



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

”Malmin a-killassa voi olla vapaasti oma itsensä”

Kävijöiden kokemuksia Malmin yhteisötilan toiminnasta

Kytölä Jenni, Lahti Marika

2018 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

**”Malmin a-killassa voi olla vapaasti oma itsensä”
Kävijöiden kokemuksia Malmin yhteisötilan toiminnasta**

Kytölä Jenni, Lahti Marika
Sosionomin koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Joulukuu 2018

Kytölä Jenni, Lahti Marika

”Malmin a-killassa voi olla vapaasti oma itsensä”

Kävijöiden kokemuksia Malmin yhteisötilan toiminnasta

Vuosi 2018 Sivumäärä 71

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa, mitä mieltä Helsingin A-killan kävijät ovat toiminnasta ja minkälaisia muutoksia he haluaisivat toiminnalle. Halusimme myös selvittää, onko kävijöillä mahdollisuus vaikuttaa toimintaan. Tavoitteena oli saada selville kävijöiden kokemuksia paikan toiminnasta. Saatua tietoa voidaan käyttää hyödyksi toiminnan arvioinnissa, suunnittelussa sekä kehittämisessä.

Helsingin A-killta, toiselta nimeltään Malmin yhteisötila on Malmilla sijaitseva matalan kynnyksen kohtaamispaikka, jossa järjestetään matalan kynnyksen toimintaa. Yhteisötila on suunnattu kaikille niille ihmisille, jotka kaipaavat tekemistä tai seuraa päihteettömään päivään. Malmin yhteisötilassa järjestetään vapaan oleskelun ohella retkiä sekä tapahtumia. Muun toiminnan lisäksi järjestetään myös erilaisia vertaisryhmiä, kuten AA-ryhmä sekä naisten hyvinvointi- ja keskusteluryhmä.

Opinnäytetyö toteutettiin määrällisenä tutkimuksena ja tiedonkeruumenetelmänä toimi kyselylomake. Tutkimusaineisto koostuu 33 vastauksesta, joissa toimivat tiedonantajina Malmin yhteisötilan kävijät. Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys koostuu päihderiippuvuudesta, matalankynnyksen palveluista, vertaistoiminnasta, sosiaalisesta osallisuudesta sekä arvioinnista. Aineisto analysoitiin käyttämällä tilastollisen päättelyn menetelmiä.

Saatujen vastausten perusteella Malmin yhteisötilassa käydään päivittäin tai lähes päivittäin. Tulosten mukaan monelle kävijälle Malmin yhteisötila on tärkeä paikka tavata muita vertaisia ja moni oli myös tutustunut uusiin ihmisiin, jonka johdosta sosiaaliset verkostot ovat kasvaneet. Ilmapiiiri Malmin yhteisötilassa koettiin hyvänä sekä turvallisena. Suurin osa vastaajista on osallistunut Malmin yhteisötilassa järjestetyille yhteisille retkille tai niiden suunnitteluun, joten kävijät pystyvät itse vaikuttamaan toimintaan. Malmin yhteisötila koettiin tärkeäksi sekä merkitykselliseksi paikaksi.

Asiasanat: matala kynnyksen, päihderiippuvuus, sosiaalinen osallisuus, vertaistuki, A- Kilta

Kytölä Jenni, Lahti Marika

”Malmin a-killassa voi olla vapaasti oma itsensä”

Kävijöiden kokemuksia Malmin yhteisötilan toiminnasta

Year 2018

Pages

71

The purpose of this thesis was to establish the significance of “Helsinki A-kilta” for visitors and to clarify if they could affect the operations. The objective was to find out the visitor’s experiences of “A-kilta”. The gathered information can be use in the evaluation, planning and developing the activity in “A-kilta”.

Helsinki A-kilta, from its second name “Malmi’s community space” is a low-threshold meeting place located in Malmi. The place is aimed to all those people who need activities or company for a day without intoxicant. The place offers free accommodation and also trips and events. In addition to other operations, there are different peer groups, such as the AA group and the women’s welfare and talking group.

The thesis was implemented as a quantitative study and the data was collected by questionnaire. The research material consisted of 33 responses from the visitors. The theoretical framework consisted of substance abuse, low-threshold services, peer support, social participation and evaluation. The material was analysed using the methods of the statistical reasoning.

On the basis of the responses the visitors went there daily or nearly daily. According to the results, the community was an important place to meet people who have similar problems, and many became acquainted with new people, so the social networks increased. The atmosphere was experienced as good and safe. The majority of the respondents had participated in common trips or in their planning, so visitors were able to influence operations. Overall, Malmi’s community space was regarded as an important and significant place.

Keywords: low threshold, substance abuse, social participation, peer support, A- Kilta

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Opinnäytetyön tarve ja tarkoitus.....	6
2.1	Toimintaympäristö.....	8
2.2	A- Kilta	8
2.3	A- Kilta toiminta	9
2.4	Toiminta Malmin yhteisötilassa.....	9
2.5	Vantaan ja Espoon A- Kiltujen toiminta.....	13
3	Teoreettinen viitekehys	13
3.1	Päihderiippuvuus	13
3.2	Matalan kynnyksen palvelut.....	15
3.3	Vertaistoiminta	16
3.4	Sosiaalinen osallisuus.....	18
3.5	Arviointi	20
4	Tutkimusmenetelmä	21
4.1	Kvantitatiivinen tutkimus.....	21
4.2	Tutkimuskysymykset.....	22
4.3	Tutkimuksen toteutussuunnitelma	23
4.4	Aiemmat tutkimukset	27
4.5	Tutkimuksen toteutus	28
5	Tutkimustulokset	31
6	Johtopäätökset ja tulosten pohdinta	41
6.1	Tutkimuksen luotettavuuden ja eettisyyden pohdinta	44
6.2	Oma oppimisprosessi	46
	Lähteet	48
	Kuviot	51
	Liitteet.....	52

1 Johdanto

Alkoholinkäyttö Suomessa on kasvanut jatkuvasti usean kymmenen vuoden ajan. Suomalaisista reilulla 90 prosentilla on jonkinlainen suhde alkoholiin. Alkoholi on ollut aina suurin suomalaisten päihdeongelma, vaikka huumeidenkäyttö ja eri päihteiden sekakäyttö ovatkin yleistyneet. Tänä päivänä päihdepalveluja tarvitsevien määrä on kasvanut selvästi ja tarve etenkin matalan kynnyksen tukimuodoille on lisääntynyt. Matalan kynnyksen päihdepalveluissa on kyse niistä ihmisistä, jotka muutoin ovat jäämässä kaikkien yhteiskunnan palveluiden ulkopuolelle. (Lund 2006, 31- 37.)

Opinnäytetyö toteutettiin Helsingin A-killalle, toisella nimellä Malmin yhteisötalalle. Malmin yhteisötalassa järjestetään matalankynnyksen toimintaa ja yhteisötila on suunnattu kaikille niille ihmisille, jotka kaipaavat tekemistä tai seuraa päihteettömään elämään. Toimipaikka on avoinna kaikille, mutta päihtyneenä tilaan ei kuitenkaan voi tulla. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa, mitä mieltä Helsingin A-killan kävijät ovat toiminnasta ja minkälaisia muutoksia he haluaisivat toiminnalle. Halusimme myös selvittää, onko kävijöillä mahdollisuus vaikuttaa toimintaan.

Valitsimme opinnäytetyömme toteutustavaksi kvantitatiivisen tutkimuksen. Tiedonkeruumenetelmänä toimi kyselylomake. Valitsimme kyselylomakkeen, koska sillä saadaan kerättyä aineistoa laajemmalta joukolta sekä voimme kysyä useampia kysymyksiä ja koimme saavamme vastauksen parhaiten tällä menetelmällä tutkimuskysymykseemme. Lisäksi lomaketta voi myös halutessaan jatko käyttää. Kyselylomakkeessa oli valittavissa eri vastausvaihtoehtoja ja kävijät pystyivät valitsemaan itselleen sopivimman vastausvaihtoehdon.

Esitettävät kysymykset pohjautuivat opinnäytetyön teoreettiseen viitekehykseen ja Malmin yhteisötilan toiminnan osatavoitteisiin sekä tietysti opinnäytetyömme tavoitteisiin ja tarkoitukseen. Malmin yhteisötilan kohderyhmää ovat päihde- ja mielenterveystoipujat sekä heidän läheisensä. Opinnäytetyössä nousevat esiin teoreettisena viitekehyksenä päihderiippuvuus, matalan kynnyksen palvelut, sosiaalinen osallisuus, vertaistuki sekä arviointi.

2 Opinnäytetyön tarve ja tarkoitus

Opinnäytetyön aiheemme idea lähti liikkeelle työelämän yhteistyökumppanin toiveesta. Helsingin A-killassa, Malmin yhteisötalassa haluttiin kehittää toimintaa kävijöiden toiveiden sekä tarpeiden pohjalta. Päätimme valita arvioinnin ja toiminnan tulosten mittaamisen kehittämisen opinnäytetyömme aiheeksi. Malmin yhteisötila toivoi avuksi työkalua, jolla pystyisi mittaamaan, kuinka hyvin toiminnalle asetetut tavoitteet ovat toteutuneet. Opinnäytetyön avulla tuotetaan sellaista tietoa, jota on mahdollista hyödyntää A-killan sekä Malmin yhteisötilan toiminnassa tulevaisuudessa. Opinnäytetyön tulosten pohjalta Malmin yhteisötilan toimintaa on

mahdollista kehittää edistävään suuntaan. Toimintaa rahoittavat Stea eli Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus sekä Helsingin kaupunki.

Helsingin A-kilta on Malmilla sijaitseva matalan kynnyksen kohtaamispaikka päihde- ja mielen-terveystoipujille sekä heidän läheisilleen. Sillä hetkellä, kun aloitimme opinnäytetyö projektin, järjestettävää ohjattua toimintaa oli melko vähän ja juuri tähän toimipaikka halusi muutoksia. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli siis kartoittaa, mitä mieltä Helsingin A-killan kävijät ovat toiminnasta sekä mitä muutoksia kävijät haluaisivat toiminnalle ja onko heillä mahdollisuus vaikuttaa tähän.

Stea valvoo ja arvioi avustettujen järjestöjen toiminnan tuloksia ja sen vaikutuksia sekä avustusten asianmukaista käyttämistä. Tällä pystytään varmistamaan, että avustukset ovat käytössä lainsäädännön ja avustuspäätösten perusteella ilmoitettujen tietojen mukaan yhteiskunnan ja sen osallisia hyödyttävään, tulokselliseen toimintaan. Mikäli avustetun järjestön toiminnassa esiintyy väärinkäytöksiä, voi Stea määrittää ko. järjestön maksukieltoon ja periä mahdollisesti takaisin jo maksettuja avustuksia. Jokaisella avustettavalla järjestöllä on velvollisuus tehdä ja toimittaa vuosiselvitys avustuksen käytöstä. Myös avustetun toiminnan tuloksista tulee raportoida säännöllisesti. (STEA.)

Malmin yhteisötilan toiminnasta raportoidaan yhdistyksen hallitukselle ja ylintä päätäntävaltaa harjoittaville jäsenkokouksille, toiminnan ohjausryhmille sekä rahoittajille (Stea ja Helsingin kaupunki). Lisäksi raportointia tehdään A-Kiltojen Liitolle, jolta yhteisötila saa neuvontaa, koulutusta sekä virkistymismahdollisuuksia. Jotta voidaan kertoa faktoja, täytyy järjestää seuranta. Talouden seuraamiseksi Malmin yhteisötilalla on taloushallintojärjestelmä sekä ulkopuolinen kirjanpitäjä ja toiminnantarkastaja. Lisäksi yhteisötilassa seurataan kävijämääriä (kävijäviikkoon kaikilta puumerkki) sekä tapahtumien ja ryhmien osallistujamääriä (työntekijöiden tapahtumaviikko). (Soulanto 2018.)

