haasteet vaikuttavat sekä asiakkaan asemaan että osallisuuden ja itsemääräämisoikeuden toteutumisen mahdollisuuksiin. Haasteisiin lukeutuvat muun muassa lainsäädännön hajanaisuus ja puitelainsäädännön väljyys, kirjavat palveluiden järjestämistavat ja yhteistyön ongelmat. (Aspa. Artikkelit. Asiakkaan osallisuus mielenterveyskuntoutujien asumispalveluissa.)

Laitilan (2010) tutkimuksen mukaan päihde- ja mielenterveystyön asiakkaiden mielestä he itse ovat palveluiden käyttäjinä palveluiden parhaita asiantuntijoita. Heidän mielestään olisi tarpeellista, että he voisivat osallistua suunnittelu- ja kehittämistyöhön. Osa oli kokenut, etteivät he ole saaneet ääntänsä kuuluviin, vaikka heillä olisi ollut mielipiteitä palveluista. Asiakkaat ymmärsivät, että osallistumista ja osallisuutta määrittelevät päihde- ja mielenterveystyön toimintaympäristö. Toimintaympäristö luo osallisuuden ja osallistumisen mahdollisuuksille raamit. (Laitila 2010, 86–87.)

Mielenterveys- ja päihdetyön asiakkaat tiedostivat, että halu ja uskallus osallistua ja olla osallisina vaihtelee. Kaikilla ei riitä halua tai voimavaroja osallistumiseen ja toiset taas ovat liian ujoja tuomaan mielipiteitään esiin. Asiakkaat kokivat, että heidän kykyinsä osallistua suunnitteluun ja kehittämiseen sekä oman mielipiteen esittämiseen liittyy ennakkoluuloja, kielteisiä asenteita ja tietämättömyyttä. Vallanjaon nähtiin myös olevan osa tätä asetelmaa: ne joilla on valtaa, eivät halua luopua siitä. (Laitila 2010, 87–88.)

3.4 Nuorten mahdollisuus vaikuttaa palveluihin

Vuonna 2015 voimaan astunut sosiaalihuoltolaki nostaa aikaisempaa enemmän esiin asiakasosallisuutta ja palveluiden asiakaslähtöisyyttä. Asiakasosallisuuden puitteissa asiakkaalla on mahdollisuus vaikuttaa palveluihin sekä osallistua nii-

den suunnittelemiseen. (Leemann & Hämäläinen 2015, 1, 4.) Mielestämme ikä ei ole tässä suhteessa este, vaan myös nuorten on annettu vaikuttaa ja kehittää asiakaslähtöisesti heille tarkoitettuja palveluita.

Yksi esimerkki palveluiden kehittämisestä, jossa nuoret itse ovat saaneet olla mukana on OSUMA-projekti. OSUMA-projekti tähtäsi toimintamalliin, joka koordinoisi yhdessä tekemisen hengessä Pieksämäen koulutuksen ja työelämän ulkopuolelle jääneille 16–24-vuotiaille nuorille suunnattujen palveluiden toimijoita niin julkiselta, yksityiseltä kuin kolmanneltakin sektorilta. Eri sektoreiden toimijoille oli tarkoitus saada yhteinen ymmärrys nuorten palvelupolusta ja heidän omasta roolistaan siinä. Toimintamallin kehittäminen toteutettiin työpajatyöskentelyllä, jossa myös nuoret itse olivat mukana. Ennen työpajojen käynnistymistä kartoitettiin mm. pieksämäkeläisten nuorten asiakaskokemuksia. Tämä oli yksi työpajatyöskentelyn lähtökohdista. Lisäksi heti ensimmäisessä työpajassa päätettiin, että yksi tärkeistä asioista, joita pitäisi projektin avulla ratkaista, oli asiakaslähtöisyys: sen kuuluisi olla keskiössä. Tähän ajatukseen liittyi se, että nuori saisi itse määrittää palvelunsa sisältöä. Lisäksi nuorten omaa toimijuutta tuettaisiin. (Vuokila-Oikkonen & Pätynen 2017, 9–15, 21.)

Myös Nuorten Kipinä -kehittämisryhmässä on kehitetty työtä ja opiskelupaikkaa vaille jääneiden nuorten palveluita, tällä kertaa Espoossa. Kehittämisen kohteena olivat syrjäytymisvaarassa oleville tai syrjäytyneille nuorille suunnatut matalan kynnyksen palvelut. Kehittämisryhmä koostui kymmenestä aktiivisesta 18–25-vuotiaasta nuoresta, joista kaikki paitsi yksi olivat vailla sekä opiskelu- että työpaikkaa. Kehittämisryhmässä koettiin tärkeäksi se, että siihen osallistuneille nuorille kehitettäisiin sellaisia osallistumisen tapoja, jotka kiinnostaisivat niitäkin nuoria, jotka ovat aikaisemmin kokeneet, ettei heidän mielipiteitään arvosteta. Keskeisiä Nuorten Kipinä -kehittämisryhmän tavoitteita olivat entistä matalamman kynnyksen valmentavan ryhmätoiminnan kehittäminen, nuorten mukanaolon mahdollistaminen heidän palveluidensa kehittämisessä, suunnittelussa ja arvioimisessa, osallisuuden ja osallistumisen lisääminen, nuorille jatkopolkujen löytäminen yhteistyössä heidän kanssaan sekä lisätä nuorten ja nuorille suunnattujen palveluiden toimijoiden välistä luottamusta, yhteistyötä ja ymmärrystä. (Latonen & Latva-Rasku, 11–13)

Nuorten kokemukset Nuorten Kipinä -kehittämisyhmästä olivat positiivisia. He pitivät siitä, että pääsivät niin suureen rooliin kehittämistyössä ja että pystyivät sitä kautta olemaan hyödyksi yhteiskunnalle. Ryhmä myös antoi nuorille eväitä tulevaisuuteen kasvattaen heidän itseluottamustaan ja antamalla suuntaa heidän elämilleen. (Latonen & Latva-Rasku, 39–40.)

4 KLUBITALO TOIMINTAYMPÄRISTÖNÄ

Klubitalot ovat yhteisöjä, jotka muodostuvat mielenterveyskuntoutujista ja palkattusta henkilökunnasta. Klubitaloissa asiakkaita kutsutaan jäseniksi. Klubitalot eivät tarjoa varsinaista vertaistukea erikseen, vaan jäsenet voimaantuvat keskinäisen vertaistuen avulla. Klubitalojen toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja jäsenten omien vahvuuksien hyödyntämiseen. Klubitalot tarjoavat kuntoutujille yhteisön ja työpainotteista toimintaa, joka lähtee heidän omista tarpeistaan. Klubitalokuntoutus perustuu kansainväliseen klubitalomalliin. Mallin tavoitteena on tukea kuntoutujien paluuta työelämään, parantaa heidän elämänlaatuaan ja vähentää sairaalahoidon tarvetta. (Minna Paloneva, henkilökohtainen tiedonanto 20.4.2018; Suomen Klubitalot ry. Klubitalotietoa.) Klubitalomalli on toimintamallina uniikki. Mielestämme Helsingin Klubitalojen nuorten toiminnan kehittämisessä ja Klubitalojen vapaaehtoisista nuorista koostuvan työpajojen kanssa toimimisessa tärkeä perusta oli juuri klubitalomallin ymmärtäminen.

4.1 Klubitalomalli

Klubitalon yhteisö luotiin mielenterveyskuntoutujien tarpeeseen, kun sairastumisen jälkeen akuuttihoito loppui ja he palasivat arkielämään, jossa läheiset olivat hylänneet heidät ja kuntoutujan turvaverkko oli hävinnyt. Tässä tilanteessa New Yorkissa 1940-luvulla kokoontui samassa elämäntilanteessa olevia mielenterveyskuntoutujia. He totesivat, että tarvitsevat oman paikan ja yhteisön ympärilleen tukemaan heidän kuntoutumistaan. Yhteisön rakenne oli aluksi oma-apuryhmä, jonka pohjalta John Beard, joka oli ensimmäisen Klubitalon, Fountain Housen, ensimmäisiä sosiaalityöntekijöitä, loi nykyisen Klubitalon pohjan työpainotteisesta työskentelystä. (Isojoki 2010, 27.)

Beard kehitti vallankumouksellisen idean siirtymätyöstä, jossa jäsenten oli mahdollisuus palata työelämään ilman työhistorian, hakemusten, todistusten ja

haastattelujen puutteesta aiheutunutta painolastia. Tämä järjestelmä auttoi jäsenten itsenäistä työllistymistä. (Propst 2003, 30–31.) Beard myös kannusti työntekijöitä ja jäseniä tekemään yhteistyötä Klubitalon ylläpitämisessä (Tanaka & Davidson 2014, 2). Näkemyksemme mukaan tämä käytäntö on edelleen pohjana jokaisen Klubitalon toiminnalle.

Klubitalon toiminnan keskiössä on työnjako. Se tarjoaa mielekästä työtä ja tekemistä Klubitalon sisällä sen jäsenille. (Tanaka & Davidson 2014, 2.) Työnjaossa jaetaan Klubitalon jäsenille kyseisenä päivänä suoritettavat työtehtävät ja askareet. Askareita on tarjolla hyvin monipuolisesti. Tekemistä on Klubitalon omassa keittiössä ruoan valmistuksesta aina Klubitalon vastaanoton puheliimeen vastaamiseen. (Tanaka & Davidson 2014, 4 & 7.) Askareet liittyvät Klubitalon ylläpitämiseen ja kehittämiseen ja ne lähtevät Klubitalon omista tarpeista (Isojoki 2010, 35; Suomen Klubitalot ry. Klubitalotietoa. Laatusuositukseset). Isossa osassa työskentelyä ovat sosiaaliset suhteet. Askareita tehdään usein pienissä ryhmissä tai pareittain. Kukin Klubitalon jäsen osallistuu omien voimavarojensa mukaan. (Isojoki 2010, 35.) Vastuuta ja osallisuutta lisätään ajan kanssa. Klubitaloissa on nähty usein, miten Klubitalolla käynti on huomattavasti parantanut jäsenten elämää. Tähän on yleensä liittynyt juuri jäsenen kasvanut osallistuminen ja osallisuus Klubitalon työnjaossa. (Tanaka, Craig & Davidson 2015, 2.) Jäsenet arvostavat sitä, että pystyivät keskittymään Klubitalolla työntekoon ja kykenivät näin unohtamaan omat mielenterveysongelmansa. Klubitalo tarjoaa jäsenille tekemistä ja organisoidumpaa arkea. (Tanaka & Davidson 2014, 5.)

Toinen tärkeä ominaisuus klubitalomallissa on jäsenten eli kävijöiden sekä henkilökunnan tasa-arvoisuus. Uudet jäsenet saattavat jopa odottaa, että henkilökunta tekisi päätöksiä heidän puolestaan, mutta henkilökunta antaa päätösvalan jäsenille (Tanaka & Davidson 2014, 7). Tarvittaessa työntekijä auttaa työtehtävien jakamisessa. Tämä jako ei kuitenkaan velvoita ketään jäsenistä, vaan on heidän omien sanojensa mukaan ennemminkin ehdotus, ei velvoite. Käytäntö ei vaaranna heidän kokemustaan siitä, että heillä on valinnanvapaus ja että heidän valintojaan kunnioitetaan. (Tanaka ym. 2015, 5.)

Klubitalon tarkoituksiin kuuluu työpaikan löytäminen jäsenilleen, eikä toiminta rajoitu pelkkään työnjakoon. Työttömyyslukujen perusteella vaikuttaa siltä, että mielenterveysongelmaiset aikuiset tarvitsevat erityistä tukea työllistymiseen (Schonebaum, Boyd & Dudek 2006, 14–16).

Itä-Helsingin Klubitalo ja Helsingin Klubitalo noudattavat kaikessa toiminnassaan ESKOT ry:n arvoja, joiden mukaan toiminta on ihmisarvoa ja ihmisoikeuksia kunnioittavaa. Toimintaa ohjaa tasavertainen oikeus toimia yhteiskunnassa ja toiminnan perustana on yhdessä tekeminen. (ESKOT ry.) Helsingin Klubitalo nostaa näiden arvojen lisäksi esiin tasavertaisuuden yleisellä tasolla, vapaaehtoisuuden, yhteisöllisyyden, toisen ihmisen kunnioittamisen, omien voimavarojen ja kiinnostuksen mukaan toimimisen sekä ihmisarvo tunnustamisen ja tunnistamisen sairaudesta huolimatta (Minna Paloneva & Juha Näres, henkilökohtainen tiedonanto 15.3.2018).

4.2 ESKOT ry:n Helsingissä toimivat Klubitalot

Ensimmäinen Suomen Klubitalo perustettiin Tampereelle vuonna 1995, toinen Naantaliin ja kolmas, vuonna 1997 perustettu Klubitalo, oli Helsingin Klubitalo (Suomen Klubitalot ry. Klubitalotietoa. Historia; Helsingin Klubitalo. Fountain House Klubitalot. Historia). Opinnäytetyössä mukana olleet Klubitalot ovat Itä-Helsingin Klubitalo ja Helsingin Klubitalo. Kumpikin näistä Klubitaloista toimii ESKOT ry kattojärjestön alaisuudessa.

Helsingin Klubitalo sijaitsee Helsingin Sörnäisissä osoitteessa Hämeentie 54 (Helsingin Klubitalo). Itä-Helsingin Klubitalo avasi ovensa vuonna 2009 ja se sijaitsee Helsingin Myllypurossa osoitteessa Jauhokuja 3 (Itä-Helsingin Klubitalo). Kaikki Suomen Klubitalot kuuluvat viralliseen yhdistykseen nimeltään Suomen Klubitalot ry. Yhdistykseen kuuluu 25 Klubitaloa (Suomen Klubitalot ry). Vaikka kaikki Suomen Klubitalot kuuluvat kyseiseen yhdistykseen, ne kaikki eivät toimi saman kattojärjestön alla. ESKOT ry hallinnoi viittä Klubitaloa, joista

melkein kaikki sijaitsevat Etelä-Suomessa: kaksi Helsingissä, yksi Vantaalla, ja yksi Nurmijärvellä sen lisäksi yksi sijaitsee Imatralla. (ESKOT ry.)