Stealle raportoidaan etupäässä Stean omille lomakkeille toiminnan edistymisestä, talouden seurannasta sekä kävijälukumääristä. Eli heidän haluamiinsa kysymyksiin vastataan. Lisäksi Stea saattaa erikseen kysyä täsmennystä johonkin asiaan puhelimitse tai sähköpostitse. Toimintakertomuksilla Stealle ja kaupungille todennetaan se, että rahat on käytetty oikeasti siihen tarkoitukseen, johon ne on myönnetty. Esimerkiksi Helsingin kaupunki on antanut yhdistykselle järjestöavustusta kokemusasiantuntijan palkkaamiseen. Siksi kaupunki haluaa nähdä yhteisötilan tilinpäätökset ja toimintakertomukset, jossa kokemusasiantuntijan toiminnasta kerrotaan. (Soulanto 2018.)

Helsingin A- Kilta voi käyttää raportoinnissa apuna meidän toteuttamaamme kyselyä tavoitellun toiminnan tuloksista muun raportoinnin lisäksi sekä Stea:lle että Helsingin kaupungille. A-killta voi käyttää myös jatkossa samaa kyselylomaketta toiminnan arvioinnin työkaluna. Toiminnanjohtajan mukaan kehittämämme kyselylomakkeen jatkokäyttö selviää vasta sitten, kun kysely

on toteutettu. Hänen arvionsa on, että ainakin osaa lomakkeesta tullaan käyttämään, mutta koska he kehittävät toiminnan lisäksi myös seurantaa ja arviointia, kyselyyn saattaa tulla muutoksia ja uusia painotuksia myöhemmin. Lomaketta voidaan siis käyttää apuvälineenä myös tavoitteiden seurannassa ja suunnittelussa. Ei myöskään ole järkevää kysyä aina samoja kysymyksiä, vaan eri vuosille voidaan ottaa erilaisia painopisteitä, joiden kehittämiseen paneudutaan. Meidän opinnäytetyömme lisäksi Helsingin A- Kilta on syksystä 2017 asti kokoontunut Vantaan A- Killan sekä A- Kilttojen liiton kanssa työpajoihin, joissa he ovat yhdessä pohtineet seurantaan ja arviointiin liittyviä kysymyksiä. (Soulanto 2018.)

2.1 Toimintaympäristö

Tässä kappaleessa kerromme opinnäytetyömme toimintaympäristöstä. Kerromme yleisesti siitä, mikä on A- Kilta ja mitä sen toiminta on. Lisäksi kuvaamme Malmin yhteisötilan toimintaa ja lopuksi kerromme lyhyesti myös Vantaan ja Espoon A- Kilttojen toiminnasta.

2.2 A- Kilta

A- Kilttojen Liitto ry:n verkkosivustolla liiton tehtäviä on kuvattu seuraavanlaisesti: “Valtakunnallinen päihdetoipujajärjestö A-Kilttojen Liitto ry kehittää ja tukee paikallisten A-kilttojen päihde- ja yhteistyötoimintaa, edistää toipumiskulttuuria A-killoissa sekä tekee A-kilttoimintaa valtakunnallisesti näkyväksi. Lisäksi A-Kilttojen Liitto ry toimii päihdetoipujien vaikutuskanavana ja edunvalvojana sekä osallistuu päihdetoipujien kokemustiedolla yhteiskunnalliseen päihdekeskusteluun.” (A- Kilttojen Liitto Ry.) Yhteisesti sovitut A- kilttoiminnan arvot ja periaatteet, jotka ohjaavat ja määrittävät kaiken A- kilttoiminnan ovat päihdeettömyys, vapaaehtoisuus, kokemuksellisuus, yhteisöllisyys, toiminnallisuus sekä yhteistoiminta (Häkkinen 2013, 234).

Ensimmäinen A- kiltta perustettiin vuonna 1964, joka oli silloisen Turun A- asiakas Ketju- nimisen A- Klinikin toverikunta. A- Kiltta- nimen on ottanut käyttöön ensimmäisenä Kymen A- Klinikin potilaat ry vuonna 1969 ja valtakunnallisesta liitosta tuli kuusi vuotta myöhemmin A- Kilttojen Liitto ry. A- Killat ovat tänä päivänä itsenäisiä vertaistukiyhdistyksiä, jotka ovat syntyneet A- klinikoiden asiakastoimikunnista. (A- Kilttojen Liitto Ry:n tehtävä.)

A- Kiltta toiminnan tulevaisuudesta keskustellaan ja suunnitellaan muun muassa A-Kilttojen Liitto ry:n aluetapaamisissa, koulutuksissa sekä muissa tapahtumissa, jaostoissa ja hallituksessa. Toiminta on määritelty päihdeettömäksi, vapaaehtoisuuteen perustuvaksi ja monimuotoisesti toteutettavaksi vertaistukitoiminnaksi päihdeongelmallisille, -toipujille sekä heidän läheisilleen. A- Killat toimivat yhteiseltä arvopohjalta, jotka ovat itsenäisiä yhdistyksiä. Tulevaisuuden visio vuodelle 2022 on, että A- Kiltta toiminnassa tunnustetaan kohderyhmän moninaisuus. Toiminnassa annetaan jokaiselle rauha toipumiseen ja toimintaan on turvallista tulla mukaan. (A- Kiltta toiminnan tulevaisuus.)

2.3 A- Kilta toiminta

A- Kilta toiminnalla on määritellyt arvot ja kaikki toiminta on päihdeetöntä. Tavoitteena toiminnalla on se, että toimintaan osallistuvilla olisi parempi elämä, ilman päihdehaittoja. A- Kiltatoiminta ei ole päihdehoitoa, eikä sillä siten ole hoitotavoitetta. Toiminnassa ei arvoteta mitään päihdehoitomuotoa paremmaksi kuin toinen, vaan jokaisen toimintaan osallistuvan omia tavoitteita kunnioitetaan. Päihdeettömyyteen tuetaan olemassa olevilla keinoilla sekä tarvittaessa ohjataan myös muiden palveluiden tai toimintojen piiriin. Kaikki toiminta on avointa yhteistoimintaa, jolla edistetään A- Kiltatoiminnan, päihdetoipujien sekä -ongelmaisten etuja. Toiminta on sekä uskonnollisesti että poliittisesti sitoutumatonta. Vapaaehtoiset ovat tärkeässä roolissa A- Kiltatoiminnassa, ilman heitä sitä ei olisi. Toimintaan osallistutaan vapaasta tahdosta, eikä siitä odoteta erillistä korvausta. Jokainen osallistuja voi itse määrittää oman osallistumisensa määrän, laadun ja vastuun. Periaatteena on, että toimitaan yhteisen hyvän puolesta. (A- Kilta toiminnan tulevaisuus.)

Toiminnan kautta syntyy arkielämän sosiaalisia yhteisöjä, jotka ovat avoinna kaikille A- Kiltalaisille. Haittojen ehkäisy, osallisuus, turvallisuus, yhteenkuuluvuus ja tasavertaisuus ovat yhteisöllisyyden perustana. Toiminnassa korostuu toisten tukeminen ja kaikkien osapuolien huomioiminen. Päihdetoipujien erilaisuutta kunnioitetaan, toiminnassa kokemuksellisuus on osa vertaisuutta, joka perustuu samaistumisen kokemuksiin. Jokaisella on omanlaisensa kokemus toipumisesta, mutta kaikki niistä ovat silti yhtä tärkeitä. Luottamus, ymmärrys ja rohkaiseminen ovat osa kokemuksellisuutta. A- Kilttojen toiminnallisuus tukee toipumista ja sen avulla kertyy päiviä ilman päihdeitä. Toiminnallisuus ei ole sitä, että tehdään asioita toisten puolesta, vaan tarkoitus on tukea ja vahvistaa omatoimisuutta, eikä siihen ole osallistumispakkoa. Yhteistoiminnan ja hyväksi havaittujen toimintamallien kierrättämisellä syntyy monipuolista toiminnallisuutta. (A- Kilta toiminnan tulevaisuus.)

2.4 Toiminta Malmin yhteisötilassa

Opinnäytetyö toteutettiin Helsingin A-killalle, toisella nimellä Malmin yhteisötilalle. Malmin yhteisötilassa järjestetään matalankynnyksen toimintaa ja yhteisötila on suunnattu kaikille niille ihmisille, jotka kaipaavat tekemistä tai seuraa päihdeettömään elämään. Toimipaikka on avoinna kaikille, mutta päihtyneenä tilaan ei kuitenkaan voi tulla. Malmin yhteisötila on avoin olohuone, jossa voi vapaasti pelaila pelejä, keskustella muiden kävijöiden kanssa, juoda kupillisen kuumaa tai vaikka lukea päivän lehden. Kävijöillä on mahdollisuus myös puhelimen sekä tietokoneen käyttöön ja tarvittaessa he voivat saada myös neuvonta-apua laitteiden käytössä. Ovet ovat avoinna kävijöille arkisin klo 9-16. Yhteisötila sijaitsee hyvien kulkuyhteyksien varrella, lähellä Malmin juna-asemaa.

Helsingin A-Kilta on voittoa tavoittelematon yhdistys, joka kehittää päihdeetöntä yhteistoimintaa Malmin yhteisötilassa eri yhteistyökumppaneiden kanssa. Stea ja Helsingin kaupunki tukevat

toimintaa. Helsingin kaupungin tuella mahdollistetaan yhdistyksen järjestämä kokemusasiantuntijatoiminta ja yhdistys tarjoaa kokemusasiantuntijuutta myös päihdehuollon kehitystyöhön. Malmin yhteisötila on ollut mukana suunnittelemassa ja aloittamassa Raittilan toimintaa Itäkeskuksessa. Malmin yhteisötila osallistuu Green Care- toimintaan, jonka tarkoituksena on lisätä hyvinvointia luonnon avulla. Yhteistyökumppaneihin kuuluvat muun muassa muiden paikkakuntien A- killat, valtakunnallinen A- Kiltujen liitto sekä useat muut ihmisten hyvinvointia hyödyttävät järjestöt. (Helsingin A-Kilta.)

Yhteisötilassa ei anneta kävijöille hoitoa eikä kävijöistä tehdä täten potilas- tai asiakasmerkintöjä. Malmin yhteisötila tarjoaa tilaisuuksia sekä paikan vertaisten kohtaamiselle sekä nähdyksi ja kuulluksi tulemiselle. Helsingin A-Killan ja pohjoisen psykiatria- ja päihdekeskuksen kumppanuustoiminta on luonteeltaan uudenlaista yhteiskehittämistä: Yhtäältä päihde- ja mielenterveystoipujien edunvalvontajärjestö tuo kaupungin toimintaan kokemusasiantuntijuuden sekä vertaisuuden ja vapaan yhteisöllisyyden näkökulman. Yhteisötilan kaikki toiminta on siis vapaaehtoista yhdessäoloa, ja työntekijöiden roolina on vain mahdollistaa se. (Soulanto 2018.)

Asiakasohjaus psykiatria- ja päihdekeskuksesta puolestaan mahdollistaa esimerkiksi opioidikorvaushoidossa käyville paikan, jossa voi lääkehoidon jälkeen käydä aamupuurolla ja jutella asioistaan vertaisille. Helsingin A-Killan ylläpitämä yhteisö sijaitsee kätevästi pohjoisen psykiatria- ja päihdekeskuksen välittömässä läheisyydessä. (Soulanto 2018.)

Malmin yhteisötilassa vuonna 2017 oli eri kävijöitä yhteensä 506 ja käyntikertoja yhteensä 774 kuukaudessa. Toiminnanjohtajan mukaan kävijämäärät ovat kuitenkin oletettavasti nousseet viime vuodesta. Kävijöiden ikähaitari oli vaihteleva, mutta suurimmaksi ryhmäksi nousi 30- 62 vuotiaat, joista 98 oli naisia ja 310 miehiä. Mikään päivä yhteisötilassa ei kuitenkaan ole samanlainen, vaan yhtenä päivänä kävijöitä voi olla esimerkiksi 6 ja toisena yli 30, keväällä 2018 oli joinakin päivinä jopa yli 40. (Soulanto 2018.)

Kevätkaudella 2018 Malmin yhteisötilassa kokoontuu erilaisia vertaisryhmiä ja -kokoontumiskoja seuraavasti: Maanantaisin kokoontuu naisten hyvinvointi- ja keskusteluryhmä ja tiistaisin tukivalmennusryhmä. Tiistaisin on äijäryhmä ja keskiviikkoisin nuorten miesten Päihteetön päivä -ryhmä sekä joka toinen torstai mielenterveysluennon jälkeen mielenterveysaiheita pohtiva ryhmä, Ogelikerho. Perjantaisin järjestetään Kaksoispiste (ryhmä kaksoisdiagnoosikuntoutujille). Lauantaisin yhteisötilassa kokoontuu NA- ryhmä klo 18-19.30, muutoin yhteisötila on suljettuna. Sunnuntaisin yhteisötila on avoinna klo 10-16, jolloin AA- ryhmä kokoontuu klo 11-13, jonka jälkeen iltapäivällä on avoin keskusteleva, päihteettömyyteen tukema Wertsiryhmä. Lisäksi huhtikuussa koottiin ensimmäistä kertaa korvaushoitoa saavien ryhmä (kohderyhmä, joka

ei aina koe tulevansa kuulluksi ja ymmärretyksi yhteiskunnassa; heille ei ole pääsyä edes kaikkiin päihdetoipujapaikkoihin). Suunnitteilla on myös läheisten ilta. Lisäksi A-killasta järjestää erilaisia retkiä ja teemailtoja kävijöille. (Soulanto 2018.)

Kaikki ryhmät kokoontuvat jonkinasteisen yhteistyön idealla; esimerkiksi nuorten miesten ryhmän vetäjät ovat pohjoisen nuorten sosiaalityöstä, mutta A-Killassa on järjestetty ryhmään sekä A-Killan että muiden yhteistyökumppaneidemme kokemus- ja muita asiantuntijoita vierailemaan. Myöskin AA ja NA ovat täysin itsenäisiä vertaisryhmiä, jotka kokoontuvat Malmin yhteisötilassa ja tuovat tilaan osaltaan päihteetöntä toipumiskulttuuria. Tämän lisäksi korvaushoitoa saavien ryhmään tulee Helsingin A-Killan kokemusasiantuntijan lisäksi muun muassa Tukikohta ry:n kokemusasiantuntija. Lisäksi Malmin yhteisötilassa on satunnaisempia ryhmiä esimerkiksi siten, että kaupungin palveluista jokin ryhmä kokoontuu 1-2 kertaa yhteisötilassa ja A-Killan kokemusasiantuntija osallistuu ryhmään tuomaan vertaisnäkökulmaa. Kaikki ryhmät toimivat Malmin yhteisötilassa luottamuksellisuuden ja vertaisuuden periaatteella; voidaan keskustella siitä, mitä kenellekin kuuluu, mutta ei neuvota tai udella, ellei kävijä pyydä apua ja neuvoa jossakin asiassa. (Soulanto 2018.)

Malmin yhteisötilassa on keväällä 2018 ollut muutama kävijäkokous, joissa on suunniteltu erilaisia toimintoja, esimerkiksi retki- ja naisten toimintaa. Myös huhtikuussa alkaneille äijäilloille ja korvaushoidon teemaryhmälle sekä kasvimaaryhmälle järjestettiin ensin kävijöiden suunnittelutilaisuus, jotta toiminta on osallistujille mieluista. (Soulanto 2018.)

Yhteisötilan avoinna pitämisestä ja arkitoiminnasta vastaa vuonna 2018 ohjaaja, jolla on lähihoitajan koulutus. Lisäksi yhteisötilassa työskentelee kokemusasiantuntijoita, vertaistyöntekijöitä, kuntouttavassa työtoiminnassa olevia sekä taloushallinnossa työskenteleviä henkilöitä. Vapaaehtoisia oli vuonna 2017 noin 15 henkilöä erilaisissa tehtävissä. Lisäksi kumppanuustoiminnassa työskentelee useita yhteistyökumppanien työntekijöitä, muun muassa liikuntaryhmän ohjaaja. Helsingin A-Killan toimintaa johtaa vertaisista koostuva hallitus ja yhteisötilan toimintaa suunnittelee Helsingin A-Killan ja pohjoisen psykiatria- ja päihdekeskuksen edustajista koostuva ohjausryhmä. (Soulanto 2018.)

Yhteisöohjaaja huolehtii arkisin siitä, että ovet ovat avoinna. Hänen työnään on keittää aamupuuroa ja järjestää tarjoilua myös erilaisiin tapahtumiin. Yhteisöohjaaja huolehtii talon siisteydestä, turvallisuudesta sekä viihtyvyydestä. Hänen tärkeimpiä tehtäviään on jokaisen yhteisötilaan saapuvan kävijän huomioiminen. Myös tiedottaminen ajankohtaisista asioista kuuluu hänen työhönsä. Kuntouttavassa työtoiminnassa olevat henkilöt huolehtivat yhdessä ohjaajan kanssa näistä samoista asioista, mutta heillä on lyhyempi työaika. Heillä ei myöskään ole niin kokonaisvaltaista vastuuta kuin ohjaajalla. (Soulanto 2018.)

Vapaaehtoistyöntekijät vastaavat tällä hetkellä sunnuntaipäivien aukioloista. He muun muassa tarjoavat kävijöille keittoa, jonka työntekijä on valmistanut, osallistuvat ryhmätoimintaan ja

seurustelevat kävijöiden kanssa, osallistuvat Wertsiryhmään, joka on keskusteluryhmä päiheteettömyyden tukemiseen. Lisäksi on erilaisia pieniä vapaaehtoistehtäviä, kuten kahvinkeitto, kukkien kastelu, tuolien kantamisessa auttaminen (kun järjestetään eri luentoja), toiminnan suunnittelu, pienimuotoinen sisustaminen, talkoot jne. Näihin lyhytkestoisempiin vapaaehtoistehtäviin kävijät osallistuvat eri tilanteissa vaihtelevasti, mutta esimerkiksi tällä hetkellä kukaista huolehtii lähinnä yksi kävijä, joka kokee sen itselleen hyvin tärkeäksi. (Soulanto 2018.)

Kokemusasiantuntijat ottavat vastaan kävijöitä Maunulan terveysasemalla keskiviikosta perjantaihin ja osallistuvat myös Suursuon sairaalan ryhmätoimintaan. Kokemusasiantuntija työskentelee Malmin yhteisötalassa maanantaisin ja tiistaisin. Kokemusasiantuntijoiden toimenkuvaan kuuluu niin yksittäisten ihmisten kohtaaminen kuin monipuolinen ryhmätoiminta. Kokemusasiantuntijat toimivat vertaisena omalla persoonallaan. Kokemusasiantuntijat järjestävät myös retkiä yhdessä toisten työntekijöiden kanssa sekä erilaisia infotilaisuuksia. (Soulanto 2018.)

Jokaisen edellä mainitun työntekijän työhön kuuluu työtä kehittävä ulottuvuus ja mukavan, toipumista tukevan ilmapiirin ja yhteisöllisyyden kannattaminen. Omista työkokemuksista ja kehittämisen kohteena olevista asioista keskustellaan työkokouksissa ja työnohjauksessa, jotka toiminnanjohtaja kutsuu koolle. (Soulanto 2018.)

Työn laadun seuraamiseksi, arvioimiseksi ja kehittämiseksi Malmin yhteisötila järjestää säännöllisesti työntekijöiden työkokouksia, ohjausryhmien kokouksia ja kumppanuuskokouksia sekä edellä mainittuja kävijöiden suunnittelutilaisuuksia. Työkokousten lisäksi työnohjaustilaisuudet ovat paikkoja, joissa voidaan keskustella ja jakaa omia kokemuksia; vaikka ne eivät liitykään sinänsä raportointiin, ne liittyvät laadun ylläpitämiseen. (Soulanto 2018.) Työkokousten avulla saadaan koko työryhmä kokoontumaan pohtimaan työn laadun ylläpitämistä ja kehittämistä. Työnohjauksella pyritään vahvistamaan sekä työyhteisön että työntekijän jaksamista työssä. Ammattitaidon ylläpitäminen ja kehittäminen ovat työnohjauksen yleisiä tavoitteita ja ne ovat tärkeä osa työn laadun ylläpitämistä.

Syksyllä 2017 Malmin yhteisötila järjesti vuodelle 2018 suunnittelusunnuntain, johon osallistui jäseniä, työntekijöitä, hallituksen jäseniä ja kävijöitä, muutama kustakin ryhmästä. (Soulanto 2018.) Suunnittelusunnuntauissa työskenneltiin pienryhmissä (miehet ja naiset), jossa jokainen sai tuoda esille omia toiveita ja kehitysideoita yhteisötilan toiminnalle. Lopuksi ideat ja toiveet jaettiin yhteisesti kaikille. Vuodelle 2018 tuotettiin uusia toimintaideoita, jotka olivat; selkeä toiminnan määrittäminen eli kävijät tietävät tarkalleen mihin toimintaan ovat tulossa, jolloin kynnys madaltuu toimintaan osallistumisessa. Vertaisuutta haluttiin korostaa, vaikka toiminta onkin kaikille avointa. Lisäksi toivottiin selkeyttä viestintään, eli kenelle mikäkin toiminta on suunnattu (miehet vai naiset).

2.5 Vantaan ja Espoon A- Kiltujen toiminta

Muiden paikallisten A- Kiltujen toimintaa selvitimme nettisivujen kautta. Halusimme saada tietoa minkälaista toimintaa muissa paikallisissa A- killoissa mahdollisesti järjestetään.

Vantaan A- Killassa viikkokalenterin mukaisessa ohjelmassa löytyy maanantaisin avoin keskusteluryhmä sekä AA- ryhmä. Tiistaina on bändiryhmä ja kuntojumppaa. Keskiviikkoisin on vertaisryhmä A- klinikalla ja bingo. Torstaisin on jäsenilta sekä kala-, erä-, ja askarteluryhmä. Perjantaisin NA- ryhmä ja viikonlopun aukiolo on riippuvainen vapaaehtoisista valvojista. Lisäksi järjestetään erilaisia tapahtumia ja retkiä esimerkiksi ulkoilemaan, melomaan, kulttuuritapahtumiin yms. (Vantaan A- Kilta ry.)