4.3 Helsingin ja Itä-Helsingin Klubitalojen nuorten toiminta

Helsingin Klubitalo on rajannut nuorten toiminnan 18–30-vuotiaisiin (Minna Paloneva & Juha Näres, henkilökohtainen tiedonanto 15.3.2018). Itä-Helsingin Klubitalossa nuorten toiminnan ikähaarukka on taas 18–35-vuotiaat (Sanni Arilahti, henkilökohtainen tiedonanto 8.3.2018). Sanni Arilahden ja Erkki Ukkolan (henkilökohtainen tiedonanto 8.3.2017) mukaan Klubitalon nuorten toiminnan ikähaarukka on laaja, koska monien eri ikäisten nuorten elämäntilanteet voivat sairastumisen johdosta olla hyvinkin samanlaiset ja monien mielenterveysongelmat ovat voineet hidastaa normaalien ikätavoitteiden saavuttamista. Myös Helsingin Klubitalon nuorten toiminnan yläikäraja ylittää 30-vuotiaisiin, koska nuorten toiminnan alkaessa nuoria oli melko vähän (Minna Paloneva & Juha Näres, henkilökohtainen tiedonanto 15.3.2018). Tämän takia puhuessamme Klubitalojen nuorten toiminnan kohderyhmästä, puhumme nuorista, vaikka iältään he ovatkin ennemminkin nuoria aikuisia ja aikuisia.

Lähtökohdat nuorten toiminnassa ovat hyvin erilaiset Helsingin Klubitalolla ja Itä-Helsingin Klubitalolla. Helsingin Klubitaloilla nuorten toiminta alkoi kolme vuotta sitten ja on hyvin vakiintunutta. Nuorten ryhmä kokoontuu joka torstai klo 10:30. Nuorten toiminta lähtee nuorten tarpeista. Nuorten ryhmä kokoontuu keskustelemaan eri aiheista, kuten siitä, miten hoitaa omaa mielenterveyttä sekä tekee retkiä Klubitalon ulkopuolelle, esimerkiksi elokuvateatteriin ja pirtelöbaariin. (Minna Paloneva & Juha Näres, henkilökohtainen tiedonanto 15.3.2018.) Työpajoissa kävi ilmi, että nuorten toiminnalla on oma budjetti ja monet retket järjestetään pienellä omavastuulla, joka on yleensä 3–5 euroa.

Itä-Helsingin Klubitalossa ei Sanni Arilahden (henkilökohtainen tiedonanto 8.3.2018) mukaan ole vakiintunutta toimintaa ja toiminta on ollut kovin aaltoilevaa. Nuorten toiminnassa on ollut erilaisia porukoita, jotka ovat alkaneet ryh-

mäytyä, mutta osa nuorista on sitten lopettanut käynnin Klubitalolla eri syistä. Arilahden mukaan tämä on toisaalta positiivinen ongelma, koska on hienoa että nuori pääsee eteenpäin, mutta toisaalta harmillista ettei ryhmäytymistä pääse Klubitalolla syntymään. Arilahti lisää vielä, että nuorten aikuisten toiminnan kehittämiseen ja nuorten kiinnittymiseen tarvittaisiin enemmän henkilökuntaresursseja, esimerkiksi ihan oma työntekijä keskittymään pelkästään nuorten aikuisten toimintaan. (Sanni Arilahti, henkilökohtainen tiedonanto 8.3.2018.)

Itä-Helsingin Klubitalolla henkilökunnalla on intoa järjestää säännöllistä nuorten toimintaa, mutta kävijöitä ei ole löytynyt. Säännöllisen kokoontumisen sijaan nuoret osallistuvat erilaisille Itä-Helsingin Klubitalon järjestämille retkille. Itä-Helsingin Klubitalon työntekijät pitivät opinnäytetyömme aiheetta tärkeänä ja totesivat, että kyseiselle mielipiteiden tutkimiselle olisi heillä ehdottomasti tarvetta. (Sanni Arilahti & Erkki Ukkola, henkilökohtainen tiedonanto 8.3.2017.)

Itä-Helsingin Klubitalo oli jo aikaisemmin tehnyt kyselyn nuorten toiminnasta nuorille jäsenilleen. Kuitenkaan nuorten toiminta ei ollut kyselynkään jälkeen lähtenyt käyntiin. Arilahti kertoi, että he ovat aikaisemmin kartoittaneet Itä-Helsingin Klubitalon nuorten aikuisten mielipiteitä internetkyselyn avulla. Kyse-lyssä kyseltiin mielipiteitä nuorten toiminnasta ja mahdollisia uusia ideoita sen sisältöä ajatellen. Kysely oli kuitenkin melko suppea. (Sanna Arilahti, henkilökohtainen tiedonanto 8.3.2018)

5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tutkimuksemme tarkoituksena oli kartoittaa, mitä mieltä Klubitalojen nuoret ovat nuorten toiminnasta ja mitä kehitysideoita heillä oli, jotta saisimme asiakasläh- töisen lähtökohdan nuorten toiminnan kehittämiseksi työelämän yhteistyökump- paneiden käyttöön. Halusimme siis kartoittaa mielipiteitä ja tilannetta. Tavoit- teemme oli luoda selvitys Klubitalojen nuorten mielipiteistä ja kehitysehdotuksis- ta liittyen nuorten toimintaa.

Tutkimuskysymyksemme olivat:

1. Millaisena Klubitalon nuoret näkevät Klubitalojen nuorten toiminnan
2. Miten he haluaisivat kehittää sitä?

6 OPINNÄYTETYÖ PROSESSINA

Opinnäytetyömme keskittyi Helsingin ja Itä-Helsingin Klubitalojen nuorten toimintaan, jonka kohderyhmä on Helsingin Klubitalossa 18–30-vuotiaat ja Itä-Helsingin Klubitalossa 18–35-vuotiaat Klubitalojen jäsenet. Opinnäytetyömme toteutuksessa Klubitalojen nuoret jäsenet otettiin mukaan nuorten toiminnan kehittäjiksi ja arvioijiksi työpajojen avulla. Opinnäytetyön toteutuksessa käytimme Klubitalojen omia tiloja, sillä ne olivat turvalliset ja tutut Klubitalojen nuorille ja tarjosivat rauhallisen toimintaympäristön.



KUVIO 1. Opinnäytetyöprosessin eteneminen

6.1 Toteutuksen menetelmien valinta

Halusimme olla mahdollisimman asiakaslähtöisiä ja antaa Klubitalon nuorille mahdollisuuden olla pääosassa kehittämisessä, koska koimme heidän äänensä tärkeäksi oman toimintansa kehittämis ehdotuksien esille tuomisessa. Pidimme myös tärkeänä, että Klubitalojen nuorilla olisi mahdollisuus tämän avulla rohkaistua ja voimaantua käyttämään omaa ääntään ja kokea tullessa kuulluksi. Nämä seikat vaikuttivat eniten menetelmien valintaan ja työpajojen toteutusten suunnitteluun. Pidimme Klubitalojen nuorten etua lähtökohtana kaikessa suunnittelussa ja anonyymiyttä yhtenä tärkeimmistä pyrkimyksistä kaikessa toteutuksessa.

Meidän oli otettava opinnäytetyöprosessissamme huomioon, että Klubitalojen nuoret eivät välttämättä olisi kertoneet avoimesti mielipiteitään ja tarpeitaan liittyen nuorten toimintaan. Työpajojen tarkoitus oli saada nuorten oma ääni kuuluviin ja saada heitä osallistettua. Toiminta pyrittiin saamaan heidän näköisekseen, jotta se saisi nuoret liikkeelle ja osallistumaan. Meidän oli pyrittävä herättämään nuorissa luottamusta ja osoittamaan, että heidän mielipiteitään arvostetaan.

Suurin huolenaiheemme oli, saisimmeko innostettua nuoria mukaan. Aikaisemmin kaavailimme hyvinkin strukturoitua ryhmä- tai yksilöhaastattelua, mutta jouduimme luopumaan ideasta, kun huomasimme, että nuorten vastaanotto sille oli melko empivä, etenkin haastattelun dokumentoinnin suhteen. Nuoret eivät halunneet, että heitä kuvattaisiin tai äänitettäisiin. Päädyimme ryhmäkeskusteluun, joka toteutui työpajojen muodossa. Työpajat koostuivat vapaaehtoisista Klubitalojen nuorista. Työpajat tuottivat itse materiaalia ideoista ja mielipiteistä, eikä dokumentointia tarvinnut toteuttaa äänittämällä tai kuvaamalla, vaan keräsimme ideat ja mielipiteet papereille, jotka valokuvattiin ja säilytettiin tuloksien analysointia varten.

Koska Klubitalojen nuoret olivat niin aran oloisia ja varovaisia dokumentoinnin suhteen, toteutimme myös työpajojen palautteen keräämisen niin, että se oli mahdollisimman helppoa, vaivatonta ja täysin anonyymia. Pelkäsimme, että mikäli palautteen antamista ei olisi tehty tarpeeksi helpoksi, emme olisi saaneet palautetta lainkaan.

6.2 Toiminnallinen opinnäytetyö

Salonen (2013, 7) käyttää kehittämistoimintaa yläkäsitteenä esimerkiksi silloin, kun puhuu toiminnallisesta opinnäytetyöstä. Käytämme samaa yläkäsitettä. Salosen (2013, 7) mukaan kehittämistoiminnan käsitettä voidaan pitää kattavana yläkäsitteenä kaikelle sellaisen toiminnan kokonaisymmärtämiselle, työskenteilylle ja kuvaukselle, jonka perusteella syntyy uusi asia. Näin siis kehittämistoiminta pitää sisällään kehittämiseen liittyvät ideologiset lähtökohdat ja säännöt sekä sitoumukset. Se luo yksilöidylle, käytännön kehittämishankkeelle käsitteellisen kehyksen, jonka avulla ja ohjaamana hankkeeseen sitoutuneet henkilöt vievät sitä eteenpäin.

Vilkan & Airaksisen (2010, 9) mukaan toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on ammatillisessa kentässä katsottuna toiminnan ohjeistaminen, opastaminen, toiminnan järjestäminen tai järjeistäminen. Se voi olla esim. ammatilliseen käytäntöön suunniteltu ohje, ohjeistus, opastus tai vaikkapa jonkun tapahtuman toteuttaminen. Toteutustapa riippuu kohderyhmästä, ja voi olla esim. kirja, kansio, vihko, opas tai vaikka tiettyyn tilaan järjestetty tapahtuma. Klubitaloille suunnattu kehittämistoimintamme täyttää edellä mainitut perusteet, koska toimintamme perustana oli Klubitalojen nuorille järjestämä työpajojen sarja, joiden tulokset ja toiveet jäivät tämän raportin muodossa Helsingin ja Itä-Helsingin Klubitalon työntekijöiden käyttöön.

Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimusmenetelmä on toimiva selvityksen toteuttamisessa silloin, kun tavoitteena on ilmiön kokonaisvaltainen ymmärtäminen tai esim. halutaan ymmärtää millaiset uskomukset tai käsitykset vaikuttavat ihmi-

sen toiminnan taustalla (Vilkkä & Airaksinen 2010, 64–65). Halusimme siis selvittää vastauksia tutkimuskysymyksiimme ja ymmärtää klubitalomallia paremmin myös asiakkaiden näkökulmasta. Rajasimme Klubitalojen ohjaajat pois työpajoista, koska uskoimme saavamme paremmin luottamusta ulkopuolisina toimijoina, joille voi kertoa epäkohdista nimettömästi. Ohjaajien näkemys ei olisi myöskään vastannut tutkimuskysymyksiin. Helsingin alueen Klubitalojen nuorten toiminnan kehittämisessä ja vapaaehtoisille nuorille suunnattujen työpajojen kanssa toimimisessa tärkeä perusta oli klubitalomallin ymmärtäminen, joka on erityislaatuinen mielenterveyskuntoutumisen kentällä.

6.3 Aineiston kerääminen ryhmäkeskustelun keinoin

Suomen kielessä puhutaan sekä ryhmähaastattelusta että ryhmäkeskustelusta. Näiden kahden termin välillä on hienoinen ero: ryhmäkeskustelussa korostetaan ryhmän sisäistä vuorovaikutusta tutkijan ohjaaman vuorovaikutuksen sijaan. Ryhmäkeskustelussa haastattelijan asema on yksilökeskustelua heikompi, koska se ei yksilöhaastattelun tavoin noudata kysymys–vastaus-formaattia. Ryhmäkeskustelun osallistujat saattavat kommentoida toistensa näkökulmia sen sijaan, että aina suuntaisivat puheenvuoronsa suoraan haastattelijalle. (Pietilä 2017, 112–114.)

Ryhmähaastattelulla on etuja yksilöhaastatteluun verrattuna. Yksilöhaastattelussa haastateltavan haastattelijaan kohdistamat odotukset voivat vaikuttaa tavalla, jota on vaikea analyysissä ottaa huomioon. Myös haastattelijan vaikutus siihen, mitä haastateltavia asioita tuodaan yksilöhaastattelussa esiin ja millä tavalla, voi olla liian suuri. Ryhmähaastattelulla voidaan pyrkiä ratkaisemaan edellä mainittuja ongelmia. Ryhmähaastattelussa haastateltavat henkilöt kontrolloivat toisiaan. Lisäksi ryhmähaastattelun yhdessä istunnossa pystyy haastattelemaan useita ihmisiä kerralla. (Mäkelä 1998, 264.) Meidän valitsemamme menetelmä on kuitenkin määritelmien mukaan lähempänä ryhmäkeskustelua kuin ryhmähaastattelua. Halusimme nimenomaan rohkaista työpajojen osallistu-

jiien välistä vuorovaikutusta, vuoropuhelun aloittamista ja asioiden yhdessä ää-
neen pohtimista.

Ryhmäkeskustelun vetäjää kutsutaan moderaattoriksi. Moderaattorin tehtäviin kuuluu keskustelujen ehtojen ja sääntöjen luominen, niiden valvominen sekä puheen mahdollistaminen. (Valtonen 2005, 230–231.) Moderaattorin on tuettava haastateltavien keskinäistä vuorovaikutusta ja suunnattava keskustelua niin, että erilaiset näkökulmat pääsevät monipuolisesti edustetuiksi. Esimerkiksi moderaattori voi tukea hiljaisempien keskustelijoiden kuulluksi tulemistä osoittamalla heille kysymyksiä. Mikäli keskustelu muuttuu yksipuoliseksi, varovaiseksi tai harhailevaksi, on moderaattorin tehtävänä auttaa keskustelua eteenpäin. Moderaattorin on kuitenkin muistettava eettisyys niin tehdessään. (Pietilä 2017, 114–117.) Keskeistä ryhmäkeskustelussa on moderaattorin rooli ja läsnäolo. Moderaattori ei itse osallistu keskusteluun, vaan virittää keskustelua sekä toimii rohkaisijana ja kannustajana keskustelun aikana. Tyypillisessä suomalaisessa ryhmäkeskustelussa keskustelijoita on kuudesta kahdeksaan. Ryhmäkeskustelussa moderaattori pyrkii tietoisesti saamaan keskustelijoita keskustelemaan myös keskenään, ei vain hänelle. Moderaattori tarjoaa erilaisia teemoja keskustelijoiden käyttöön, joka voi tapahtua apukysymysten tai virikkeellisen materiaalin kuten sanomalehtiartikkeleiden tai elämystarinoiden avulla. (Valtonen 2005, 223–224.)