Espoon A- Killalla oli hyvin suppeat sivustot, mutta sieltä kuitenkin selvisi, että heidän tiloissa järjestetään maanantaisin avoin keskusteluryhmä ja keskiviikkoisin NA- ryhmä. Tilaisuudet koostuvat yhteen samassa elämäntilanteessa olevia tai saman kokoneita. Vuorovaikutusta, arkielämän tasolla tapahtuvaa kokemusten vaihtoa, ymmärrystä, mielenrauhaa sekä rohkaisemista. Pyrkimyksenä on oman elämänlaadun parantaminen ja tavoitteena on päihdeongelmista vapaa elämäntapa. Lisäksi Tvijälpin saarimökillä järjestetään erilaisia virkistystapahtumia muun muassa ongintaa, saunontaa, grillausta, pilkkimistä, kilpailuja yms. (Espoon A- Kilta HYKAA ry.)

3 Teoreettinen viitekehys

Tämän opinnäytetyön teoreettinen viitekehys koostuu päihderiippuvuudesta, matalan kynnyksen palveluista, sosiaalisesta osallisuudesta, vertaistoiminnasta sekä arvioinnista. Tässä osiossa avaamme opinnäytetyön teoreettisen viitekehyksen keskeisiä käsitteitä lähdekirjallisuuden avulla sekä kerromme siitä, miten käsitteet linkittyvät tutkimuksemme aiheeseen.

3.1 Päihderiippuvuus

Päihderiippuvuudesta tai toisin sanottuna addiktiosta puhutaan silloin, kun ihmiselle kehittyy haitallinen, pakonomainen tarve toteuttaa tietynlaista käyttäytymismallia. Riippuvuudet on jaettu useimmiten aine- ja toiminnallisiin riippuvuuksiin. Päihteiden käyttöä tilannekohtaisesti perustellaan useilla eri syillä, muun muassa rentoutumisella, palkkiona tai lohtuna. Riippuvuus on määritelty neurobiologisen näkemyksen mukaan hermostollisen järjestelmän sairaudeksi, joka on yhteydessä muihin biologisiin järjestelmiin sekä käyttäytymis- ja ympäristökäyttäytymisiin. Päihderiippuvainen jatkaa aineen käyttöä siitä huolimatta, vaikka käyttö on aiheuttanut haitallisia vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin. (Lappalainen- Lehto, Romu & Taskinen 2007, 17-19.)

Riippuvuus on tunnesairaus. Ihminen voi jäädä riippuvaiseksi monenlaisista aineista sekä toimintoista. Jos ihmisen tunnemaailma sairastuu, alkaa hän toimia sairauden pakottamana. (Korhonen, 2009, 45.) Päihderiippuvuus syntyy sekä kehittyy hyvin yksilöllisesti joko nopeasti tai

hitaasti päihteiden käytön, käyttökulttuurin ja aineen lääkinällisen vaikutuksen myötä. Päih-teisiin koukkuun jäämiseen voi houkuttaa näiden päihteiden hyvää sekä nopeaa oloa antava vaikutus sekä tietenkin vieroitusoireet, kun hyvän olon vaikutus lakkaa. (Häkkinen, 2013, 29.)

Päihderiippuvuuteen kytkeytyy useasti fyysisen riippuvuuden kehittyminen. Tässä kohtaa usein käyttäjän toleranssi, eli kyky sietää alkoholin vaikutuksia nousee. Päihteiden käytön lopetta-misen jälkeen seuraavana päivänä esiintyy eriasteisia vieroitusoireita. Riippuvuus voi kuitenkin kehittyä ilman vieroitusoireita tai merkittäviä muutoksia toleranssiin. Tällöin riippuvuuden luonne on psykologista, joka perustuu aineen käytön tuottamaan hyvän olon tunteeseen tai muihin käyttämisellä tähtääviin psyykkisiin vaikutuksiin. Addiktiiviseen käyttäytymiseen kuuluu se, että merkittävä osa käyttäjän päivästä kuluu päihdyttävän aineen hankkimiseen, käyttämi-seen tai käytöstä elpymiseen. (Huttunen 2016.)

Päihteistä puhuttaessa, sillä tarkoitetaan kemiallisia aineita tai yhdisteitä sekä päihtymys-, pi-ristys-, tai huumaustarkoituksessa käytettäviä luonnontuotteita. Päihdekokeilut, satunnais- tai kohtuukäyttö, tapakäyttö ja suurkäyttö ovat yleisimmät päihteiden riskikäyttötavat. (Saarelai-nen & Annala 2007, 34.) “Eri päihteet ja huumeet eroavat toisistaan sekä psykogeenisiltä vai-kuutuksiltaan että jatkuvan käytön aiheuttaman toleranssin ja vieroitusoireiden suhteen” (Hut-tunen 2016). Suomessa yleisimpiin käytettyihin päih-teisiin kuuluu alkoholi sekä keskushermos-toon vaikuttavat lääkeaineet, kuten esimerkiksi kannabis tai amfetamiini. Muita käytettyjä päihteitä ovat muun muassa kokaiini sekä ekstaasi. (Julkunen & Nyberg-Hakala 2010, 9.)

Diagnoosi riippuvuudesta voidaan todeta, jos vähintään kolme kriteeriä on esiintynyt samanai-kaisesti viimeisen vuoden aikana vähintään kuukauden ajan tai toistuvasti lyhyempinä jaksoina. Riippuvuus on määritelty WHO:n ICD- 10 luokituksessa. (Aalto 2015, 60.) ICD- 10 luokitus on jo pitkään vakiintunut käytäntö Suomessa. Luokituksen käyttötarkoitus on laajentunut koskemaan myös kliiniset, potilaan hoitoon liittyvät käyttötarkoitukset alkuperäisen käyttötarkoituksen rinnalle sairastavuuden ja kuolemansyiden tutkimisessa. Hoitosuosituksen ja hoitoketjut ovat pääosin määritelty ja muokattu ICD- 10 diagnoosien mukaisesti. Kliinisen päätöksentuen järjes-telmissä käytetään hyödyksi luokituksen mukaisia diagnooseja. Luokitellut diagnoosit helpotta-vat takaamaan laadukkaan tutkimuksen sekä hoidon toteuttamisen. (Terveiden ja hyvinvoin-ninlaitos 2011, 7- 21.)

Diagnostiset päihderiippuvuuden kriteerit ovat: voimakas halu tai pakonomainen tarve käyttää päihdettä, heikentynyt kyky hallita juomisen aloittamista, lopettamista tai käyttömääriä, vie-roitusoireiden esiintyminen käyttöä vähentäessä tai lopettaessa, alkoholin sietokyky (tole-ranssi) on kohonnut, käyttö on muodostunut elämän keskeiseksi asiaksi niin, että muut asiat jäävät taka- alalle sekä käyttäminen jatkuu haitoista huolimatta. (Aalto 2015, 60.)

Riippuvuusoireet voivat myös sairastuttaa päihteidenkäyttäjän läheisiä. Läheiset elävät kiinte-ästi päihderiippuvaisen kanssa ja saattavat jättää oman elämänsä sekä omat ajatukset taka-

alalle. Samalla he saattavat etsiä läheisen päihteidenkäytöstä syytä itsestään, puolisostaan tai muista ulkoisista tekijöistä. Kun läheinen saa tietoa sekä tukea päihteidenkäytön irtaantumisesta, voi hän nähdä asiat terveemmin sekä tukea päihteidenkäyttäjän riippuvuudesta tervehdyttämistä. (Korhonen 2009, 107-108.)

Malmin yhteisötilassa ei anneta päihdehoitoa, mutta se toimii osana päihteidenkäyttäjien matalan kynnyksen palveluita. Yhteisötilassa kävijät kohtaavat vertaisia ja se on yksi tukimuoto päihdekuntoutuksen rinnalla. Malmin yhteisötila tekee yhteistyötä pohjoisen psykiatria- ja päihdekeskuksen kanssa, jonka kautta yhteisötilaan voi ohjautua lisää kävijöitä. Toimintaan voi kuitenkin tulla mukaan, vaikka ei olisikaan käyttänyt päihdehoitopalveluja.

3.2 Matalan kynnyksen palvelut

Matalan kynnyksen palvelut ovat olleet viime vuosina päihdehoitojen suunnittelun ja kehittämisen painopisteenä. Palveluilla pyritään vähentämään päihteidenkäytön haittoja sekä tukemaan päihteettömään elämäntapaan. Matalan kynnyksen palvelut ovat asiakaslähtöistä toimintaa ja palvelut tulee olla helposti jokaisen saatavilla. Palvelut voivat olla joko liikkuvia yksiköitä, terveysneuvontaa tai päiväkeskustoimintaa. Matalan kynnyksen palvelujen pääperiaatteita ovat, että palvelujen piiriin voi hakeutua ilman lähetettä tai ajanvarausta, palvelua on mahdollista saada nimettömänä, palveluiden sijainti on keskeinen sekä se, että päihtymystila ei estä palveluiden saamista. Eri palvelupisteiden aukioloajat vaihtelevat, eivätkä yleensä sijoitu vain virka-ajalle, jotta voitaisiin luoda kaikille mahdollisuus hakeutua palvelujen piiriin oman aikataulun mukaisesti. Henkilökunta matalan kynnyksen palvelupisteissä on usein moniammatillinen. Lisäksi mukana on usein myös entisiä päihteidenkäyttäjiä, jotka lisäävät uskottavuutta ja monipuolisuutta palveluihin. (Lappalainen-Lehto ym. 2007, 186- 187.)

Matalan kynnyksen palvelut ovat suunniteltu niin, että kynnys palveluihin hakeutumiseen olisi mahdollisimman pieni. Palveluilla pyritään tavoittamaan erityisesti heikompiosaiset, jotka ovat jääneet jostain syystä palvelujärjestelmän ulkopuolelle, sillä matalan kynnyksen palvelut ovat olennainen osa sosiaalisen osallisuuden lisääntymisessä. Joskus apua tarvitsevilla voi olla esimerkiksi fyysisiä tai psyykkisiä esteitä hakeutua palvelujärjestelmän piiriin tai siihen voi vaikuttaa myös pitkät jonotusajat julkisiin palveluihin ja palveluihin hakeutuminen kuluttaa voimavaroja. Matalan kynnyksen palveluilla asiakas voidaan parhaimmassa tapauksessa saada siirtymään julkisten palveluiden käyttäjäksi. Useimmilla matalan kynnyksen toimipaikoilla on mahdollisuus erilaiseen harrastustoimintaan, jonka avulla asiakas voi harjoitella, edistää ja ylläpitää omia sosiaalisia verkostoja. Sosiaalinen osallisuus saa aikaan tunteen, että kuuluu johonkin yhteisöön yhteiskunnan jäsenenä. Palveluiden järjestämisellä voidaan vaikuttaa positiivisesti toimintaan osallistumisen haittaavien tekijöiden vähenemistä sekä laajemmin katsottuna marginaalissa olevien ryhmien hyvinvointierojen supistumista. (Leemann & Hämäläinen 2015a, 1-3.)

Matalan kynnyksen yhtenä määrittäjänä voidaan pitää sen vastakkaista käsitettä, eli korkeaa kynnystä. Kun puhutaan kynnyksistä, voidaan myös keskustella todella korkeiksi kasvaneista kynnyksistä, muureista. Matalankynnyksen toteutumisen kannalta nämä muurit pitää ylittää. (Edland-Gryt & Skatvedt 2012, 2.)

Rekisteröitymisen kynnys on ensimmäinen ja samalla helpoin kynnys ylittää. Jotta kävijä voi tulla avun piiriin, hänen pitää tulla huomatuksi sekä osallistua. Ensimmäinen kynnys voi olla jo astumista ovesta sisään. Ensimmäinen kynnys ylittyy nimettömyyden kautta. Kompetenssin eli kelpaavuuden kynnys on toinen kynnys. Tässä toisessa kynnyksessä on kyse joidenkin kykyjen sekä taitojen hallinnasta. Kolmantena kynnyksenä on vaikuttavuus, joka tarkoittaa sitä, että asiakkaalta odotetaan liian suuria odotuksia ja hoidon päämäärät ovat liian isoja. Viimeisin ja kaikista vaikein kynnys on luottamuksen kynnys. Jos tätä kynnystä ei saada ylitettyä, ei voida puhua matalasta kynnyksestä. (Edland-Gryt ym. 2012, 4-5.)

Matala kynnys näkyy isosti Malmin yhteisötilan toiminnassa. Luottamuksellisen ja turvallisen ilmapiirin ylläpitämisen vuoksi kävijöistä ei kerätä asiakasrekisteriä ja kuka tahansa saa osallistua toimintaan ja jokainen saa kertoa itsestään vain sen mitä haluaa. Mihinkään toimintaan tai ryhmiin ei ole velvoitetta osallistua, paikalle saa tulla, vaikka vain juomaan kahvia tai lukemaan päivän lehden. Yhteisötilassa tiedostetaan sekä hyväksytään, että on erilaisia polkuja kohti päihdeittömyyttä, joten siellä ei tehdä eroa päihdeiden ja toipumisen tapojen välillä. Yhteisötila sijaitsee hyvien kulkuyhteyksien varrella Malmilla. Yhteisötilaan on esteetön kulku esimerkiksi pyörätuolia käyttäville ja autolla pääsee aivan oven eteen. Lisäksi yhteisötilassa on esteetön wc. Tarvittaessa yhteisötilan ohjaajat tai muut kävijät voivat auttaa pyörätuolia käyttäviä henkilöitä liikkumisessa.

3.3 Vertaistoiminta

Vertaistuki voi olla joko kahden tai useamman henkilön välistä vuorovaikutteista toimintaa, jossa jokainen osallistuja on sekä tukija että tuettava. Vertaistuki perustuu samankaltaisten henkilöiden tasavertaisuuteen, kohtaamiseen, osallistumiseen, vastuunottoon, vapaaehtoisuuteen, tukeen sekä mielikuvaan siitä, ettei ole yksin. Tukea annetaan omien kokemusten pohjalta ja se on hyödyksi arjessa selviytymisessä ja vahvistaa uskoa omiin kykyihin ja sitä kautta päihdeongelmasta selviytymiseen. (Seppä, Aalto, Alho, Kiianmaa 2012, 140.) Vertaisuus voi antaa myönteistä samaistumista ja samalla karkottaa häpeää tuovan sosiaalisen leiman. Kun ihmisen ei tarvitse kuluttaa voimiaan häpeään, se antaa toivoa uudesta toiminta- sekä elämäntavasta. (Kassila & Koskela 2016, 57.)

Vertaistoiminta on hyvin monipuolista toimintaa, jossa yhdistyy osallistujien samankaltaiset elämäkokemukset. Vertaistoiminta voi olla monenlaista toimintaa aina vapaa-ajan vietosta säännölliseen vertaistukiryhmien toimintaan. Vertaistoiminnan on huomattu olevan tehokasta riskien vähentämisessä, motivaation herättämisessä muutosprosessissa, ongelmien hallinnassa

sekä muutoksen vakinaistamisessa. (Seppä ym. 2012, 140.) Päihdetyötä järjestetään ammattilaisten, vertaistuen sekä vapaaehtoisten voimin. Yhdessä nämä sisältävät valtavia resursseja. Päihdetyössä tarvitaan päihdekuntoutujien sekä heidän läheistensä vertaisapua ennen kaikkea uskottavuuden vuoksi. (Häkkinen 2013, 21.) Tulkitsemme tämän tarkoittavan sitä, että vertaisen oma kokemus luo enemmän uskottavuutta ja toivoa omaan tilanteeseen. Ammatilainen, jolla ei ole asiasta omakohtaista kokemusta, ei voi samaistua päihdekuntoutujien tai läheisten kokemuksiin tunteisiin ja elämäntilanteeseen.

Vertaistukiryhmät ovat tärkeässä arvossa päihdetyössä. Ihminen, joka kamppailee päihdeongelman kanssa voi huomata tukiryhmien kautta, että muutkin ihmiset saattavat kärsiä tai ovat aiemmin kärsineet samanlaisten ongelmien kanssa, kuin mitä itsellä on, esimerkiksi samanlaisia tuntemuksia tai luonteenpiirteitä. Sellaisten ihmisten kanssa vuorovaikutuksessa oleminen ei välttämättä tunnu niin uhkaavalta, kuin niiden ihmisten kanssa, jotka eivät ole kamppailleet päihdeongelman kanssa. Vertaistukiryhmissä käyvien päihdeongelmaisten ei tarvitse pelätä hylytyksi tulemista. Samalla vertaistukiryhmien kautta voi alkaa ymmärtää riippuvuuskäyttäytymisen puolustusmekanismeja ja oppia tunnistamaan niitä itsessään, kun havaitsee niitä myös muissa ihmisissä. Vertaistukiryhmien turvallisissa olosuhteissa päihdeongelmasta kärsivä voi alkaa purkaa puolustusmuurejaan; ensin sen osan, joka on sulkenut läheiset ulkopuolella ja vähitellen siitä päästää koko yhteiskunnan sisään. (Abraham & Twerski 2014, 116-117.)

Vaikka vertaistuella on suuri merkitys päihdetyössä, niin varsinainen päihdehoito kuuluu kuitenkin koulutetuille ammattilaisille (Häkkinen 2013, 22). Kuitenkin sekä ammattilaisten että vertaisten kokemusten ja osaamisen yhdistämisellä on syntynyt viime vuosina uusia toimintatapoja ja ammatillisen työn rinnalla vertaistoimintaa käytetäänkin entistä laajemmin. Vertaistojien sekä kokemusasiantuntijoiden ääntä on ruvettu ottamaan enemmän huomioon palvelujärjestelmässä palveluiden suunnittelussa, toteuttamisessa sekä arvioinnissa. Näin asiakkaiden tarpeet tulevat paremmin huomioituksi. Kunnat, seurakunnat sekä järjestöt järjestävät sekä ammattilaisten että koulutettujen vapaaehtoisten ohjaamia vertaistukiryhmiä. (Seppä ym. 2012, 140.)

Vertaistuki kuuluu yhtenä osana sosiaalisen tuen muotoihin kolmannen sektorin kansalaistoi-
mintaan. Vertaistukea tarvitaan erityisesti silloin, kun muut tukimuodot ovat riittämättömät tai eivät ole soveltuvia tukea tarvitsevien henkilöiden tarpeisiin. Silloin, kun palveluiden piiriin hakeutumiseen on korkea kynnys tai se on muuten vain hankaloitunut, tarvitaan niin sanottuja vastayhteisöjä, joiden avulla pystytään tavoittamaan heikommissa asemassa olevia. Varsinkin elämän poikkeustilanteissa ihminen kaipaa ja tarvitsee ympärilleen välittämistä ja mahdollisuutta jakaa omia kokemuksiaan muiden kesken. Vertaisryhmien avulla on mahdollisuus lieventää ja purata elämäntilanteeseen liittyviä haittoja ja siitä johtuvia ajatuksia leimautumisesta tiettyyn marginaaliin yhteiskunnassa. (Mikkonen 2011, 204- 205.)

Vertaistukea voidaan järjestää myös päihteidenkäyttäjien läheisille joko internetin välityksellä tai henkilökohtaisesti kasvokkain (Seppä ym. 2012, 140). Vertaistukiryhmiä on sekä avoimia, että suljettuja. Avoimiin ryhmiin voivat osallistua kaikki aiheesta kiinnostuneet, mutta suljettuihin ryhmiin otetaan mukaan vain viiteryhmään kuuluvia, omakohtaista kokemusta omaavia henkilöitä.

Helsingin A- Killan toiminta on alun alkaen 1960-luvulta saakka rakentunut toipujien ja läheisten omaehtoiselle toiminnalle. Vertaistoiminta on erittäin keskeinen osa Malmin yhteisötilan toiminnassa. Vertaisuuden näkökulma lähtee Helsingin A- Killan yhdistyssäännöistä, jotka velvoittavat yhdistyksen toimivan toipujien ja läheisten hyväksi ja edistävän päihdeettömää toimintaa. Täten Helsingin A- Killan täydentää julkisia mielenterveys- ja päihdepalveluita tuomalla kuntoutukseen ja toipumiseen asiakkaan äänen sekä toipujan oman näkökulman. Tärkeänä perusteena vertaisuuden arvostamiselle on myös kävijöiden sekä osallistujien sanomat kommentit, jotka kerta toisensa jälkeen saavat vakuuttumaan siitä, miten tärkeää on ylläpitää paikkaa, jossa ei tarvitse tuntea häpeää. ”Täällä ei tarvitse tuntea häpeää” on kävijän usein sanoma lause. (Soulanto 2018.)

Vertaistoiminta on läsnä päivittäisessä arjessa, vaikka sitä ei korosteta. Ihmiset, jotka tulevat Malmin yhteisötilaan, tietävät, että muillakin kävijöillä on tavalla tai toisella jokin yhteys mielenterveys- ja päihdetoipumisasioihin. Heidän keskinäinen toimintansa (esim. biljardin pelaaminen tai keskusteleminen) on siis vertaisten toimintaa, joka ehkäisee yksinäisyyttä ja luo yhteisöllisyyttä. Usein keskustelunaiheena on esimerkiksi juuri tämänhetkisessä yhteiskunnallisessa tilanteessa Kela-asiat ja aktiivimalli, jotka aiheuttavat huolta ja pohdintaa kävijöiden kesken. (Soulanto 2018.)

Yhteisötilassa käy myös vierailmassa muiden mielenterveys- ja päihdekuntoutuspaikkojen väkeä. Yhdistys on siis organisaationakin vertainen erilaisten samantyyppisiä asioita edistävien organisaatioiden kanssa. Kaikki Malmin yhteisötilan ohjaajat, joita on tällä hetkellä 3 henkilöä, ovat vertaistyöntekijöitä tai kokemusasiantuntijoita. He ymmärtävät omasta kokemuksestaan kävijöiden erilaisia tilanteita. (Soulanto 2018.)

3.4 Sosiaalinen osallisuus

Sosiaaliselle osallisuudelle ei ole vakiintunutta määritelmää, mutta yleisimmin käsitettä käytetään vastakohtana syrjäytymiselle. Sosiaaliselle osallisuudelle on monia eri näkemyksiä ja tapoja lähestyä, joten se on varsin mittava ja moninainen käsite. Sosiaalisen osallisuuden käsitteen lähtökohdat ovat yhteiskuntatieteellisissä teorioissa. Sosiaalipoliittisen näkökulman mukaan käsite mielletään valtion tehtäväksi huolehtia ja tukea kansalaisten osallistumista yhteiskuntaan. Sosiaalista osallisuutta kuvataan myös kokemuksellisenä, emotionaalisenä ilmiönä yksilötasolla. (Leeman ym. 2015b, 1.)