Haastattelutavan valitseminen tulisi pohtia sen mukaan, millaista ja miten tarkkaa tietoa tarvitaan kehittämistoiminnan tueksi. Usein toiminnallisten opinnäytetöiden aineistoksi riittää suuntaa antava tieto ja tästä syystä esimerkiksi haastatteluiden puhtaaksi kirjoittaminen ei ole yhtä välttämätöntä tai järjestelmällistä kuin tutkimuksellisissa opinnäytetöissä. Laadun kriteerinä toimii aineiston monipuolisuus ja se, miten hyvin aineisto vastaa toiminnallisen opinnäytetyön sisältöisiin tavoitteisiin sekä kohderyhmän tarpeisiin. (Vilka & Airaksinen 2010, 64–65.) Tästä syystä ryhmäkeskustelu sopi meille aineistonkeruumenetelmäksi hyvin. Samalla se sopi myös hyvin Klubitalojen nuorille, sillä he saivat pohtia vastauksia kysymyksiin yhdessä keskustellen.

Työpajoissa toteutettuihin ryhmäkeskusteluihin osallistuivat Klubitalojen nuoret. Kerrallaan nuoria oli ryhmäkeskustelussa mukana yhdestä viiteen. Toteuttamiemme ryhmäkeskustelujen perustuksen loivat kaksi kysymystä: "Mitä mieltä olet nykyisestä Klubitalon nuorten toiminnasta?" ja "Miten kehittäisit Klubitalon nuorten toimintaa?". Käytimme kysymysten tukena myös apukysymyksiä, jotka riippuivat Klubitalojen nuorten esiin tuomista puheenaiheista ja mielipiteistä sekä vastasivat heidän omiin kysymyksiinsä. Apukysymysten tarkoitus oli saada lisää tietoa ja laajentaa tai tarkentaa käsillä olevia puheenaiheita. Emme olleet valmistelleet apukysymyksiä etukäteen, koska halusimme mahdollistaa vapaan keskustelun ja pitää tilanteen orgaanisena. Pelkäsimme, että valmiiksi laaditut apukysymykset olisivat jäykistäneet keskusteluilmapiirin, jolloin jotain olennaista olisi voinut jäädä sanomatta.

6.4 Työpajojen valmistelu

Työpajojen tarkoituksena oli osallistaa nuoria mukaan oman toimintansa kehittämiseen niin, että nuorten toiminta olisi käyttäjilleen mieleistä ja heidän olisi mahdollista kehittää toimintaa asiakaslähtöisesti. Tarkoituksena oli tarjota työpajoissa myös jotain mukavaa tekemistä, varsinkin ryhmän aloittaessa kokoon-tumista. Päädyimme pelaamaan erilaisia lauta- ja korttipelejä, toimme mukamme pientä purtavaa ja pyrimme pitämään ilmapiirin rentona. Emme halunneet tehdä työpajoista liian kaavoihin kangistuneita ja muodollista ja toivoimme näin varmistavamme nuorten osallistumisen työpajoihin.

Mainostimme työpajoja Klubitalojen nuorille yhdessä Klubitalojen henkilökunnan kanssa. Me hoidimme mainostusta paikan päällä Itä-Helsingin Klubitalolla ja jaoimme myös kutsuja tuleviin työpajoihin. Klubitalot taas mainostivat työpajoja muun muassa Facebookissa, sähköisellä ilmoitustaululla ja henkilökohtaisesti tekstiviestein. Työpajoja varten olimme sopineet Klubitaloille yhteensä neljä tapaamista. Kaksi ensimmäistä työpajaa järjestettiin Itä-Helsingin Klubitalolla ja loput kaksi pajaa Helsingin Klubitalolla.

Tervetuloa kehittämään Itä-Helsingin Klubitalon ja Helsingin Klubitalon nuorten toimintaa!

Klubitalojen nuorten toiminta on suunnattu 18-35 vuotiaille Klubitalon jäsenille, joten jos kuulut tähän joukkoon ja sinua kiinnostaa vaikuttaa sinulle suunnattuun toimintaan, tervetuloa joukkoon! Kehittämistoimintaan kuuluu rentoa yhdessäoloa, pelaamista ja pientä purtavaa sekä tietenkin yhdessä toiminnan kehittämistä.



Nuorten toiminnan kehittämisen työryhmä kokoontuu neljä kertaa:

31.10. Itä-Helsingin Klubitalo (Jauhokuja 3 00920 Helsinki)

2.11. Itä-Helsingin Klubitalo (Jauhokuja 3 00920 Helsinki)

6.11. Helsingin Klubitalo (Hämeentie 54 00500 Helsinki)

9.11. Helsingin Klubitalo (Hämeentie 54 00500 Helsinki)

Järjestäjinä toimivat Helsingin Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskelijat
Eija Nikkilä, Linda Pitkänen ja Jenna Ylimäki

KUVA 1. Helsingin ja Itä-Helsingin Klubitaloille viety mainos työpajoista

6.5 Työpajojen toteutus

Kokosimme aineiston työskentelemällä nuorten kanssa työpajoissa, joita järjestimme neljä. Ensimmäinen niistä oli tarkoitettu prosessin esittelyyn sekä tutustumiseen, toisessa ja kolmannessa työpajassa tuotimme aineistoa ja viimeinen työpaja oli koko prosessin kokoava kerta. Jokaisen työpajan jälkeen kävimme läpi tunnelmamme ja havaintomme kustakin työpajasta sekä refleктоimme omaa työskentelyämme.

Työpajoissa toteutimme ryhmäkeskustelun yksinkertaisesti kahdella eri kartongilla, joihin kirjoitettiin post-it-lapuilla vastauksia kysymyksiin. Yksi nuori myös jätti meille listan ideoista ja ehdotuksista kirjallisesti Klubitalon ohjaajien kautta, koska ei itse päässyt osallistumaan työpajoihin. Molemmilla kysymyksillä, joista toinen koski Klubitalojen nuorten toiminnan nykytilannetta ja toinen tulevaisuuden toiveita, oli oma kartonkinsa. Tiedot ikuistettiin valokuvaamalla kartongit ja pyytämällä nimetöntä palautetta valmiiksi tehtyihin palautelappuihin. Palautetta varten oli palautelaatikko, johon nuori sai jättää yhden kolmesta palautehymiövaihtoehdosta: hymyilevä hymiö, mikäli nuori piti työpajasta, neutraali hymiö, mikäli nuoren mielestä paja ei ollut huono muttei erityisen hyväkään ja surullinen hymiö, mikäli nuori ei pitänyt työpajasta. Halutessaan nuori sai kirjoittaa palautelappuun palautetta myös omin sanoin. Tämä oli Klubitalojen nuorille mieleinen tapa, koska kenenkään nimeä, kuvaa tai ääntä ei tarvinnut tallentaa, ei ideoihin eikä palautteeseen liittyen. Näin kunnioitimme Klubitalojen nuorten toiveita ja anonymiteettiä.

Kaikki neljä työpajaa järjestettiin iltapäivällä klo 15:00–16:00. Koska sekä Itä-Helsingin että Helsingin Klubitalot menevät kiinni klo 16:00, työpajat olivat päivän viimeisiä aktiviteetteja. Pajat järjestettiin kahden viikon sisällä, joten työpajojen välillä ei ollut kovin pitkää väliä. Tutkimusluvan odottaminen ja meidän omat tiukat aikataulumme vaikuttivat siihen, että työpajat järjestettiin niin tiiviillä aikataululla.

Ensimmäinen työpaja oli markkinointikerta, joka tapahtui Itä-Helsingin Klubitalolla 31.10.2017. Ensimmäisen työpajan tarkoitus oli tutustua Helsingin ja Itä-Helsingin Klubitalojen nuoriin ja mainostaa kolmea muuta kehittämistoimintaan keskittyvää työpajaa. Kuitenkin paikalle tuli vain Itä-Helsingin Klubitalon nuoria. Tarkoitus oli selventää nuorille, miten kehittämistoimintaa tehdään ja millaisia asioita haluaisimme heidän pohtivan. Infon jälkeen jakauduimme pelaamaan erilaisia lauta- ja korttipelejä. Tavoitteenamme oli tukea Klubitalon nuoria ja osoittaa, ettei kehittämistoimintaa tarvitse pelätä. Halusimme tarjota myös "porkkanaa" toimintaan osallistumisesta. Pelaaminen auttoi tutustumisessa ja Klubitalon nuoret rentoutuivat silminnähden. Sovimme, että myös seuraavissa kahdessa kokoontumisessa pelataan ensin. Halusimme luoda ilmapiirin, jossa nuori uskaltaa sanoa mielipiteensä ja jossa kaikilla on hyvä ja turvallinen olla.

Ensimmäisen työpajan tavoite toteutui erittäin hyvin. Saimme mainostettua seuraavaa työpajaa ja Klubitalo suostui myös mainostamaan puolestamme Facebookissa, tekstiviestein sekä sähköisen ilmoitustaulun avulla. Työpajan lopuksi pyysimme vielä palautetta nimettömästi. Emme dokumentoineet ensimmäistä työpajaa mitenkään muuten kuin annettujen palautteiden osalta. Palautetta kerättiin hyymiölapujen avulla, joihin sai myös kirjoittaa palautetta omin sanoin. Palaute tästä työpajasta oli pelkästään positiivista ja vapaaehtoisessa kirjallisessakin palautteessa saimme kiitosta mukavasta ja rennosta tutustumisesta ja peleistä. Dokumentoimme palautteen valokuvaamalla hyymiölaput. Lisäksi otimme kaikki palautelaput mukaamme työpajan päätyttyä.

Toinen työpaja järjestettiin myös Itä-Helsingin Klubitalolla 2.11.2017. Jälleen molempien Klubitalojen nuoret olivat tervetulleita, mutta vain Itä-Helsingin Klubitalon nuoria tuli paikalle. Aloitimme työpajan kertomalla lyhyesti työpajan ohjelmasta ja pelaamalla lauta- ja korttipelejä. Näin vapautimme työpajan tunnelmaa, jotta tuleva keskustelu olisi jouhevaa. Lautapelien jälkeen keskityimme kehittämistoimintaan. Esittelimme Klubitalon nuorille kaksi kartonkia, joista toisessa oli otsikkona "Mielipiteitä nykyisestä" ja toisessa "Toiveita tulevaan". Tarkoituksena oli kerätä ensimmäiseen kartonkiin mielipiteitä Klubitalojen nuorten toiminnan sen hetkisestä tilanteesta ja jälkimmäiseen toiveita ja kehitysehdotuksia siitä, miten nuorten toimintaa voisi kehittää.

Ajatuksia kerättiin post-it-lapuille. Nuoret saivat kirjoittaa ehdotuksensa ja ajatuksensa post-it-lapuille joko itse tai sanella ajatuksensa meille ja me kirjoitimme ne lapuille. Klubitalon nuorten keskustelu ajautui välillä pitkäksikin aikaa ohi aiheen ja jouduimme palauttamaan keskustelun takaisin toiminnan kehittämiseen. Saimme tästä huolimatta kerättyä aineistoa yli odotustemme ja hymiöpalautteen sekä sanallisen, välittömän palautteen perusteella uskomme työpajan olleen nuorille mukava kokemus. Palautetta tuli myös kirjallisesti ja niissä kiiteltiin naposteltavasta, peleistä ja ystävällisestä ilmapiiristä. Myös kaikki hymiöpalautteet olivat iloisia hymiöitä. Dokumentoimme hymiölapuille jätetyt palautteet valokuvaamalla. Myös työpajassa post-it-lapuilla täytetyt kartongit dokumentoitiin valokuvaamalla. Tämän lisäksi otimme sekä kartongit post-it-lappuineen ja kaikki hymiöpalautelaput mukaamme työpajan päätyttyä. Markkinoimme työpajan lopuksi seuraavaa työpajaa erityisesti sen takia, että seuraava työpaja oli eri Klubitalolla.

Kolmas työpaja järjestettiin vuorostaan Helsingin Klubitalolla 9.11.2017. Myös tämä työpaja oli avoin sekä Itä-Helsingin että Helsingin Klubitalojen nuorille. Paikalle tuli kuitenkin vain Helsingin Klubitalon nuoria. Huomasimme, että mainostuksesta huolimatta Klubitalojen nuoret eivät tule toistensa Klubitaloille. Ilmapiiri oli alusta asti todella mukava ja huumoria riitti. Huomasimme, kuinka suuressa roolissa huumori olikin ryhmähengen ja luottamuksen syntymiselle. Osa Helsingin Klubitalon nuorista oli meille jo aikaisemmista opinnäytetyöhömmme liittyneistä kokouksista tuttuja, mikä todennäköisesti auttoi hyvän ryhmähengen luomisessa.

Rakenteeltaan kolmas työpaja oli lähes identtinen toisen työpajan kanssa, vaikka työpajaan osallistuivatkin nyt eri nuoret ja se järjestettiin eri Klubitalolla. Pelasimme työpajan aluksi jälleen lauta- ja korttipelejä ja keräsimme ajatuksia sekä ehdotuksia post-it-lapuilla kahdelle kartongille, joista toisen otsikko oli "Nuorten toiminta nyt: plussat ja miinukset" ja toisen "Kehitysehdotukset". Mitään suunniteltua syytä edellisestä työpajasta eroaviin kartonkien otsikkoihin ei ollut. Ne vain tuntuivat kuvaavan niiden aiheita aikaisempia otsikoita paremmin. Täl-

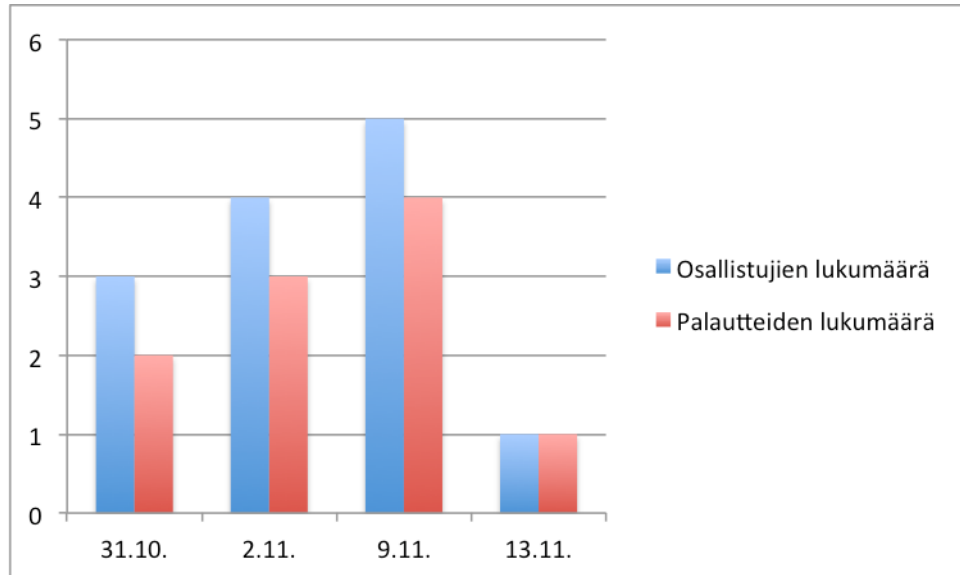
läkään kerralla nuorten ei tarvinnut kirjoittaa ajatuksiaan post-it-lapuille itse jos eivät halunneet, vaan teimme sen pyydettäessä heidän puolestaan.