Tarkasteltaessa sosiaalista osallisuutta huomiota kiinnitetään yksilöiden sekä sosiaalisten ryhmien lisäksi myös yhteiskuntaan ja yhteisöihin. Sosiaalinen osallisuus yhteiskunnassa viittaa sellaisiin rakenteellisiin olosuhteisiin sekä käytäntöihin, joissa mahdollisuudet osallistua ovat hyvät ja syrjäytymisen riskit pienet. Se tarkoittaa ihmisten pääsyä erilaisiin suhteisiin ja organisaatioihin, jotka muodostavat elämän perusarjen. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 147.)

Eri maiden ja kansainvälisten järjestöjen ohjelmien kautta korostuu sosiaalisen osallisuuden tärkeys. Valtiot ovat merkittäviä toimijoita näissä sosiaalipoliittisissa ohjelmissa. Määritelmät sosiaalisesta osallisuudesta kansainvälisten- ja paikallisten organisaatioiden kesken vaihtelevat toimintaympäristön ja tavoitteiden mukaan. Sosiaalista osallisuutta kuvataan prosessiksi, jossa eri yksilöiden ja ryhmien osallisuutta yhteiskuntaan kohennetaan. Lisäksi prosessi kohentaa yhteiskunnasta syrjäytyneiden ihmisarvoa ja parantaa mahdollisuuksia osallisuuteen. Sosiaali- ja terveyshuollon kansallinen kehittämissuunnitelma (Kaste) korostaa konkreettisia sosiaalisen osallisuuden muotoja, esimerkiksi hyvinvointia ja terveyttä. Tämä tarkoittaa sitä, että kaikilla kansalaisilla on mahdollisuus terveyteen, koulutukseen, työhön, toimeentuloon, asuntoon ja sosiaalisiin suhteisiin. (Leeman ym. 2015b, 3.)

Osallisuuden viitekehys rakentuu monista eri teorioista, sillä tarvitaan enemmän kuin yksi teoria selventämään ihmisten toimintaa ja sitä, miten yhdessä oleminen toteutetaan. Osallisuuden viitekehys näyttää suuntaa siihen, millaiseen toimintaan, palveluihin ja politiikkaan kannattaa tähdätä, jotta etenkin huono-osaisimpien kansalaisten osallisuus erilaisista hyvinvoinnin lähteistä lujittuu. (Isola ym. 2017, 9.) Kuuluminen johonkin ryhmään tai yhteisöön ja siinä osallisena oleminen jo sinällään voi olla yksilölle voimaannuttava kokemus (Lundbom & Herranen 2011, 5).

Mahdollisuus sosiaaliseen vuorovaikutukseen sekä sosiaaliseen tukeen pidetään yhtenä sosiaalisen osallisuuden keskeisenä kuuluvana asiana. Sosiaalista tukea voi saada esimerkiksi perheenjäseniltä, ystäviltä tai muilta läheisiltä ihmisiltä sekä kirkon piiristä. Primaarisesti tueksi kutsutaan ydinperheen sisällä tapahtuvaa tukea ja sekundaarisesti sukulaisten ja muiden läheisten henkilöiden antamaa tukea. Tertiääristä tukea saadaan taas julkisten palveluiden kautta. (Järvikoski ym. 2011 151-152.)

Sosiaalinen osallisuus yleisenä tavoitteena tarkoittaa yksilöllisyyden sekä erilaisuuden hyväksymistä. Se viittaa käsitteenä aktiivisen osallistumisen mahdollisuuteen sekä yhteisön kehittymiseen, sillä tavoitin, että jäsenistä tulee yhteisön sekä yhteiskunnan keskenään tasa-arvoisia ja aktiivisia jäseniä. Sosiaalinen osallisuus voi kuitenkin tarkoittaa myös sitä, että jäsenillä on mahdollisuus päättää olla osallistumatta. (Järvikoski ym. 2011, 151.)

Malmin yhteisötilassa halutaan vahvistaa kävijöiden sosiaalista osallisuutta. Sosiaalinen osallisuus kuuluu Malmin yhteisötilan toimintaan ja yhteisötilan työntekijöiden kokemusten ja käsityksen mukaan vertaistuki sekä yhteisöön kuuluminen lievittää kävijöiden häpeän tunnetta,

yksinäisyyttä, ulkopuolisuuden tunnetta ja syrjäytymistä. Yhteisötila mahdollistaa kävijöilleen osallistumisen kokemuksia ja toimii päihdeettömän arkielämän tukena. Lisäksi se tarjoaa kävijöilleen yhteenkuuluvuuden tunnetta, turvallisuutta, avoimuutta sekä oikeudenmukaisuutta. (Soulanto 2018.) Yhteisötilassa kävijät saavat sekä yksilö- että ryhmätasolla erilaisia vuorovaikutustilanteita, jossa jokaisen mielipidettä ja valintoja kunnioitetaan, elleivät ne eroa vahvasti A-kiltatoiminnan arvojen kanssa. Tässä opinnäytetyössä tutkimme Malmin yhteisötilan kävijöiden kokemaa osallisuutta yhteisötilan toiminnassa. Sosiaalista osallisuutta tuetaan muun muassa järjestämällä erilaisia ryhmä- ja retkitoimintoja, osalla kävijöistä on vapaaehtoistehtäviä sekä ylipäättänsä yhteisötilassa käymällä saa sosiaalisia vuorovaikutustilanteita.

3.5 Arviointi

Arvioinnin lähtökohtana on tuottaa havaintoja, johtopäätöksiä ja kehittämissuosituksia arvioinnin kohteen vahvuuksista sekä kehittämisalueista. Arviointi voi olla etukäteen tehtävää arviointia, jatkuvaa arviointia tai jälkikäteen tehtävää arviointia. Arviointi saatetaan mieltää usein arvosteluksi, mitä se ei kuitenkaan ole. (Virtanen 2007, 23-25.)

Arviointia voidaan kuvata prosessiksi eli toisiinsa loogisesti liittyvien toimintojen sarjaksi. Se koostuu arvioinnin tarpeen määrittämisestä, muotoilusta, arviointikäsitteiden sekä kriteerien yksilöimisestä, eri työvaiheiden suunnittelusta, toteutuksesta ja raportoinnista sekä viimeisenä arvioinnista saamasta tiedosta. (Virtanen 2007, 142-143.)

Kun lähdetään työstämään arvioinnin suunnittelua, aluksi täytyy pohtia, miksi ja kenelle arviointia ollaan tekemässä. Suunnittelussa kannattaa ottaa huomioon myös se, ollaanko arviointia tekemässä työn kehittämisen vuoksi vai ainoastaan työn tulosten esittämiseksi toimintaa taloudellisesti tukeville tahoille vaiko kummastakin edellä mainitusta syystä. Toiminnan arvottamisen näkökulmaan vaikuttaa se, kenelle arviointia ollaan tekemässä ja millaisia seikkoja pidetään tärkeänä ja olennaisina onnistumisen kannalta. Tekijällä tulee olla selkeä kuva siitä, mikä on arvioinnin tarkoituksena, jotta siitä voisi olla hyötyä arvioinnin tilaajalle. Käytännössä arvioinnin suunnittelu käynnistyy arvioinnin hyötyjen ja tarpeen pohtimisella, jolloin luodaan arviointiasetelma. Samanaikaisesti selvitetään arvioitavan toiminnan tavoitteita ja ominaisuuksia. Sitten kun tekijälle on selvillä, miksi ja mitä ollaan arvioimassa, voidaan alkaa valmistelemaan kysymyksiä, joiden avulla saadaan kokoon arvioinnin kannalta merkittävää ja tarpeellista tietoa. (Soste.)

Tieto sosiaalityön vaikuttavuudesta on olennainen osa, kun pohditaan sosiaalityön tiedon tarpeita. Tähän tarvitaan ilmiötason tietoa muun muassa ihmisten hyvinvoinnin tilasta ja sen puutteista sekä siitä, millä tavalla sosiaaliset ongelmat heillä ilmenevät. Lisäksi on oltava tietoa hyvinvoinnin puutteista ja sosiaalisten ongelmien yhteiskunnallisista, yhteisöllisistä sekä yksilökohtaisista taustoista ja syistä. Edellä mainittujen seikkojen lisäksi tarvitaan tutkimustietoa, joka tulee erilaisten ratkaisukeinojen, toimintaprosessien ja toimintaohjelmien kehittämistä.

Näiden avulla voidaan arvioida, miten ongelmiin on mahdollista vaikuttaa eri tasoilla. Ajatuksena on pyrkiä analysoimaan esimerkiksi sitä, onko tavoitteita saavutettu, miten eri menetelmät ovat toimineet ja onko toimintaprosessi ollut vaikuttava. (Pohjola 2012, 28.) Kun tehdään arviointia asetettujen tavoitteiden pohjalta, silloin toimintaa verrataan asetettuihin tavoitteisiin ja arvioidaan, kuinka hyvin nämä tavoitteet on saavutettu (Oulasvirta 2007, 111).

4 Tutkimusmenetelmä

Tässä luvussa kerromme valitsemastamme tutkimusmenetelmästä ja tutkimuskysymyksistä, tutkimuksen toteutussuunnitelmasta, aiheeseen liittyvistä aiemmista tutkimuksista sekä lopuksi siitä, miten tutkimuksemme toteutus eteni.

4.1 Kvantitatiivinen tutkimus

Kvantitatiivinen tutkimus tarkoittaa määrällistä tutkimusta. Perusideana määrällisessä tutkimuksessa on kysyä pieneltä määrältä vastaajia tutkimusongelmaan liittyviä kysymyksiä, jotka ovat osa tutkittavaa ilmiötä. Kun vastaajia on pieni määrä, edustavat ne koko joukkoa eli perusjoukkoa ja tutkimuksen tuloksien katsotaan edustavan koko joukkoa. Kokonaistutkimuksessa vastaajien määrä voi olla vain muutamia kymmeniä (Heikkilä 2014). Määrällisen tutkimuksen tuloksia käsitellään mittaamalla saadusta aineistosta tilastollisilla menetelmillä. Jotta määrällinen tutkimus voidaan toteuttaa, on havaintoyksikköjä oltava niin sanotusti riittävä määrä (useita kymmeniä), jotta tutkimuksen tuloksia voidaan pitää luotettavina ja ne voidaan siirtää koskemaan koko perusjoukkoa. Määrällisessä tutkimuksessa tavoitteena on tuottaa perusteluja sekä luotettavaa ja yleistettävissä olevaa tietoa. (Kananen 2008, 17.)

Kvantitatiivinen tutkimus on prosessi, joka koostuu monista eri vaiheista ja sen lähtökohtana on tutkimusongelma, johon pyritään saamaan vastaus tai ratkaisu. Kun tarvittava tieto on saatu määriteltä, seuraavaksi selvitetään, miten tietoa kerätään ja mistä se saadaan hankittua. Jokainen tutkimusprosessin vaihe vaikuttaa seuraavaan vaiheeseen. Esimerkiksi tiedonkeruumenetelmä, jota on päätetty käyttää, vaikuttaa tutkimuksessa esitettäviin kysymyksiin. Tutkimuksessa käytettävät kysymykset ovat eräänlaisia mittareita, joiden avulla havainnollistetaan tutkittavaa ilmiötä. Tehdessä kyselyä lomakkeella, on otettava huomioon kysymysten asettelu ja myös lomakkeen ulkoasu. Oikeanlaisella kysymysten asettelulla pyritään välttämään virheellisiä tulkintoja kysymyksistä ja lisäksi lomakkeen ulkomuoto voi vaikuttaa halukkuuteen vastata kyselyyn. Ennen kyselylomakkeen varsinaista käyttöä tulee testata lomakkeen toimivuus ja ymmärrettävyys. Lomakkeen koekäytön jälkeen siihen voidaan tehdä tarvittavat muutokset ennen varsinaista toteutusta. (Kananen 2008, 11-12.)