Haasteena oli, että ohjaajat tulivat tapaamisen alkuun mukaan, mutta onneksi he lukivat tilannetta hyvin ja poistuivat kun kävi ilmi, ettei heitä tarvita paikalla. Tämä oli palautteen anonyymiyden takia erittäin tärkeää ja se tuntui olevan myös nuorille todella tärkeää, koska ilmapiiri selvästi vapautui ohjaajien lähdettyä. Klubitalon nuoret kertoivat meille rehellisesti mielipiteitään Klubitalon nuorten toiminnasta ja kunnioitamme heidän luottamustaan. Tästä työpajaan liittyneestä pienestä haasteesta huolimatta nuoret antoivat Helsinginkin Klubitalolla palautteena pelkkiä iloisia hymynaamoja ja kirjallisessa palautteessa kiiteltiin meitä siitä, että olimme mukavia. Kartongit ja palautelaput valokuvattiin ja otimme ne mukaamme työpajan päätyttyä.

Neljäs eli viimeinen työpaja järjestettiin jälleen Helsingin Klubitalolla 13.11.2017. Itä-Helsingin Klubitalon nuoret eivät osallistuneet tälläkään kertaa. Neljäs työpaja oli hieman erilainen, niin sanottu kokoava kerta, jossa Itä-Helsingin ja Helsingin Klubitalojen kehittämiskertojen ideat käytiin läpi ja niitä sai halutessaan muokata tai keksiä vielä lisää. Käytännön syistä johtuen kartongit eivät olleet mukana viimeisessä työpajassa, vaan näytimme kuvia kartongeista tietokoneen näytöllä. Tämä osoittautui huonoksi ratkaisuksi, koska kuvat olivat paikoin epäselviä ja tietokoneen näyttö pieni. Keräsimme ajatuksia ja ehdotuksia post-it-lapuille, mutta tällä kertaa meillä ei ollut kartonkeja, joille niitä liimata. Päädyimme kokoamaan post-it-laput jonoksi, jotta kaikki vielä esille tulleet ehdotukset ja ajatukset näkyivät.

Viimeiseen työpajaan osallistui vähemmän nuoria kuin aikaisempiin työpajoihin. Tunnelma oli kuitenkin rento ja työpaja olikin todella onnistunut, koska tavoite eli aineistokeruu onnistui kävijämäärästä huolimatta hyvin. Tällä kerralla Klubitalon ohjaajat eivät osallistuneet lainkaan. Näimme ohjaajien poissaolon hyvänä asiana, koska nuori sai tuoda rehellisesti ja täysin anonyymisti mielipiteitään esille. Ohjaajat kertoivat lopuksi, että nuoret ovat yleensä paikalla enemmän aamupainotteisesti, joten iltapäivä ei ole paras mahdollinen aika ryhmälle. Kuitenkin myös tästä kerrasta saimme vain positiivista palautetta. Kertaakaan koko

neljän työpajan aikana kukaan ei valinnut palautelaatikkoon muita kuin iloisen hymiön. Valokuvassimme palautelaput ja post-it-lappujonon ja otimme ne mukaan työpajan päättyttyä.



KUVIO 2. Osallistujien lukumäärä ja annettujen palautteiden lukumäärä työpajoissa

6.6 Aineiston analysointi

Työpajoissa kerätty ja dokumentoitu aineisto käytiin huolellisesti läpi ja kaikki aineisto kirjattiin ylös sähköiseen muotoon sanatarkasti. Jaoimme kahden eri Klubitalon työpajojen aineistot erikseen ja sen jälkeen vielä erikseen omien teemojensa alle. Toiminnallisissa opinnäytetöissä laadullisella tutkimusmenetelmällä kerättyä aineistoa ei ole aina välttämätöntä analysoida, mutta analyysi on hyvä tehdä silloin, kun halutaan käyttää selvitystä tutkimustietona sisällöllisten valintojen perusteluun. Tällaisissa tilanteissa analysointikeinoksi riittää joko tyypittely tai teemoittelu riippuen siitä, millaista tietoa ollaan etsimässä. (Vilkkä & Airaksinen 2010, 64–65.) Päätimme käyttää teemoittelua, koska teemat erottuivat aineistosta suhteellisen selvästi.

Saaranen-Kauppinen ja Puusniekan (2006) mukaan termi analyysi kuulostaa hienommalta kuin mitä se todellisuudessa on. Heidän mukaansa analyysi empiirisen tutkimuksen yhteydessä on aivan arkisia asioita, kuten aineiston lukemista huolellisesti, tekstimateriaalien järjestelyä tai sisällön jäsentämistä ja rakenteiden erittelyä. Analyysin ideana on aineiston tarkasteleminen huolellisesti ja sen sisällön vertailu. Analyysin avulla tutkijat lisäävät aineistonsa informaatioarvoa tiivistäen aineistoa ja tulkiten sitä. Analyysiprosessin lopuksi tutkijoilla tulisi olla hallussaan jotain enemmän kuin vain aineistoa alkuperäisessä muodossaan. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Analysoimme työpajoissa kerättyjä aineistoja jakamalla niitä eri teemojen alle, ja pohtimalla yhdessä opiskelijatiimissämme sitä, mitä vastaukset tarkoittavat, ja miten vastaukset erosivat eri Klubitalojen välillä. Teemat olivat sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kaipuu, psykososiaalisen tuen tarve, informaation tarve ja nuorten toiminnan kehittäminen. Päädyimme näihin teemoihin tuloslähtöisesti, eli emme olleet päättäneet teemoja etukäteen, vaan ne tulivat mukaan tuloksia läpikäydessä.

7 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Työpajoissa kerätty aineisto kirjoitettiin puhtaaksi ja jaettiin erilaisten teemojen alle. Tutkimustuloksissa näkyy erittelyä ja vertailua Helsingin ja Itä-Helsingin Klubitalon mielipiteiden välillä, sillä työpajat koostuivat aina homogeenisesti pelkästään jommankumman Klubitalon nuorista. Tarkoituksena ei ole kuitenkaan tehdä vastakkainasettelua tai arvottaa Klubitaloja.

7.1 Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kaipuu

Helsingin ja Itä-Helsingin Klubitalolla järjestetään erilaisia retkiä, muun muassa HESY:n tiloihin. Itä-Helsingin nuoret kertoivat erityisesti pitäneensä retkestä Uutelaan, Helsingin nuoret taas antoivat positiivista palautetta retkestä Linnanmäelle. Helsingin Klubitalolla toivottiin, että retkiä olisi eri viikonpäivinä, jotta kaikki pääsisivät osallistumaan.

Sekä Helsingin Klubitalolla, että Itä-Helsingin retket toteutetaan, vaikka lähtijöitä olisi vain yksi. Itä-Helsingin Klubitalon nuoret kuitenkin kokivat, että retkiä olisi peruuntunut, koska osallistujia ei olisi ollut tarpeeksi. Helsingin Klubitalolla järjestetään myös omakustanneretkiä. Omakustanne ei ole suuri ja käytäntö sai nuorilta kiitosta, koska se mahdollisti monipuolisempia retkikohteita.

Sekä Itä-Helsingin että Helsingin Klubitaloilla aktiviteettitoivomuksissa korostuivat erilaiset retket (LIITE 1). Retkiä toivottiin Klubitalojen läheisyyteen ja risteily-
lekin haluttaisiin lähteä. Itä-Helsingissä nuoret toivoivat entistä enemmän yhdessä koettuja kivoja asioita sekä yhteisiä kokemuksia, esimerkiksi erilaisia pelejä ja käyntiä hevosatilalla. Jo olemassa oleviinkin kokouksiin toivottiin tarjottavia herkkuja. Helsingin Klubitalolla toivottiin taas toiminnallista tekemistä retkien muodossa, kuten minigolfia, keilausta tai eväsretkiä sään niin salliessa. Helsin-

gin Klubitalolla toiveet eivät kuitenkaan liittyneet pelkästään talon ulkopuolelle sijoittuviin aktiviteetteihin, vaan esimerkiksi myös yhteistä askartelua toivottiin.

Helsingin Klubitalolla koettiin olevan hyvä keskustelukulttuuri jäsenten kesken ja puheenaiheet olivat monipuolisia. Itä-Helsingin Klubitalolla osa nuorista koki kaipaavansa vertaistuellista keskustelukulttuuria liittyen esimerkiksi päihteisiin.

7.2 Psykososiaalisen tuen tarve

Aineistoa analysoidessa ja työpajoihin osallistuneiden ajatuksia vertaillen erottui selkeä ja merkittävä ero Itä-Helsingin ja Helsingin Klubitalojen välillä, mitä tulee tyytyväisyyteen ja odotuksiin ohjaajia kohtaan. Itä-Helsingin nuoret ilmaisivat olevansa huolissaan siitä, että mikäli nuorille järjestettäisiin säännöllistä toimintaa, ryhmän ohjaaja saattaisi urautua. Urautumisella nuoret tarkoittivat sitä, että ohjaaja saattaisi vain suorittaa työtehtäviään ilman intoa nuorten toimintaa kohtaan.

Helsingin Klubitalolla nuoret olivat tyytyväisiä ohjaajiin: positiivista palautetta annettiin siitä, että yksilön omia kiinnostuksen kohteita tuetaan ja heistä oli mukavaa, että ohjaaja on suunnilleen saman ikäinen ja muut tasapuolisesti huomioon ottava. Hyvänä pidettiin myös sitä, että vaikka nuorten ryhmän ohjaaja vaihtui, tieto nuorten toiminnasta ja siihen liittyvistä suunnitelmista kulki eteenpäin.

Itä-Helsingin nuoret olivat paikoin tyytymättömiä ohjaajiin. Osa nuorista oli sitä mieltä, että ihmisten tilanteisiin ei perehdytty eikä sitä kautta osattu tukea nuorta vaikeimpina päivinä. He myös näkivät nuorten toiminnan vaikeudet osin työntekijöiden vikana; työntekijöiden tulisi tiedostaa nuorten motivaatiopula ja tehdä asialle systemaattisesti jotain. Vaikka osa nuorista toi esiin, ettei saanut ohjaajilta kaipaamaansa yksilöllisempää ja yksilöidympää tukea, yleisesti ottaen nuoret kokivat, että Klubitalossa on mahdollista kysyä ja saada apua ohjaajien lisäksi myös toisiltaan. Jokainen kohtaamistilanne on mahdollisuus kuntoutujan tuntea voimaa ja toivoa. Kun kuntoutuja kokee tulleensa hyväksytyksi ja ymmärretyksi,

voi hän sen myötä alkaa ymmärtää ja hyväksyä itseään paremmin (Kettunen ym. 2009, 60).

7.3 Informaation tarve

Kummassakin talossa toivottiin parempaa tiedotusta tapahtumien ja retkien osalta; etenkin Helsingin Klubitalossa korostettiin sitä, että tiedotus tapahtuisi Facebookin lisäksi myös tekstiviestitse, sillä kaikilla ei ole Facebook-profiilia.

Molemmissa Klubitaloissa palautetta annettiin myös muun kuin retkiin liittyvän tiedottamisen kohdalla. Helsingin Klubitalolla nuorten toimintaa suunnitellaan suunnittelupäivän puitteissa ja nuoret toivat esille, että suunnittelupäivän aika-
taulua pitäisi mainostaa paremmin, jotta useampi nuori innostuisi tulemaan paikalle.

Itä-Helsingissä toivottiin poliisin järjestämää päihdevalistusta, koska päihteidenkäyttö aiheutti keskustelua työpajassa ja asiaan liittyvä tieto koettiin tarpeelliseksi. Nuoret toivoivat myös järjestöjen välistä alueellista yhteistyötä, jolloin he voisivat tutustua niihin mielenterveystyötä tekeviin järjestöihin, jotka sijaitsevat lähellä Klubitaloa. Itä-Helsingin nuoret pitivät hyvänä asiana sitä, että informaatiota eri koulutusmahdollisuuksista löytyy ja niistä myös puhutaan Klubitalolla.

7.4 Nuorten toiminnan kehittäminen

Helsingin Klubitalolla toivottiin uudenlaista sisältöä nuorten toimintaan. Nuoret näkivät haitallisena sen, että samat ihmiset osallistuvat nuorten toiminnan suunnittelupäiviin, jolloin myös ideat pysyvät samoina. Suunnittelupäiviin toivottiin lisää osallistujia ja toivottiin myös ehdotuslaatikkoa, johon ideoita voisi kerätä myös suunnittelupäivien ulkopuolella.

Itä-Helsingin Klubitalolla toivottiin, että nuorten toiminta järjestettäisiin joka toinen viikko. He ajattelivat, että tällä tavoin osallistujia voisi olla enemmän, kun toimintaa ei olisi liian usein. Helsingin Klubitalolla taas oltiin tyytyväisiä kerran viikossa järjestettävään toimintaan.

Helsingin Klubitalon nuoret toivoivat Helsingin ja Itä-Helsingin nuorten toiminnan välistä yhteistyötä, kuten yhteisiä retkiä. Myös mahdollisuus tutustua tällä tavoin uusiin ihmisiin nostettiin tämän yhteistyön hyväksi puoleksi.

8 TULOSTEN YHTEENVETO JA KEHITYSEHDOTUKSET

Nostamme esiin tärkeimmät huomiot tuloksista. Tuomme esiin myös kehitysehdotuksia, joita voidaan käyttää nuorten toiminnan kehittämiseksi Klubitaloilla. Osa kehitysehdotuksista tuli nuorilta itseltään työpajoissa, osa taas oli opiskelijatiimin aineiston analysoinnin ja koko opinnäytetyöprosessin yhteydessä tehtyä omaa pohdintaa.

8.1 Tulosten yhteenveto

Molemmissa Klubitaloissa kaivattiin selvästi tekemistä, joka toisi sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tunnetta hyvän ruoan ja aktiviteettien merkeissä. Retkien ja purtavien lisäksi esille nostettuja esimerkkejä tällaisista aktiviteeteista olivat askartelu sekä lautapelit. Myös yleinen ja rento keskustelu olivat toivomuksena. Mielestämme sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kaipuu kertoi nuorten yhteisöllisyyden kaipuusta ja halusta kuulua jäsenyhteisöön. Kertooko tämä siitä, ettei yhteisöllisyys vielä toteudu nuorten toivomalla tavalla vai siitä, että se toteutuessaan tuntuu niin hyvältä, että sitä halutaan lisää? Molemmissa Klubitaloissa käydessämme havaitsimme, että nuorille retket ovat erittäin tärkeitä ja mielekkäitä, vaikka ne eivät aina vetäisikään väkeä. Huomasimme, että nuorille tuntui olevan tärkeää myös retkien mukanaan tuomat yhteiset kokemukset ja mehenki. Yhteinen ajanvietto tukee mielenterveyskuntoutujaa antamalla hänen tuntea olonsa hyväksytyksi sekä ymmärretyksi ja samalla hänen oma kuvansa paranee (Kettunen ym. 2009, 60).

Vaikka retkiä toivottiinkin, havaintojemme ja kokemustemme mukaan Klubitalojen nuoret ovat hieman epävarmoja uusiin asioihin osallistumisesta, vaikka kyseessä olisikin mukava asia, kuten näille retkille lähteminen. Tämän takia tarkka ja rohkaiseva tiedottaminen on tärkeää. Pohdimme, onko tiedottaminen tehty mahdollisimman selkeästi, eli tuleeko viestissä ilmi selvä päivämäärä ja kellon-

aika. Myös sitä, paljonko retki maksaa ja missä tapaamispaikka on tulisi miettiä. Onko tarpeenmukaista tiedottaa retkestä nuoria esimerkiksi kolme päivää aikaisemmin vai vasta edellisenä päivänä, entä pitäisikö lähettää muistutusviestejä? Punnitsimme myös sitä, millainen merkitys kasvokkain tapahtuvalla tapahtumaan kutsumisella on kynnyksen madaltamisen kannalta. Olisiko nuoren mielekkäämpää osallistua esimerkiksi retkelle, jonne hänet on kutsuttu kasvokkain tai soittamalla henkilökohtaisesti? Tiedottamisessa myös sanavalinnat ovat tärkeitä, ja niistä pitäisikin välittyä juuri se me-henki ja lämminhenkisyys, jota kynnyksen madaltamiseksi tarvitaan.

Helsingin Klubitalolla nuorten toimintaa suunnitellaan suunnittelupäivän puitteissa. Nuoret toivat esille, että suunnittelupäivää pitäisi mainostaa paremmin, jotta useampi nuori innostuisi osallistumaan toiminnan suunnittelemiseen. Samojen ihmisten osallistuessa nuorten toiminnan suunnittelupäiviin ideat pysyvät samoina. Mielestämme olisi hyvä panostaa suunnittelupäivän mainostamiseen, jotta nuorten toimintaa voitaisiin suunnitella uusista näkökulmista.

Yksi merkittävä havaitsemamme ero Itä-Helsingin ja Helsingin Klubitalojen nuorten välillä oli, että Helsingin Klubitalon kävijät olivat sisäistäneet klubitalomallin, kun taas Itä-Helsingin nuoret toivoivat nuorten toiminnan laajentamista klubitalomallin ulkopuolelle. Helsingin Klubitalon nuoret vaikuttivat ottavan enemmän vastuuta toiminnan kehittämisen ideoinnissa ja niin sanotusti pitivät enemmän ohjia käsissään. Pohdimme sitä, miten Itä-Helsingin Klubitalon nuoria voisi tukea oikein niin, että hekin sisäistäisivät klubitalomallin paremmin ja uskaltaisivat ottaa enemmän vastuuta nuorten toiminnasta yhteisön jäsenenä. Kahden Klubitalon nuorten välisiä eroja voidaan pohtia myös Youngin ja Ensingin (1999) näkemyksen mukaisesta mielenterveysprosessista. Prosessiin kuuluu ensin oman tilanteen tunnistamisen ja tunnistamisen mukanaan tuoma muutoshalun herääminen ja toivon löytäminen. Toinen vaihe taas pyrkii omatoimisuuteen sekä vastuunkantamiseen itsensä lisäksi myös suhteessa muihin. Myös toimintakyky palautuu. (Kankaanpää & Kurki 2013, 9) Helsingin Klubitalon nuoret voisi ajatella enemmän toiseen vaiheeseen, kun taas Itä-Helsingin Klubitalon nuoret tuntuvat olevan vielä jämähtäneemmässä tilassa, ensimmäisessä vaiheessa.

Jäimme pohtimaan, näkevätkö osa Itä-Helsingin nuorista ohjaajien roolin vääristyneesti ja onko heillä mahdollisesti kohtuuttomia odotuksia, vai ovatko nuoret nähneet ohjaajissa urautumisen tai tympääntymisen merkkejä. Pohdimme myös sitä, onko osalle nuorista herännyt pelko siitä, että ohjaajia ei aidosti kiinnostaisi heidän tilanteensa.

Itä-Helsingin Klubitalon nuoret kaipasivat psykososiaalista tukea, jonka yksilöllinen tarjoaminen ei kuitenkaan ole klubitalomallin tavoite. Kuitenkin opinnäytetyöprosessin aikana havaitsimme, että psykososiaalinen tuki toteutuu klubitalomallin myötä hienovaraisesti ja hitaasti ajan kanssa. Voi olla, etteivät nuoret ole vielä kokeneet klubitalomallin kuntouttavaa vaikutusta. Klubitalot toteuttavat psykososiaalisen kuntouttavaa menetelmää omalla tavallaan viikko-ohjelman, työpainotteisen päivän ja yhteisönsä avulla. Kettusen ym. (2009, 63–64) mukaan psykososiaalista tukemista on tukea kuntoutujaa samankaltaisena toistuvan päivä- tai viikko-ohjelman avulla. Arkisista toimista vastuun kantaminen yksin ja yhdessä muiden kuntoutujien kanssa on tärkeää. Kuntoutuja aktivoituu itse, kun työntekijä ei tee liikaa asiakkaan puolesta, vaan jonkun asian hoitaminen jääkin kuntoutujan omalle vastuulle.

Voisiko olla myös niin, että klubitalomalli ei sovi kaikille mielenterveyskuntoutujille, tai sen omaksuminen voi toisilla viedä hieman enemmän aikaa? Tiedostamme myös sen, että se, missä vaiheessa sairauden kulku on, voi vaikuttaa siihen, sopiiko klubitalomalli kyseisessä tilanteessa, koska jossain vaiheessa sairastumista kuntoutuminen ei ole vielä ajankohtaista, vaan tarve on enemmänkin terapeuttisille hoitomuodoille. Itä-Helsingin Klubitalon nuorten toiminta on uudempaa kuin Helsingissä, joten pohdimme, ovatko nuoret tietoisia klubitalomallin erityispiirteistä myös Itä-Helsingin Klubitalolla.

8.2 Nuorten toiminnan kehitysehdotuksia

Aineistoa kerätessä ilmeni Itä-Helsingissä nuorten psykososiaalisen tuen tarve ja totesimmekin jo aikaisemmin, ettei sen yksilöllinen tarjoaminen ole klubitalomallin tavoite. Ehdotamme kuitenkin, että Klubitalot harkitsisivat yhteistyötä muiden alueen järjestöjen kanssa, jotka tällaista tukea tarjoavat, jolloin nuoret voisivat hyödyntää palveluita joustavammin. On myös aiheellista pohtia, sopiiko klubitalomalli kaikille mielenterveyskuntoutujille, vai olisiko tällaisissa tilanteissa tarpeen ohjata nuori sopivampaan päivätoimintaan. Nuoret toivoivat järjestöjen välistä yhteistyötä ja suosittelimme lämpimästi Itä-Helsingin Klubitaloa verkostoitumaan alueen muiden toimijoiden kanssa.

Helsingin Klubitalon nuoret toivoivat Helsingin ja Itä-Helsingin välistä yhteistyötä ja kannustammekin taloja yhteistyöhön. Klubitaloilla olisi mahdollista oppia toisiltaan ja näin kehittää nuorten toimintaa entisestään, jolloin yhteistyö olisi tehokasta myös nuorten näkökulmasta. Vaikka nuoret eivät osallistuneet toistensa taloilla järjestettyihin työpajoihin, voisi yhteistyön sujumista tukea saattamalla nuoret vieraammalle Klubitalolle ja sopimalla tapaamisia myös neutraaleihin ympäristöihin. Tikkurilankin Klubitalo voisi olla mukana tässä yhteistyössä, toimiihan sekin ESKOT ry kattojärjestön alla. Esimerkiksi Klubitalojen yhteiset retket voisivat olla hyvä yhteistyön kohde.

Helsingin Klubitalossa nuorten keskusteluissa kävi ilmi, että kaikki retket ovat aina samana viikonpäivänä. Tämän takia samat ihmiset saattavat olla estyneitä osallistumaan, etenkin jos kyseisenä viikonpäivänä on jotain muuta säännöllistä menoa. Tulevaisuudessa retkiä olisi hyvä järjestää eri päivinä ja kellonaikoina, jotta mahdollisimman moni pääsisi osallistumaan. Myös nuoret itse toivoivat, että retkiä järjestettäisiin eri viikonpäivinä.

Pohdimme, voisivatko nuoret itse ottaa suurempaa roolia talon tapahtumista ja muusta toiminnasta tiedottamiseen. Klubitaloissa kävijät eli jäsenet osallistuvat lähes kaikkeen, mitä Klubitalon ylläpitäminen vaatii aina keittiössä toimimisesta tilojen puhtaanapitoon (Tanaka & Davidson 2014, 4). Voisiko siis tiedottaminen olla yksi työtehtävä lisää, johon nuoret itse saisivat osallistua enemmän? Toisaalta taas voisiko sosiaalista mediaa hyödyntää niin, että perustaisi nuorille oman WhatsApp tai Facebook Messenger ryhmän, jossa nuoret voisivat itse

hoitaa sisäistä tiedottamista ja muistutella toisiaan tulevista tapahtumista? Se voisi myös lisätä yhteenkuuluvuuden tunnetta.

Helsingin Klubitalon suunnitteluryhmään toivottiin parempaa mainostamista ja kaivattiin uusia suunnittelijoita uusin ideoin. Nuoret toivat esiin myös ajatuksen siitä, että Klubitalolla olisi nuorten toiminnan suunnittelulle varattu ehdotuslaatikko, johon ehdotuksia voisi jättää milloin tahansa. Näin suunnittelu ei jäisi vain samojen ideoiden varaan, vaikka kävijämäärä ei muuttuisikaan. Ehdotuslaatikko toimisi myös apuvälineenä niille, jotka eivät uskalla tuoda ehdotuksiaan esiin suullisesti. Ehdottaisimme myös, että suunnittelupäivän ajankohtaa arvioitaisiin uudestaan ja pohdittaisiin, olisiko toinen ajankohta kävijävetoisempi.

Työpajassa Itä-Helsingin Klubitaloilla tuli esiin päihdekeskustelu ja nuoret toivoivatkin poliisin järjestämää huumevalistusta. Nuorten keskustelujen perusteella ajattelimmekin, että päihteistä olisi tärkeää käydä yleistä keskustelua esimerkiksi vertaistuen tarpeen takia ja siitä syystä, että päihteistä liikkui erilaisia vääriä käsityksiä.

Molemmissa Klubitaloissa nousi esiin nuorten motivaatiopula. Näemme tämän asiana, josta pitäisi pystyä puhumaan suoraan ja pohtimaan yhdessä nuorten kanssa, mitä voitaisiin tehdä tämän ongelman selättämiseksi. Nuorten ideoissa esiin tuotu ehdotus siitä, että nimenomaan ohjaajien pitäisi tehdä jotain tälle nuorten motivaatiopulalle yksinkertaistaa mielestämme ongelmaa liikaa. Näemme nuorten ja ohjaajien yhteistyön asiassa välttämättömänä.

9 POHDINTA

Opinnäytetyön aloitus lähti käyntiin vaivattomasti, kun löysimme aiheen OSKE-torilta hyvin aikaisessa vaiheessa. Aihe myös tuki omia kiinnostuksen kohteitamme ja ammatillisia tavoitteitamme. Yhteistyö Klubitalojen kanssa sujui hyvin henkilöstövaihdoksista ja pienistä tiedonkulun katkoksista huolimatta.

Opinnäytetyön toteuttaminen sujui kaiken kaikkiaan hyvin ja aineiston keruume-todeina toimineet työpajat onnistuivat yli odotustemme. Toiminnallisen opinnäytetyömme tarkoitus toteutui mielestämme erittäin hyvin. Saimme vastauksia sekä siihen, mitä mieltä Klubitalojen nuoret olivat nykyisestä nuorten toiminnasta, että siihen, miten he haluaisivat kehittää nuorten toimintaa. Aineisto oli mielestämme erittäin kattava, vaikka aluksi huomioimme mahdollisena haasteena sen, ettei yksikään nuori välttämättä osallistuisi työpajoihin. Oppimiskokemuksena ja ammatillisen kasvun näkökulmasta opinnäytetyö antoi paljon itseluottamusta työelämään ja asiantuntijana toimimiseen.

9.1 Opinnäytetyön toteutuksen arviointi ja asiakasosallisuuden toteutuminen

Itä-Helsingin Klubitalolla oli kartoitettu Klubitalon toimintaa internetissä toimival-la kyselyllä alkuvuodesta 2017 kun taas Helsingin Klubitalolla ei ole tehty vastaavaa kartoitusta (Sanni Arilahti, henkilökohtainen tiedonanto 8.3.2018; Minna Paloneva & Juha Näres, henkilökohtainen tiedonanto 15.3.2018). Kyselyssä kartoitettiin jäsenten kokemuksia, mielipiteitä ja kehitysehdotuksia Itä-Helsingin Klubitalon toiminnasta. Kyselyssä tiedusteltiin myös jäsenten kiinnostusta osallistua nuorille suunnattuun toimintaan Itä-Helsingin Klubitalolla. Nuorten toiminnalle olisi vastausten perusteella kysyntää. (Sanni Arilahti, henkilökohtainen tiedonanto 8.3.2018.) Meillä oli mahdollisuus syventyä internetkyselyä pitkäjänteisemmin Itä-Helsingin Klubitalon nuoriin ja nuorten toiminnan ongelmiin. Pää-

simme suoraan vuorovaikutukseen nuorten kanssa ja paneutumaan heidän mielipiteisiinsä ja parannusehdotuksiinsa.