Aineistonkeruu menetelmää valitessa tulee ottaa huomioon toimintaympäristö ja osallistujat (Virtanen 2007, 154). Kun aineisto on saatu kerättyä, siihen pohjautuvat tulokset täytyy analy-

soida ja käsitellä. Kerätystä aineistosta päätelmien lisäksi tehdään myös arvio toteutuksen onnistumisesta, mahdollisesta epäonnistumisesta ja miksi. Kehyksenä aineiston ja tuloksien analysoimiseen toimivat arviointikysymykset. Jos lopputulema ei ollut sellainen, mitä ennakkoon haluttiin, arvioinnin perusteella toimintatapaa voidaan kehittää ja kokeilla uudelleen toista ratkaisua. Mikäli kokeiltu menetelmä oli toimiva ja onnistunut, voidaan se vakiinnuttaa pysyväksi käytännöksi. (Koivisto, Pohjola & Blomqvist 2017, 13.)

Tutkimusongelma keskittyy tutkittavien henkilöiden kokemuksiin sekä ajatuksiin ja näiden paljastamiseen, ja opinnäytetyön tarkoituksena on ymmärtää tutkittavaa ilmiötä, josta ei ole vielä paljoa tietoa saatavilla. Valitsimme opinnäytetyömme toteutustavaksi kvantitatiivisen tutkimuksen ja nimenomaan kyselylomakkeen, koska sillä saadaan kerättyä aineistoa laajemmalta joukolta sekä voimme kysyä useampia kysymyksiä ja koemme saavamme vastauksen parhaiten tällä menetelmällä tutkimuskysymykseemme. Kyselystä saatuja tuloksia kuvaamme sanallisesti ja käytämme apuna kuvioita havainnollistamiseen. Tutkimusongelma ohjaa opinnäytetyössä aineistonkeruun menetelmää, jossa keskeistä on aineiston luotettavuuden perusta eli tutkittavien henkilöiden halu yhteistyöhön. Koska olemme Malmin yhteisötilan kävijöille melko vieraita, niin ajattelimme että lomakkeelle saamme totuudenmukaisempia vastauksia, kun saa vastata anonyymisti paperille.

Suunnitellessa aineistonkeruun menetelmää olemme ottaneet huomioon vastaajat sekä toimintaympäristön. Toteutimme aineistonkeruun heille ennakkoon tutussa ympäristössä, jotta he kokisivat kyselyyn vastaamisen turvalliseksi. Kyselyyn vastataan muun toiminnan ja oleskelun ohessa, siitä ei tehdä erillistä ohjelmanumeroa, eikä ketään pakoteta vastaamaan siihen. Kysely tehtiin paperisella lomakkeella, jotta kaikille vastaaminen olisi mahdollisimman helppoa, esimerkiksi kaikilla ei välttämättä ole riittäviä taitoja käyttää tietokonetta. Kävijät voivat halutessaan pohtia lomakkeen kysymyksiä myös toistensa kanssa. Pyrimme suunnittelemaan lomakkeen mahdollisimman selkeäksi ja helposti ymmärrettäväksi. Koekäytimme lomaketta ennen varsinaista kyselyä muutamilla opiskelu tovereillamme.

4.2 Tutkimuskysymykset

Tämän tutkimuksen tarkoitus oli kartoittaa, millaisena toimintaympäristönä kävijät kokevat Malmin yhteisötilan. Apukysymyksinä olivat, miten kävijät kokevat osallisuuden Malmin yhteisötilassa, onko Malmin yhteisötilan toiminta kynnyksetöntä sekä miten käyminen Malmin yhteisötilassa on vaikuttanut kävijöiden sosiaalisiin suhteisiin. Tutkimuskysymykset ovat muotoutuneet Malmin yhteisötilan toiminnan tavoitteisiin, opinnäytetyömme teoreettiseen viitekehykseen sekä opinnäytetyön tavoitteisiin pohjautuen.

Pyrimme selvittämään tutkimuskysymysten avulla, mitä mieltä Malmin yhteisötilan kävijät ovat yhteisötilan toiminnasta, onko heillä mahdollisuutta vaikuttaa toimintaan, onko toimintaan helppo tulla mukaan, sekä onko yhteisötilassa käyminen luonut heille uusia sosiaalisia suhteita.

Näillä tiedoilla kartoitetaan kävijöiden ajatuksia ja mielipiteitä yhteisötilan toiminnasta. Vastausten avulla voidaan arvioida toiminnan tavoitteiden tuloksia sekä tarvittaessa kehittää toimintaa vastaamaan enemmän kävijöiden toiveita ja tarpeita.

4.3 Tutkimuksen toteutus suunnitelma

Kävimme Malmin yhteisötilassa tapaamisessa marraskuussa 2017, jolloin kävimme yhdessä toiminnanjohtaja Marjo Soulannon kanssa läpi heidän toimintansa tavoitteita. Esitimme meidän kehittämisiä ideoita, jotka olivat kyselylomake, toivepuu sekä haastattelut. Päätimme rajata opinnäytetyömme toteutuksen kyselylomakkeeseen, sillä koimme, että toivepuusta on haastavaa saada sopivaa kirjallista arviointimateriaalia sekä haastatteluiden mukaan ottaminen kyselylomakkeen lisäksi olisi ollut liian suuri työmäärältään. Lisäksi myös mahdollisilla haastateltavilla henkilöillä on kuitenkin mahdollisuus vastata kyselylomakkeeseen. Kyselylomakkeella vastaukset ovat aina tietysti yleisempiä, mutta sillä saadaan kerättyä tietoa laajemmalla joukolla vastaajia, kuin esimerkiksi tehdessä haastatteluja. Lomakkeessa vastauksen saa halutessaan perustella, mutta jos perusteluja ei saada, likert-asteikolla vastattuihin kysymyksiin saa joka tapauksessa vastauksen siihen, kuinka tyytyväisiä tai tyytymättömiä toimintaan yleisesti ottaen ollaan ja pelkästään sillä saadaan kartoitettua kävijäkunnan mielipiteitä toiminnasta. Tyytymättömyyttä toimintaan voidaan kehittää esimerkiksi järjestämällä kävijöille toiminnan suunnittelupäivä tai pyytämällä suoraan suullista palautetta kehitysideoista ja toiveista.

Opinnäytetyön tiedonkeruumenetelmänä toimii siis kyselylomake. Kyselylomakkeessa on valittavissa eri vastausvaihtoehtoja ja kävijät saavat valita itselleen sopivimman vastausvaihtoehdon. Meillä on tarkoituksena olla itse paikalla yhteisötilassa yhtenä tai kahtena ensimmäisenä päivänä kyselyn toteutusviikolla auttamassa tarvittaessa kävijöitä lomakkeen täyttämässä ja vastaamassa heitä mietityttäviin kysymyksiin. Joillakin kävijöillä voi esimerkiksi olla fyysisiä esteitä täyttää lomaketta, niin voimme tämänkaltaisissa tapauksissa olla apuna. Muotoilimme kysymykset mahdollisimman selkeiksi ja niin, että kaikki varmasti ymmärtäisivät ne, emmekä käyttäneet esimerkiksi ammattisanastoa. Muokkasimme osaa kysymyksistä toimeksiantajan toiveiden mukaisiksi.

Lomakkeessa olevat kysymykset ovat väittämiä, joihin vastaaja saa valita itselleen sopivimman vaihtoehdon (kysymyksestä riippuen) ja lisäksi halutessa jokaisen vastauksen saa perustella. Vastausvaihtoehdot riippuvat hyvin paljon kysymyksistä; osassa vastataan joko "kyllä, ei tai en osaa sanoa" ja joissakin vastausvaihtoehdoissa on vastausasteikko "Täysin samaa mieltä, melko samaa mieltä, melko eri mieltä, täysin eri mieltä, en osaa sanoa." Samankaltaista kyselyä ei ole aiemmin toteutettu Helsingin A-Killalle, joten emme voi verrata kyselyä saatuja tuloksia edellisiin tuloksiin.

Kartoitamme lomakkeen alussa perustatiedot, jotka ovat:

- sukupuoli
- ikähaarukka
- Kuinka kauan olet ollut mukana Malmin yhteisötilan toiminnassa?
- Miten olet löytänyt Malmin yhteisötilaan?
- Kuinka usein vieraillet yhteisötilassa?

Pyrimme näillä perustiedoilla selvittämään Malmin yhteisötilan tämän hetkistä kävijäkuntaa ja mikä saa ihmiset käymään siellä. Perustaustatiedot perustuvat Malmin yhteisötilan kävijätilastointiin sekä STEA:n arviointi kriteereihin. Tärkeänä selvitettävä tietona oli myös se, miten ihmiset ovat löytäneet Malmin yhteisötilaan. Samalla tämän vastauksen pohjalta voidaan pyrkiä laajentamaan yhteisötilan kävijäkuntaa tiedottamalla toiminnasta niihin paikkoihin, joihin se ei vielä yllä.

Aluksi pohdimme, suuntaammeko lomakkeen kysymykset ainoastaan päihdetoipujille, vai haluammeko mahdollisesti ottaa huomioon myös mahdolliset läheiset, jotka sattuvat vierailemaan Malmin yhteisötilassa sinä aikana, kun keräämme aineistoa. Päätimme kuitenkin rajata mahdolliset läheisten vastaukset pois, sillä läheisten vierailut Malmin yhteisötilassa eivät ole niin aktiivisia. Kysyimme vielä Malmin yhteisötilan henkilökunnalta läheisten näkyvyyttä yhteisötilan toiminnassa; he kertoivat, ettei läheisten rooli ole korostunut Malmin yhteisötilan toiminnassa, vaikka jokaisella kävijällä joku läheinen kuitenkin löytyy. Tämä oli melko painava syy jättää läheisten rooli pois lomakkeesta; heitä ei itse Malmin yhteisötilassa paikan päällä käy, paitsi läheistenryhmässä. Läheisten rooli ei tule välttämättä niin näkyviin matalan kynnyksen toiminnassa kuin esimerkiksi päihdehoidossa.

Lomakkeen varsinaiset kysymykset ovat:

1. Koen itseni tervetulleeksi Malmin yhteisötilaan
2. Malmin yhteisötilassa käyminen on helpottanut tunnettani siitä, ettei minun tarvitse olla asioideni kanssa yksin
3. Olen tutustunut uusiin ihmisiin Malmin yhteisötilassa
4. Minulle on tärkeää tavata vertaisia (saman kokeneita) Malmin yhteisötilassa
5. Vertaistuki ja yhteisöllisyys Malmin yhteisötilassa on tärkeää minulle päihteidenkäytön vähentämisessä/päihdeettömän elämän ylläpitämisessä

6. Vertaistuki ja yhteisöllisyys Malmin yhteisötilassa on tärkeää minulle mielenterveyden ja hyvinvoinnin ylläpitämisessä
7. Malmin yhteisötilassa on turvallinen ilmapiiri
8. Saan halutessani tukea itseäni askarruttavien asioiden hoitamisessa Malmin yhteisötilassa
9. Millaista tukea tarvitsisin enemmän?
10. Olen osallistunut Malmin yhteisötilassa vapaaehtoistoimintaan? (esim. suunnittelu, kaverin tukeminen, retkitoiminnan järjestäminen)
11. Olen osallistunut retkiin, tapahtumiin tai ryhmätoimintaan?
12. Olen tyytyväinen yhteisötilan aukioloaikoihin

Jos vastasit ei, millaisia muutoksia toivoisit?