9.1.1 Työpajojen arviointi

Työpajojen valmistelun ja toteutuksen kannalta olisimme voineet tehdä joitain asioita toisin. Emme ehtineet käydä Helsingin Klubitalolla erikseen henkilökohtaisesti markkinoimassa työpajoja, mikä saattoi verottaa nuorten määrää työpajoissa. Toisaalta olimme jo käyneet siellä aiemmin opinnäytetyötä suunniteltaessa, joten Helsingin Klubitalon nuoret tunsivat meitä jo jonkin verran. Klubitalojen nuoret eivät jostain syystä tulleet ollenkaan itselleen vieraampaan Klubitaloon, eli sekoittumista ei eri Klubitalojen nuorten välillä tapahtunut. Olisimme siis voineet pitää työpajojen toteutukset erillään, eli järjestää molemmilla taloilla erikseen omat markkinointikerrat, kehittämiskerrat ja lopuksi omat niin sanotut kokoavat kerrat.

Keräsimme työpajoissa palautetta mymiölappujen avulla palautelaatikkoon. Hyymiölappuihin oli myös mahdollista kirjoittaa palautetta omin sanoin. Työpajoissa palautelaatikko sijaitsi melko lähellä muita nuoria ja etenkin meitä opinnäytetyön tekijöitä. Huomioimme kuitenkin sen, että annoimme palautetta antaville nuorille välimatkaa. Pohdimme kuitenkin, oliko välimatka tarpeeksi suuri ja oliko nuorilla paineita antaa pelkkää positiivista palautetta, koska olimme melko lähellä palautelaatikkoa. Olisiko asiaan vaikuttanut se, jos palautelaatikko olisi ollut kauempana muista nuorista ja meistä opinnäytetyön tekijöistä? Yksi vaihtoehto olisi myös ollut poistua tilasta ja antaa nuorten antaa palautetta ilman, että olisimme olleet millään tavalla läsnä. Huomasimme, että Klubitalojen nuoret antoivat oma-aloitteisesti suullisesti paljon positiivista palautetta työpajoista. Tässä valossa pohdimmekin, olisiko palautteen dokumentoinnin voinut jättää kokonaan pois ja olisimmekin keränneet kaiken palautteen suullisesti. Toisaalta, olisivatko nuoret uskaltaneet antaa negatiivista palautetta, jos se olisi pitänyt antaa suullisesti kasvotusten? Tärkeintä kuitenkin oli, että annoimme kaikille Klubitalojen nuorille mahdollisuuden antaa palautetta eri tavoin.

Puntaroimme, olisiko useamman kokoontumisen järjestäminen tuonut aineistoon uutta sisältöä ja olisiko nuorilla ollut aikaa ja halua pohtia tutkimuskysymystä syvemmin ja sulatella kunkin työpajan sisältöä. Toisaalta vaarana olisi ollut myös pureskella aihetta liikaa, jolloin mitään uutta ei olisi saavutettu. Muutama lisäkerta olisi kuitenkin saattanut mahdollistaa uusien kehittäjien osallistumisen työpajatyöskentelyyn. Kokoontumiset olisi ollut hyvä järjestää pidemmällä aikavälillä kuin kahden viikon aikana.

Työpajojen käytännön järjestelyt olisi ollut mahdollista toteuttaa eri tavalla, ja se olisi voinut vaikuttaa osallistujien lukumäärään. Molemmissa Klubitalossa työpajat järjestettiin iltapäivällä, mikä toimikin hyvin Itä-Helsingin Klubitalolla. Helsingin Klubitalolla ohjaajat kertoivat viimeisen työryhmän lopuksi, että nuoret ovat yleensä paikalla enemmän aamupainotteisesti, joten Helsingin Klubitalolla työpajat olisi voinut järjestää mieluummin jo aamulla. Olisimme toivoneet, että Helsingin Klubitalon henkilökunta olisi tiedottanut meitä tästä jo työpajojen aikataulua sopiessamme, koska olisimme saattaneet saada enemmän nuoria jäseniä paikalle aamusta.

Jälkikäteen ajateltuna olisi voinut kokeilla järjestää ainakin yhden työpajan molempien Klubitalojen ulkopuolella, jossain mukavassa kohteessa, koska retkien kaipuu oli niin ilmeistä kummankin Klubitalon jäsenten kohdalla. Toki riskinä olisi ollut se, ettei kukaan olisi tullut paikalle elleimme olisi käyneet hakemassa heitä itse paikan päälle. Myös sitä mahdollisuutta olisi voinut kokeilla, että olisimme hakeneet Itä-Helsingin Klubitalon nuoret Helsingin Klubitalolle ja päinvastoin. Työpajojen toteutus onnistui kuitenkin yli odotustemme ja nuoria saapui paikalle jokaisella kerralla. Nuoret eivät itse antaneet palautetta työpajojen ajankohdasta tai paikasta, joten heidän mielipiteensä jäi tässä kohtaa kuulematta.

Teemoittelun ja aineiston käsittelyn kannalta meidän olisi pitänyt jakaa kysymykset selkeämpiin, väliotsikoiden mukaisiin teemoihin, jotta olisimme saaneet monipuolisemmin kehitysideoita. Tarkoituksena oli, että Helsingin ja Itä-Helsingin nuoret olisivat käyneet toistensa tiloissa, mutta näin ei kuitenkaan

käynyt. Idea Klubitalojen tulosten vertailusta tuli mukaan vasta aineiston analyysivaiheessa, koska Itä-Helsingin Klubitalon ja Helsingin Klubitalon nuoret eivät käyneet toistensa tiloissa ja työpajat pysyivät homogeenisinä. Tämä osoitautui hyväksi tavaksi käsitellä työpajojen vastauksia ja näkemään eroja kahden eri Klubitalon nuorten toiminnan välillä. Pyrimme kuitenkin välttämään talojen välisten erojen vastakkainasettelua ja keskittymään tuomaan eroja esiin siitä syystä, että Klubitalot voisivat saada toisiltaan ideoita nuorten toiminnan järjestämiseen. Pohdimme, miten tiukemmin rajatut teemat olisivat vaikuttaneet tuloksiin. Vaarana olisi saattanut olla se, että tulokset olisivat olleet suppeampia, mutta toisaalta se olisi voinut monipuolistaa tuloksia. Emme käyttäneet valmiiksi laadittuja apukysymyksiä, emmekä usko, että niiden valmiiksi miettiminen olisi vaikuttanut lopputulokseen kovinkaan paljoa.

9.1.2 Asiakasosallisuuden ja asiakkaan osallisuuden tukemisen toteutuminen

Oli jo alusta asti selvää, että haluamme valita menetelmän, joka vahvistaa asiakasosallisuutta, sopii klubitalomalliin ja tukee jäsentensä aktiivisuutta kaikin keinoin. Ilman klubitalomallin tutkimista emme olisi voineet kunnioittaa Klubitalojen uniikkia tapaa tukea mielenterveyskuntoutujia.

Asiakkaan osallisuus eroaa käsitteenä asiakasosallisuudesta (Leemann & Hämmäläinen 2016, 587). Opinnäytetyössämme asiakasosallisuus toteutui jo silloin, kun työpajat järjestettiin kartoittamaan nuorten mielipiteitä Klubitalojen nuorten toiminnasta. Pyrimme tekemään työpajoista myös asiakkaan osallisuutta tukevia. Huomioimme nuorten oman asiantuntijuuden Klubitaloista ja niiden toiminnasta. Tuimme nuorten osallisuutta ottamalla huomioon osallistumiseen ja toiminnan järjestämiseen liittyvät esteet, mm. toteuttamalla dokumentoinnin nuorten toiveita kunnioittaen. Halusimme saada nuoret tuntemaan, että arvostimme heidän mielipiteitään. Vaikka emme olisikaan olleet aina samaa mieltä nuorten kanssa, kunnioitimme heidän asiantuntijuuttaan emmekä voineet määritellä heidän mielipiteitään oikeiksi tai vääriksi. Asiakkaan osallisuuden toteutumista on

vaikea arvioida, sillä osallisuus on hyvin subjektiivinen kokemus. Kuitenkin pyrimme valinnoillamme vahvistamaan nuorissa asiakasosallisuuden kokemusta.

Työpajamuotoisuudesta ja ryhmäkeskustelumenetelmän käytöstä johtuen ryhmädynamiikka oli suuressa roolissa. Hyvin monet asiat vaikuttivat työpajojen ryhmädynamiikkaan. Esimerkiksi Helsingin Klubitalolla ensimmäisen työryhmän alussa ohjaajat tulivat tapaamisen alkuun mukaan, mutta lähtivät, kun toiminta pääsi vauhtiin. Poistuminen tuntui olevan myös nuorille todella tärkeää, koska ilmapiiri selvästi vapautui ohjaajien lähdettyä. Havaintomme mukaan huumori oli ryhmähengen ja luottamuksen syntymisen kannalta tärkeää, mutta arvioimme, että huumoria tulee käyttää varovasti, mikäli asiakassuhde on uusi. Helsingin Klubitalolla se toimi, koska jäsenet olivat meille jo entuudestaan tuttuja opinnäytetyön suunnitteluprosessin ajalta. Myös Itä-Helsingin Klubitalolla huumoria uskalsi käyttää varovasti, kun jäsenten persoonat tulivat tutummaksi.

Myös opiskelijatiimimme jäsenten roolit ja toiminta vaikuttivat ryhmädynamiikkaan. Ensimmäisessä työpajassa yksi opiskelijatiimimme jäsen otti johtavan aseman, koska ulospäinsuuntautuneisuus oli hänelle luontaista ja hän oli tottuneempi työskentelemään kyseisen asiakasryhmän kanssa. Kaksi muuta seurailivat ja toimivat hieman taka-alalta, mutta ottivat osaa täyspainoisemmin kun siirryttiin pelaamaan lautapelejä. Jälkikäteen huomasimme, että jännitys pääsi näkymään liikaa puheessa, eli puhuimme liikaa ja olimme ehkä hieman liian päällekkäviä. Meidän olisi pitänyt antaa tilaa myös hiljaisuudelle, jolloin Klubitalon nuoret jäsenet olisivat voineet saada enemmän tilaa omille kysymyksilleen.

Toisessa työpajassa Itä-Helsingin Klubitalon nuoret olivat jo meille tutumpia. Osasimme antaa tällä kertaa nuorille enemmän tilaa kuin ensimmäisessä työpajassa ja olimme rauhallisempia ja ammattimaisempia. Yksi opiskelijatiimimme jäsenistä nousi vetovastuuseen ja muodosti yhdessä toisen jäsenen kanssa työparin. Kolmas opiskelijatiimimme jäsen toimi enemmän taustalla, ettei hänestä tulisi liian hallitseva, koska tiesi omaavansa persoonan, joka helposti ottaa johtajan roolin. Meiltä puuttui tiettyä uskallusta moderoida työpajan keskustelua tarpeeksi tiukasti, emmekä heti uskaltaneet kääntää keskustelua takaisin oikeille raiteille sen harhautuessa aiheesta.

Kolmannessa työpajassa opiskelijatiimimme jäsenten välinen työnjako tasapuolistui. Olimme kolme tasa-arvoista ammattilaista ja osasimme täydentää toisiamme sekä antaa toisillemme tilaa. Osasimme myös ottaa työpajan nuoret huomioon erillisinä persoonina ja rohkaistuimmekin jakamaan huomiota myös hiljaisemmille nuorille.

Neljännessä työpajassa yksi opiskelijatiimimme jäsen ei päässyt paikalle. Työpajassa ei ollut ongelmia huomion jakamisessa vähäisen osallistujamäärän takia. Olimme rooleissamme tasa-arvoisia eikä roolien suhteen juuri ollut eroja. Varsinaiseen ohjaamiseen ei ollut suurta tarvetta, vaan työpaja oli hyvin itseohjautuva.

9.2 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys

Tiedon käyttämisen etiikassa on muistettava, kenelle ja kenen hyväksi kehittämis- ja tutkimustyötä tehdään. Eettiset pohdinnat kietoutuivat opinnäytetyön eri vaiheissa tiettyihin valintoihin, ja eettisen toiminnan kulmakivi opinnäytetyössä onkin työskentelyprosessin ja valintojen perustelut. Tällä tavoin tuodaan näkyväksi koko prosessi ja toimitaan eettisesti kestäväällä tavalla (Gothoni 2016.) Pyrimme tuomaan opinnäytetyöprosessiin liittyvät valinnat ja niiden perustelut selkeästi esiin ja olemme pyrkineet kunnioittamaan Klubitalon jäsenten toiveita anonyymiydestä. Teimme opinnäytetyötä Itä-Helsingin ja Helsingin Klubitalojen tarpeesta ja Klubitalojen nuorten toiminnan kehittämistarpeesta ja kunnioitimme opinnäytetyöprosessissa klubitalomallin periaatteita.

Opinnäytetyön lähdemateriaalia valitessamme ja aikaisempien tutkijoiden tuloksia käyttäessämme huomioimme lähdekritiikin. Etiikka edellyttää avoimuutta ja tulosten vertailu muiden saamiin tuloksiin vaatii täsmällisyyttä lähdemerkinnöissä. (Gothoni 2016.) Kunnioitimme toisten tekemää työtä huolellisella lähteiden merkitsemisellä. Pidimme mielessä, että on erittäin tärkeää tuoda esiin myös tutkimuksen vajavuudet ja ristiriidat sekä pohtia ja arvioida niiden merkitystä

työn ja tulosten, sekä oppimisprosessin kannalta. Myös tekijänoikeudet tuli ottaa huomioon; kunnioitimme tekijänoikeuksia ja tiedostimme, että tekijällä on teokseensa oikeuksia. Tekijän nimi tulee aina mainita teosta käytettäessä ja teosta ei saa koskaan muuttaa tai käyttää tekijän arvoa loukkaavalla tavalla (Gothoni 2016). Haasteellista oli, että Itä-Helsingin ja Helsingin Klubitalojen nuorten toiminnasta ei ole olemassa juurikaan tietoa esimerkiksi Klubitalojen omilla kotisivuilla, joten olimme Klubitalojen työntekijöiden henkilökohtaisten tiedonantojen ja työpajoissa ilmi tulleiden tietojen varassa.

Huomioimme sen tosiasian, että luottamuksen rakentaminen oli edellytys toimivalle yhteistyölle ja ennen kuin pääsimme varsinaiseen työhön, annoimme aikaa ryhmäytymiselle, jotta luottamus pääsi syntymään. Osallistujien kuuleminen ja osallisuuden korostaminen ovat tärkeitä avainsanoja sosiaalialan kehittämis- ja tutkimustyössä. Kuuleminen merkitsee roolia tiedonantajina, mutta myös mukaan ottamista tutkijoina ja kehittäjinä yhdessä (Gothoni 2016). Otimme myös huomioon sen, että osallistuminen tai siitä kieltäytyminen ei saa hankaloittaa heidän elämäänsä ja tulokset eivät saa vahingoittaa heitä.

Aineiston keruussa eettiset ongelmat voivat liittyä osallistujan oikeuksiin sekä opinnäytetyöntekijän ja osallistujan välisiin suhteisiin ja informoitu suostuminen edellyttää itsemääräämisoikeutta ja kompetenssia sen käyttämiseen. On eettisesti ristiriitaista, jos työn tekijä ja tutkimukseen osallistuva ovat riippuvuussuhteessa, esimerkiksi auttaja–autettava. (Gothoni 2016.) Tällainen voi vaikuttaa tietojen antamisen vapaaehtoisuuteen. Havaitsimmekin kyseisen roolijaon mukanaan tuomat haasteet, kun keräsimme palautetta työpajoissa: ohjaajan läsnäolo vaikutti ilmapiiriin. Oli myös eettisesti tärkeää, että aineiston kerääminen tapahtui työpajoissa, joissa vetäjät olivat opiskelijoita, eivätkä edusta Klubitaloa. Näin nuorten oli mahdollista antaa palautetta täysin rehellisesti.

Helakorpi (1999, 72) korostaa Tynjälän (1991) mielipidettä siitä, että kvalitatiivisessa tutkimuksessa kieli ja sen merkitykset ovat keskeisessä asemassa. Inhimillistä kokemusta ei voida tulkita ilman kieltä, koska tutkimuksen vuorovaikutus, tulkinta ja raportointi tapahtuu kielen välityksellä. Kvalitatiivisen aineiston analyysi on perusluonteeltaan merkitysten tulkintaa. Työpajoissa sanallisessa

muodossa tulevien mielipiteiden ja kehittämissuhteiden kuuleminen sellaisenaan, ilman omien olettamusten siirtämistä on hankalaa ja sanoman on vaarana muuttua siirrettäessä puhuttu asia tekstiksi. Haasteena sanoman ymmärtämiselle oli myös mielenterveyskuntoutujien vuorovaikutuksen haasteet, jotka vaikuttivat tulosten kirjaamiseen. Huomioimme haasteet varmistamalla välillä useaankin otteeseen, ymmärsimmekö nuoren sanoman oikein.

Opinnäytetyötä koskeva aineisto tulee säilyttää siten, ettei se joudu muiden käsiin. Me ilmoitimme osallistuneille henkilöille miten aiomme säilyttää aineiston ja kenellä on oikeus lukea sitä sekä miten sitä tulee hyödyntää ja myös se milloin ja miten aineisto oli tarkoitus hävittää. Toimimme luottamuksellisesti kun pidimme kiinni siitä mitä olemme luvanneet. (Gothoni 2016.) Säilytimme aineistoa täysin anonyymissä muodossa, opinnäytetyön portfolioissa, joka on salasanoilla suojattu ja lukuoikeus on vain opinnäytetyöhön osallistuvilla opiskelijoilla. Arkaluonteinen materiaali poistetaan huolellisesti tietokoneelta ja tietokoneen roskakori tyhjennetään lopullisesti sitten, kun opinnäytetyöraportti on valmis emmekä siten enää tarvitse materiaalia. Hävitimme alkuperäisen, paperille työpajoissa kerätyn aineiston asianmukaisesti ja poistamme dokumentoinnissa käytetyt valokuvat opinnäytetyöraportin valmistuttua.

Laadullinen tutkimus on prosessi, jossa aineiston keruuta, teorian muodostusta ja analyysiä ei voi usein erottaa varsinaisiksi erillisiksi kokonaisuuksiksi, vaan analyysia tapahtuu pitkin koko tutkimuksen tekoa ja toteutusta (Helakorpi 1999, 70).

Helakorpi (1999, 71) pohtii ja lainaa Tynjälän ajatusta siitä, että laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa ei ole yhtä yksiselitteistä tapaa, joka voi johtua siitä, että tutkijat eivät tiedä kuinka kvantitatiivisen tutkimuksen luotettavuuteen pitäisi suhtautua, ovatko luotettavuuskriteerit samoja kuin kvalitatiivisen tutkimuskirjallisuuden metodit sanovat. Kuitenkin luotettavuuden kulmakivi on todellisuus; vastaako teksti tai asiakirja todellisuutta. Kvalitatiivisten tutkimusten joukkoon kuuluu hyvin erilaisia lähestymistapoja ja tutkimusperinteitä, joten ei ole olemassa yhtä yhtenäistä tapaa arvioida luotettavuutta. Luotettavuutta ei

nähdä vain teknisenä kysymyksenä, vaan huomio tulee kiinnittää merkityksen välittäjään eli kieleen. (Helakorpi 1999, 71–72.)

Työpajoissa kohtasimme muutaman kerran arvoriitioja sisältävää keskustelua, johon emme tieneet miten vastata. Koimme, että oli tärkeää antaa nuorille mahdollisuus kertoa tuntemuksistaan, mutta olimme epävarmoja siitä, pitikö meidän vastata tähän vuodatukseen vai vain toimia kuulijoina. Toisaalta olimme työpajojen ohjaajien ja opinnäytetyön tekijöiden roolissa, emmekä olisi mitenkään voineet ottaa kantaa kokemuksiin yhteiskunnan tai Klubitalojen puolesta. Opimme kuitenkin, että tärkeintä siinä tilanteessa oli antaa tilaa tulla kuulluksi ja sen jälkeen ohjata keskustelu takaisin työpajojen aiheisiin.

Opinnäytetyön raportointi ja julkistaminen tehdään sen kaikissa vaiheissa eettisesti kestävästi ja luotettavasti. Prosessin toiminta ja tulokset dokumentoitiin rehellisesti ja huolellisesti. Raportointia pohdittiin anonymiteetin varmistamisen kannalta, jonka takia raportoinnissa vältimme liian pienien ryhmien esittelyä tai vertailua sekä muuta informaatiota, joka voisi mahdollistaa tunnistamisen. Laadimme raportin niin, ettei siitä aiheudu haittaa kehittämis- ja opinnäytetyöhön osallistuville. (Gothoni 2016.) Klubitalot saavat opinnäytetyön esitarkastusversion tarkistettavakseen faktojen kannalta.

9.3 Tutkimuksen tulosten merkitys

Tulosten merkitys on se, että saimme nuorten äänen kuuluviin ja tämä opinnäytetyön raportti tulee toivottavasti toimimaan työkalupakkina Helsingin ja Itä-Helsingin Klubitalojen nuorten toiminnan kehittämiseksi. Tuloksia käyttämällä on mahdollisuus kehittää nuorten toimintaa niin, että nuorten oma ääni tulee poikkeuksellisen hyvin kuuluviin. Toiminnallinen opinnäytetyö oli merkittävä nuorille itselleen: he pääsivät kertomaan mielipiteensä heille tarjotusta toiminnasta ja pääsivät kokemaan, että heidän äänensä ja ajatuksensa ovat tärkeitä.

Toisaalta näiden tuloksien vaikutus riippuu siitä, kuinka paljon huomiota niille annetaan ja hyödynnetäänkö niitä. Mikäli tuloksia ei hyödynnetä, ei niillä ole vaikutusta, mutta jos niitä käytetään Klubitalojen nuorten toiminnan kehittämiseen, pääsevät ne osaksi pitkää klubitalomallin perinnettä. Lisäksi ne saattavat aloittaa yhteistyön Itä-Helsingin ja Helsingin Klubitalojen välillä.

Tämä opinnäytetyö ei ehkä niinkään anna ideoita ja mahdollisuuksia uusien tutkimuksien tekemiseen, vaan ennemminkin antaa tilaa kehittämistyölle. Tutkimuksen tulokset antavat hyvät lähtökohdat idean eteenpäin viemiseen. Tuloksia voi hyödyntää jo olemassa olevan nuorten toiminnan kehittämiseksi sekä nuorten toiminnan pohjan luomiselle. Nuorten kehittämissuhteita ja mielipiteitä toivotaan otettavan käyttöön molemmilla Klubitaloilla ja yksi jatkotutkimusaihe voisikin olla jatkotutkimus muutaman vuoden päähän, jolloin kartoitettaisiin, onko muutoksia tapahtunut ja mitä mieltä nuoret ovat toiminnasta silloin.

Nuorten toiminnan asiakaslähtöinen kehittäminen on tärkeää nuorten kannalta. Arviomme mukaan parhaimmillaan hyvin toimiva nuorten toiminta tukee mielen-terveyskuntoutujaa recovery-ajattelun mukaisesti, eli tukee toipumista niin, että kuntoutuja kykenee elämään omanlaistaan, mahdollisimman mielekästä elämää. Tämän myötä myös Youngin ja Ensingin (1999) kuntoutumisprosessin kolmas vaihe on mahdollinen tavoittaa ja kuntoutuja pääsee käsiksi tyydyttävämmän elämän tavoitteluun. (Kankaanpää & Kurki 2013, 9–11.)

9.4 Oma ammatillinen kasvu

Opinnäytetyömme tarkoitus oli tukea Klubitalojen nuoria jäseniä antamaan palautetta Klubitalojen nuorten toiminnasta ja sen kehittämisestä. Tarkoituksemme oli luoda puitteet tälle nuorista lähtevälle kehittämistyölle ja näin tukea sekä vahvistaa heidän osallisuuttaan Klubitaloilla. Opinnäytetyöprosessi kesti melkein kaksi vuotta ja ammatillisen kasvun arviointi näin pitkässä prosessissa on hieman haasteellista. Ammatillinen kasvu tapahtuu opintojen, työharjoitteluiden ja opinnäytetyön ansiosta ja on vaikea arvioida mikä osuus milläkin em. osa-

alueella on. Pyrimme kuitenkin peilaamaan ammatillista kasvua Diakonia-ammattikorkeakoulun asettamien sosionomin (AMK) ammattitaitovaatimusten eli kompetenssien pohjalta (Diak. Opiskelu. Opiskelijan polku. Opintojen suorittaminen. Arviointi. Osaamisvaatimukset: Sosionomi (AMK).)

Sosionomin (AMK) ammattitaitovaatimukseen kuuluvat esimerkiksi se, että hän osaa työssään toimia arvostettuja sisältävissä tilanteissa niin, että pystyy perustelemaan tekonsa eettisesti kestäväällä tavalla. Ammattitaitovaatimusten mukaan sosionomi (AMK) osaa myös osallistavalla tavalla suunnitella, toteuttaa ja arvioida asiakkaiden palveluprosessia. Hän osaa asettua heikossa asemassa olevien ihmisten puolelle ja kykenee työssään kriittiseen ja ammatilliseen reflektioon. (Diak. Opiskelu. Opiskelijan polku. Opintojen suorittaminen. Arviointi. Osaamisvaatimukset: Sosionomi (AMK).)

Opinnäytetyö tuki ammatillista kasvuamme. Opinnäytetyön ja etenkin työpajojen suunnittelu, valmistelu ja järjestäminen opetti meille toiminnallisten menetelmien käytäntöä ja teorian soveltamista työelämässä. Työpajojen järjestäminen opetti ohjaamisen perustaitoja ja mahdollisti oman ammatillisen kasvun reflektointia. Havaitimme muun muassa sen, että toisen ihmisen kanssa keskustellessa on aina väärinymmärtämisen mahdollisuus, koska jokainen ihminen tulkitsee asioita oman kontekstinsa puitteissa. Tähän vaikuttavat esimerkiksi omat kokemukset kyseisestä aiheesta ja ihmisen jo eletty elämä sen tuomine kokemuksineen ja tunteineen.

Opinnäytetyöprosessi opetti meitä työskentelemään suunnitelmallisesti ja pitkäjänteisesti. Opimme kantamaan vastuuta prosessin etenemisestä ja tekemään tiivistä, pitkäjänteistä yhteistyötä työelämän toimijoiden kanssa. Opimme myös, miten tärkeää on muistaa pitää kaiken keskellä mielessä se, ketä varten kehittämistyötä tehtiin ja kunnioittaa Klubitalojen jäsenten asiantuntevaa näkemystä nuorten toiminnasta. Huomasimme työskentelyn aikana, että oma ammatillinen otteemme kehittyi ja vaikutti työskentelyymme positiivisesti. Työpajojen edetessä saimme tuotua nuorten ideoita paremmin esille ja siirryimme jouhevammin eri aihealueiden välillä. Emme kuitenkaan päässeet kunnolla hyödyntämään

kaikkea oppimaamme, koska aikataulumme tiukkuus ja tutkimusluvan odottaminen eivät antaneet siihen mahdollisuutta.

Ryhmänä työskennellessämme ovat myös yhteistyötaitomme kasvaneet sekä kehittyneet ja olemme oppineet hyödyntämään ryhmän jäsenten omia vahvuuksia mutta samaan aikaan antaneet toisillemme mahdollisuuden kehitykseen ja kasvuun. Työskentelyn aikana on ollut monenlaista estettä ja vastoinkäymistä, mutta olemme oppineet tukemaan ja kannustamaan ja välillä myös sanomaan hyvinkin suoraan toisillemme vaikeatkin asiat. Koko prosessi on ollut antoisa vaikkakin raskas opintie ryhmänä ja ihmisenä kasvamisessa.

Työpajojen aikana vaarana oli lipsua aidosta kuuntelusta siihen, että alkaa täydentää jäsenten puheita omien näkemysten tai arvailujen mukaan. Silloin palaute tai kehitysehdotus ei olisi ollut jäsenen näkemyksen mukainen, vaan työpajan vetäjän oman näkemyksen tai elämäkokemuksen värittämää. Osasimme kuitenkin pysyä vain kuuntelijan ja kirjaajan roolissa ja antaa tilaa aidolle kuuntelulle. Koko opinnäyte työprosessimme valmisteli meitä hyvin työpajojen ohjaamiseen ja jokaisella kerralla taitomme lisääntyivät. Työpajoissa saimme mahdollisuuden tutustua lähemmin yksilöihin asiakasryhmän sisällä. Saimme myös kuulla heidän tarinoitaan sekä kokemuksiaan mielenterveyskuntoutujan yhteiskunnallisesta asemasta. Mielenterveyskuntoutujien yhteiskunnallinen asema ei varsinaisesti liittynyt opinnäytetyömme aineistoon, mutta kyseisen aiheen pohtiminen oli erittäin opettavaista ammatillisen kasvun kannalta.

Asiakasryhmään tutustuessamme ja teoriapohjaa kirjoittaessamme mielenterveyskuntoutujien heikko yhteiskunnallinen asema tuli tutuksi. Tulevaisuudessa yleistyvä asiakasosallisuus on myös uhka mielenterveyskuntoutujien osallisuudelle, etenkin jos heidät jätetään valintojensa kanssa ilman tukea. Asiakkaanosallisuus on kaikissa sosiaalialan töissä äärimmäisen tärkeää ja teimme opinnäytetyötämme asiakkaiden kanssa ja heidän ehdoillaan. Opinnäytetyöprosessi on ollut antoisa ja opettavainen matka.

LÄHTEET

- Aalberg, V. & Siimes, M. (2007). *Lapsesta aikuiseksi: Nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi*. Vantaa: Nemo.
- Ahola, M. (2017). Vaikuttaminen kokemuksellisen asiantuntijuuden ytimenä. Teoksessa A. Pohjola, M. Kairala, H. Lyly & A. Niskala (toim.), *Asiakkaasta kehittäjäksi ja vaikuttajaksi: asiakasosallisuuden muutos sosiaali- ja terveystalveissa*. (s. 286–307). Tampere: Vastapaino.
- Aspa. Artikkelit. Asiakkaan osallisuus mielenterveyskuntoutujien asumispalveluissa. Saatavilla 13.3.2018
<https://www.aspa.fi/fi/suuntaaja/suuntaaja-12011-mielenterveyskuntoutujien-asuminen/asiakkaan-osallisuus>
- Diak. Opiskelu. Opiskelijan polku. Opintojen suorittaminen. Arviointi. Osaamisvaatimukset: Sosionomi (AMK). Saatavilla 17.4.2018
<https://www.diak.fi/opiskelu/opiskelijan-polku/opintojen-suorittaminen/arviointi/osaamisvaatimukset-sosionomi/>
- ESKOT ry. Saatavilla 27.11.2017 <http://www.eskot.org/>
- Gothoni, R. (2016). Eettiset periaatteet tutkivassa ja kehittävässä työssä. Teoksessa R. Gothoni, S. Hyväri, A. Karjalainen, M. Kivirinta, M. Kolka ja P. Vuokila-Oikonen (toim.), *Osallistuvan ja tutkivan kehittämisen opas*. (Diakonia-ammattikorkeakoulu, LibGuides). Saatavilla <http://libguides.diak.fi/c.php?g=389856&p=2793510>
- Helakorpi, S. (1999). *Opinnäytetyö ja tutkimustoiminta ammattikorkeakouluissa*. Hämeenlinna: Hämeen ammattikorkeakoulu.
- Helsingin Klubitalo. Fountain House Klubitlot. Historia. Saatavilla 17.4.2018
<http://helsinginklubitalo.org/yhdistys/historia/>
- Helsingin Klubitalo. Saatavilla 27.11.2017 <http://helsinginklubitalo.org/>
- Hynynen, S-T. & Hankonen, N. (2015). Autonomiaa tukien aktiivisemmaksi? Itsemääräämisen teoria lasten ja nuorten liikunnan edistämässä. *Katsauksia. Kasvatus*, 5/2015, 473–487. Saatavilla

http://soteli.metropolia.fi/gspr/hynynen_hankonen_autonomiaa_tuki_en_aktiivisemmaksi.pdf

Hyväri, S. (2017). Asiakaslähtöisyyden periaatteet ja toteutuminen sosiaali- ja terveyspalveluissa. Teoksessa J. Helminen (toim.), *Asiakkaan moniammatillinen ohjaus sosiaali- ja terveydenhuollossa*. (s. 32–45). Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Isojoki, V-M. (2010). *”Mulla on ihan niinku ikävä tänne”*. Klubitalo osallisuuden mahdollistajana (Lisensiaatintutkimus, Helsingin yliopisto, sosiaalitieteiden laitos). Saatavilla

<http://www.sosnet.fi/loader.aspx?id=88aa8ff4-1e07-442a-b92e-2dfad6e2342b>

Itä-Helsingin Klubitalo. Saatavilla 27.11.2017

<http://www.itahelsinginklubitalo.org/>

Kankaanpää, S. & Kurki, M. (2013). Toipuminen kokemuksena. Teoksessa H. Falk, M. Kurki, P. Rissanen, S. Kankaanpää & N. Sinkkonen (toim.), *Kuntoutujasta toimijaksi – kokemus asiantuntijuudeksi* (s. 9–11). (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Työpaperi 39/2013). Saatavilla

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110670/URN_ISBN_978-952-302-028-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kettunen, R., Kähäri-Wiik, K. Vuori-Kemilä, A., Ihalainen, J. (2002).

Kuntoutumisen mahdollisuudet. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Kettunen, R., Kähäri-Wiik, K. Vuori-Kemilä, A., Ihalainen, J. (2009).

Kuntoutumisen mahdollisuudet. Helsinki: WS Bookwell Oy.

Kilpeläinen, A. & Salo-Laaka, M. (2012). Asiakasosallisuus teknologisoituvassa palvelujärjestelmässä. Teoksessa A. Pohjola, T. Kempainen & S. Väyrynen (toim.), *Sosiaalityön vaikuttavuus*. (s. 303–322).

Tampere: Juvenes Print.

Kinnunen, P. (2011). *Nuoruudesta kohti aikuisuutta: varhaisaikuisen*

mielenterveys ja siihen yhteydessä olevat ennakoivat tekijät.

(Akateeminen väitöskirja, Tampereen yliopisto). Saatavilla

<https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66830/978-951-44-8624-1.pdf?sequence=1>

- Koskisuus, J. (2004). *Eri teitä perille. Mitä mielenterveyskuntoutus on?* Helsinki: Edita Prima Oy.
- L 1285/2016. Nuorisolaki. Saatavilla
<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285>
- Laitila, M. (2010). *Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdetyössä: Fenomenografinen lähestymistapa*. (Itä-Suomen yliopisto, hoitotieteen laitos, terveystieteiden tiedekunta). Saatavilla
http://www.epshp.fi/files/5610/Asiakkaan_osallisuus_mielenterveys- ja_paihdytyossa_Fenomenografinen_lahestymistapa.pdf
- Latonen, M. & Latva-Rasku, L. "Asiantuntijalta ammattilaiselle": *Espoolaiset nuoret kehittämässä omia palvelujaan Nuorten Kipinä - kehittämisyhmä*. Raportti. Saatavilla 1.5.2018
<https://www.innokyla.fi/documents/223734/cbf17f34-ad71-4ade-a1ff-1030aea6a268>
- Laukkala, T., Tuisku, K., Fransman, H., & Vormaa, H. (2015). Työikäisten mielenterveyskuntoutus. *Suomen Lääkärilehti*, 70 (21). 1508–1513. Saatavilla
<http://www.hus.fi/sairaanhoito/sairaanhoitopalvelut/psykiatria/Documents/Ty%C3%B6ik%C3%A4isten%20mielenterveyskuntoutus%20SLL212015-1508.pdf>
- Leemann, L. & Hämäläinen, R-M. (2015). *Asiakasosallisuus*. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavilla
https://thl.fi/documents/966696/3775621/Tietopaketti_Asiakasosallisuus.pdf/6d5b8baf-d5e4-4618-add6-ca0b9a81f214
- Leemann, L. & Hämäläinen, R-M. (2016). Asiakasosallisuus, sosiaalinen osallisuus ja matalan kynnyksen palvelut: Pohdintaa käsitteiden sisällöstä. *Yhteiskuntapolitiikka*, 81 (5), 586–594. Saatavilla
https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131350/YP1605_Leemann&Hamalainen.pdf?sequence=2
- Leemann, L., Kuusio, H. & Hämäläinen, R-M. (2015). *Sosiaalinen osallisuus*. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. www.thl.fi/sokra

- Mielenterveyden keskusliito. Käsitteitä mielenterveydestä. Saatavilla 11.3.2018.
<http://mtkl.fi/tietoa-mielenterveydesta/kasitteita-mielenterveydesta/>
- Moring, J., Martins, A., Partanen, A., Bergman, V., Nordling, E. & Nevalainen, V. (2011). *Kansallinen mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2009–2015: Toimeenpanosta käytäntöön 2010*. Saatavilla:
<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80007/d5f4cb21-cc45-4398-9679-8207945705d7.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Mäkelä, K. (toim.) (1998). *Kvalitatiivisen aineiston analyysi ja tulkinta*. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. (2014). *Ihmisen psykologinen kehitys*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Pietilä, I. (2017). Ryhmäkeskustelu. Teoksessa M. Hyvärinen, P. Nikander & J. Ruusuvoori (toim.), *Tutkimushaastattelun käsikirja* (s. 111–130). Tampere: Vastapaino.
- Propst, R. N. (2003). Klubitalojen historia: pienestä ryhmästä maailmanlaajuiseksi liikkeeksi. Teoksessa E. Pöyhönen (toim.), *Mielenterveyskuntoutujien klubitalo: yhdessä kohti työelämää* (s. 29–32). Helsinki: Art Print Oy.
- Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. (2006). *KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto*. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Saatavilla <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>
- Salenius, P. (2009). *Mielenterveyskuntoutujien Klubitalo: Kuntoutujien osallisuuden kokemukset, vertaistuki ja identiteetin muodostuminen klubitaloyhteisössä*. (Sosiaalityön pro gradu –tutkielma, Jyväskylän yliopisto). Saatavilla
https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/22365/URN_NBN_fi_jyu-200911054382.pdf?sequen
- Salonen, K. (2013). *Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön – opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle*. (Turun ammattikorkeakoulun puheenvuoroja 72.) Tampere: Suomen yliopistopaino Juvenes Print Oy.
- Schonebaum, A., Boyd, J. & Dudek, K. (2006). A Comparison of Competitive Employment Outcomes for the Clubhouse and PACT Models.

- Psychiatric Services*, 57 (10). 1416–1420. Saatavilla
<https://ps.psychiatryonline.org/doi/full/10.1176/ps.2006.57.10.1416>
- Soisalo, R. (2012). *Särkyvä mieli – lasten ja nuorten psyykkinen oireilu*.
 Tallinna: AS Printon Trükikoda.
- Suomen Klubitalot ry. Klubitalotietoa. Historia. Saatavilla 17.4.2018
<http://www.suomenklubitalot.fi/historia-perustaminen/>
- Suomen Klubitalot ry. Klubitalotietoa. Laatusuosituksset. Saatavilla 27.2.2018
<http://www.suomenklubitalot.fi/klubitalotietoa/laatusuosituksset/>
- Suomen Klubitalot ry. Klubitalotietoa. Saatavilla 27.2.2018
<http://www.suomenklubitalot.fi/klubitalotietoa/>
- Suomen Klubitalot ry. Saatavilla 27.11.2017 <http://www.suomenklubitalot.fi/>
- Tanaka, K. & Davidson, L. (2014). Meanings Associated with the Core
 Component of Clubhouse Life: The Work-Ordered Day. *Psychiatric
 Quarterly*. Saatavilla
[http://www.fountainhouse.org/sites/default/files/meanings%20assoc
 iated%20with%20the%20core%20component.pdf](http://www.fountainhouse.org/sites/default/files/meanings%20associated%20with%20the%20core%20component.pdf)
- Tanaka, K., Craig, T. & Davidson, L. (2015). Clubhouse Community Support for
 Life: Staff–Member Relationships and Recovery. *Journal of
 Psychosocial Rehabilitation and Mental Health*, 2 (2), 131–141.
 Saatavilla [https://link.springer.com/content/pdf/10.1007%2Fs40737-
 015-0038-1.pdf](https://link.springer.com/content/pdf/10.1007%2Fs40737-015-0038-1.pdf)
- Valtonen, A. (2005). Ryhmäkeskustelut – Millainen metodi? Teoksessa J.
 Ruusuvoori & L. Tiittula (toim.), *Haastattelu: tutkimus, tilanteet ja
 vuorovaikutus*. Tampere: Vastapaino.
- Vilka, H. & Airaksinen, T. (2003). *Toiminnallinen opinnäytetyö*. Jyväskylä:
 Gummerus Kirjapaino Oy.
- Virtanen, P., Suonheimo, M., Lamminmäki, S., Ahonen, P. & Suokas, M. (2011).
*Matkaopas asiakaslähtöisten sosiaali- ja terveystalvelujen
 kehittämiseen*. (Tekesin katsaus 281/2011.) Saatavilla
[https://www.businessfinland.fi/globalassets/julkaisut/matkaopas.pdf
 ? t id=1B2M2Y8AsgTpgAmY7PhCfg%3d%3d& t q=Matkaopas+a
 siakasl%C3%A4ht%C3%B6isten+sosiaali-
 +ja+terveystalveluiden+kehitt%C3%A4miseen& t tags=language
 %3afi%2csiteid%3a53b34a16-7ce7-4ab0-8c7e-](https://www.businessfinland.fi/globalassets/julkaisut/matkaopas.pdf? t id=1B2M2Y8AsgTpgAmY7PhCfg%3d%3d& t q=Matkaopas+a

 siakasl%C3%A4ht%C3%B6isten+sosiaali-

 +ja+terveystalveluiden+kehitt%C3%A4miseen& t tags=language

 %3afi%2csiteid%3a53b34a16-7ce7-4ab0-8c7e-)

[f06c83547e28& t_ip=195.148.89.44& t_hit.id=Finpro Web Features MediaData GenericMediaData/ 970a54ea-ff2e-4643-838a-d9fc0bedb7c1& t_hit.pos=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/132919/Diak_puheenvuoro_8_978-952-493-296-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Vuokila-Oikkonen, P. & Pätynen, P. (2017). *Osallistavan yhteiskehittämisen prosessi: Esimerkkinä osallisuutta ja uusia palvelumalleja moniammatillisen palveluohjauksen keinoin (OSUMA) -projekti.*

(Diak puheenvuoro 8). Saatavilla

http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/132919/Diak_puheenvuoro_8_978-952-493-296-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y

World Health Organization (2013). Mental Health Action Plan 2013–2020.

Åkerman, B. & Ramberg I-L. (2008). Rapport kring viktiga åtgärder för att stärka unga vuxnas psykiska hälsa. Saatavilla

https://ki.se/sites/default/files/starka_unga_vuxna_psykiska_halsa_rapport.pdf

LIITE 1: LISTA KAIKISTA NUORTEN AKTIVITEETTI- JA RETKITOIVEISTA

Itä-Helsingin Klubitalo:

- Tutustumista järjestöihin, jotka tekevät samanlaista työtä kuin Klubitalot
- Huumevalistusta poliisin pitämänä
- Avoin keskusteluilmapiiri päihteistä ja päihdekokemuksista
- Pelejä ja purtavaa
- Retkiä Helsingin alueella
- Retkiä lähikaupunkeihin
- Retkiä Tallinnaan
- Tutustuminen linnaan
- Yhdessä koettuja kivoja asioita, esimerkiksi hevostilalla käynti, värikuulasota tai megazone

Helsingin Klubitalo:

- Enemmän askartelua
- Retki tai risteily Tukholmaan
- Kenraaliharjoituksia katsomaan teatteriin
- Enemmän yleistä ja rentoa keskustelua
- Enemmän elokuvia
- Enemmän biljardia
- Enemmän minigolfia
- Enemmän keilausta
- Enemmän kävelyä esimerkiksi lähempänä luontoa
- Retkiä konsertteihin
- Megazone
- Piknik esim. puistossa

- Frisbeegolfia
- Herkkuja ja ruokaa
- Enemmän tekemistä, esimerkiksi lautapelejä
- Retkiä Hietalahden kirpputorille ja rantakävelyä