Odotimme saavamme vastauksen tutkimuskysymyksiimme vastauslomakkeen kysymysten avulla. Kysymykseen ”Millaisena toimintaympäristönä kävijät kokevat Malmin yhteisötilan?” haettiin vastausta kysymysten 1, 2, 4, 6, 7, 8 ja 9 avulla. Apukysymykseen ”Miten kävijät kokevat osallisuuden Malmin yhteisötilassa?” haettiin vastausta kysymyksillä 10 ja 11. Toiseen apukysymykseen ”Onko Malmin yhteisötilan toiminta kynnyksetöntä?” haettiin vastausta kysymyksellä 12. Kolmanteen apukysymykseen ”Miten käyminen Malmin yhteisötilassa on vaikuttanut kävijöiden sosiaalisiin suhteisiin?” haettiin vastausta kysymyksellä 3.

Esitettävät kysymykset pohjautuvat opinnäytetyön teoreettiseen viitekehykseen, tutkimuksen tavoitteisiin, tutkimuskysymyksiin sekä Malmin yhteisötilan toiminnan osatavoitteisiin. Toiminnan päätavoitteena on, että kohderyhmään kuuluvat kokevat itsensä hyvinvoiviksi ja tasa-arvoisiksi kansalaisiksi, joilla on täysi ihmisarvo. Kohderyhmää ovat päihde- ja mielenterveystoipujat sekä heidän läheisensä. Osa kävijöistä on psykiatria- ja päihdekeskuksen asiakkaita ja osa muualta tulevia. Kävijöistä ei tehdä asiakasmerkintöjä. Osatavoitteita, joiden avulla toiminnassa suunnataan kohti päätavoitetta ovat mm. sellaisen matalan kynnyksen tilan ylläpitäminen, jossa päihde- ja mielenterveysongelmista kärsivä ja toipuva voi viettää päihteetöntä aikaa sekä kohdata vertaisia turvallisessa ilmapiirissä. Kävijöillä on myös mahdollisuus osallistua yhteistoimintaan ja tehdä matalan kynnyksen vapaaehtoistyötä kukin omien voimavarojensa mukaan. Lisäksi kävijöille tarjotaan vapaan yhdessäolon lisäksi sellaisia toimintamahdollisuuksia (esim. keskusteluryhmät, retket), joiden kautta he voisivat tutustua toisiinsa, saada apua yksinäisyyteen sekä kokea osallisuutta. (Soulanto 2018.)

Päädymme paperiseen kyselylomakkeeseen siksi, että kaikilla halukkailla vastaajilla ei välttämättä ole tarpeeksi vahvaa tietoteknistä osaamista, jotta vastaaminen kyselyyn olisi heille

mahdollisimman helppoa. Ajattelimme, että saisimme myös totuudenmukaisempia vastauksia, kun mahdollisuutena on vastata anonyymisti paperille, kuin esimerkiksi haastattelua tehdessä puhua meille suoraan. Yhteisötilassa ei kerätä asiakasrekisteriä, anonyyminä asiointi voi lisätä joillekin turvallisuuden tunnetta. Lisäksi olemme kävijöille tuntemattomia henkilöitä, esiinnyimme heille niin sanotusti ammattilaisen roolissa, joten heillä ei välttämättä ole luottamusta meitä kohtaan. Jos tekisimme haastatteluja, osa vastaajan anonyymiydestä katoaisi, vaikka emme tekisikään haastatteluja nimellä.

Lisäksi päätimme yhdessä toiminnanjohtajan kanssa hankkia vastaajille herkkukorin, jotta mahdollisimman moni innostuisi vastaamaan kyselyyn ja he voivat valita korista itselleen mieleisen "palkinnon" vastaamiseen osallistumisesta. Saamme A-killalta pienen budjetin herkkukorin hankkimiseen. Kyselyyn vastaamiseen aikaa on yksi viikko. Emme halunneet tehdä kyselystä liian pitkää, emmekä laittaneet siihen kuin kaksi avointa kysymystä, ettei se vaikuttaisi halukkuuteen vastata kyselyyn. Avoimilla kysymyksillä saisi laajempaa sekä tarkennettua tietoa, mutta mielestämme tämä ei tapa ei sovi kyseiselle kohderyhmälle, sillä avoimia kysymyksiä voi olla vaikea hahmottaa ja vastaamiseen myös kuluu enemmän aikaa kuin monivalintakysymyksiin vastatessa. Haastatteluilla saisi myös tarkempaa tietoa, mutta kyselylomakkeen avulla saadaan kerättyä vastauksia laajemmalta joukolta.

Lomakkeen suunnittelussa käytimme hyödyksi saamaamme tietoa Malmin yhteisötilan toiminnan tavoitteista, jotta tutkimus vastaisi opinnäytetyön tarkoitukseen sekä tavoitteisiin, ja otimme huomioon myös toimeksiantajan esittämät toiveet. Koska kyselyn toteutukseen on varattu aikaa viikko, oletamme, että saamme melko laajalta joukolta vastauksia. Jos vastausaikaa olisi esimerkiksi vain 2 päivää, voisi tulla suppeat tulokset, koska joillakin voi olla tietty vakio-päivä yhteisötilassa vierailuun esimerkiksi vain kerran viikossa. Pidimme realistisena tavoitteena saada vastauksia noin 20- 30 kävijältä, sillä kevään 2018 kävijämäärätilastojen mukaan eri kävijöitä oli ollut jopa 40 yhdessä päivässä. Lisäksi kävimme muutamaan otteeseen tutustumassa yhteisötilan toimintaan sekä kävijöihin ja ainakin silloin he ottivat meidät hyvin vastaan.

Varmistaaksemme, että vastauksia olisi mahdollisimman paljon, sekä toimiaksemme tutkimusetiikan mukaisesti, teemme etukäteen esitteen Malmin yhteisötilan ilmoitustaululle, missä kerromme lyhyesti tulevan kyselyn aiheesta ja ajankohdasta. Näin ollen pystymme myös varmistamaan, että mahdollisimman moni olisi tietoinen kyselystä. Lisäksi olemme itse paikan päällä kahtena ensimmäisenä päivänä kyselyn toteutusviikolla kertomassa opinnäytetyöstämme sekä kannustamassa kävijöitä vastaamaan kyselyyn. Saatamme mahdollisesti käyttää hyödyksi jotain luovaa toimintaa, jotta se vaikuttaisi positiivisesti vastaajamäärään.

Tuloksien analysoinnin menetelmänä käytämme tilastollista päättelyä, eli tulosten yleistämistä. Aiomme käyttää kuviointia tai taulukointia apuna havainnollistamaan tutkimuksemme tuloksia. Lisäksi analysoimme tuloksia sanallisesti.

4.4 Aiemmat tutkimukset

Otranen (2016) on tehnyt tutkimuksen opinnäytetyönään A- Kiltujen päiväkeskustoiminnasta. Tavoitteena hänellä oli selvittää, mitä A- Kiltalainen päivätoiminta on ja onko siinä olemassa jotakin selkeästi tunnistettavia piirteitä, joista päivätoiminta A- Killoissa muodostuu. Samalla hän pohti A- Kiltujen Liitto ry:n ja paikallisten A- Kiltujen yhteisiä rajapintoja palvelutuotannoksi laskettavan päivätoiminnan suhteen. Tutkimus toteutettiin puhelinhaastatteluilla. Tutkimus oli ensimmäinen A- Kiltujen Liitto ry:ssä toteutettu selvitys nimenomaan yleisesti päiväkeskustoiminnasta. Aikaisemmin oli tehty yksittäisistä päiväkeskuksista opinnäytetöitä ja raportteja, mutta ei kokonaisvaltaisesti kaikista A- Kiltujen toimipaikoista. Tutkimuksella saatiin luotua näkemys siitä, mitä A- Kiltujen päiväkeskustoiminta on, keitä on kohderyhmässä ja millaiset tavoitteet siinä on. Otranen tuo opinnäytetyössään esille myös niitä kohtia, joissa tulevaisuudessa voi tehdä tiiviimmän yhteistyötä paikallisten A- Kiltujen päiväkeskuksen ja A- Kiltujen Liitto ry:n välillä. Mukaan tutkimukseen oli rajattu 30 A- Kilttaa, siten, että A-kilta toimii tietyssä nimetyssä tilassa, useampana päivänä viikossa ja tarjoaa muutakin kuin pelkän tilan. Lopullisesti selvitykseen saatiin vastauksia yhteensä 27 A- Kiltalta. Tutkimuskysymyksiä olivat: Mitä on A-kiltalainen päivätoiminta? Keitä A-kiltalainen päiväkeskus tavoittaa? Mihin tarpeisiin A-kiltujen päiväkeskuksilla vastataan? Lopputuloksena selvitykselle oli, että ei ole olemassa yhtä ainoaa tapaa toteuttaa A- Kiltalaista päiväkeskustoimintaa. Sitä toteutetaan jokaisen omien resurssien puitteissa ja paikallisten kävijöiden tarpeiden mukaan. Myöskään jatkossa ei ole tarkoitus kehittää mitään tiettyä toimintatapaa käytettäväksi kaikkiin päiväkeskuksiin. (Otranen 2016.)

Hakala ja Reinikka (2010) ovat opinnäytetyössään selvittäneet päihdekuntoutujien kokemuksia vertaistuesta Seinäjoen A- Killassa sekä A- Killan osuutta päihdeettömyydessä. Tavoitteena heillä oli lisätä tietoa A-killasta ja vertaistuen merkityksestä päihdekuntoutujille ja muille asiasta kiinnostuneille. Selvityksen toteuttamiseen käytettiin laadullista tutkimusmenetelmää, puolistrukturoituja teemahaastatteluja yhteensä neljälle päihdekuntoutujalle sekä osallistavaa havainnointia. Tutkimuskysymyksiä olivat: Mitä kautta päihdekuntoutajat ovat löytäneet A-killan? Millaisia ovat päihdekuntoutujien näkemykset A-killasta? Millä tavoin Seinäjoen A-kilta tukee päihdekuntoutujia heidän päihdeettömyydessään? Mitä Seinäjoen A-killan yhteisö merkitsee päihdekuntoutujille? sekä miten Seinäjoen A-killassa vertaistuki toimii? Tutkimuksesta saatujen tulosten mukaan päihdekuntoutajat olivat tyytyväisiä Seinäjoen A- Killan toimintaan ja kokivat siitä olevan apua päihdeettömyydessä. Yhteisön ja jäsenten välinen vertaistuki koettiin toimivan hyvin. A- Killan yhteisöä pidettiin avoimena, mikä tuo turvaa, sosiaalisia kanssakäymisiä sekä toimintaa. Vapautunut ilmapiiri ja hyvä yhteishenki katsottiin tärkeäksi tekijäksi kokemusten jakamisessa. Kävijät kokivat A- Killan tärkeänä paikkana ja toivoivat toiminnan jatkuvan edelleen, koska he kokivat vertaistuen merkityksellisenä. (Hakala & Reinikka 2010.)

Leminen (2011) on tutkinut opinnäytetyössään päihdekuntoutujien ajatuksia Etelä- Saimaan A-Killan merkityksestä. Tarkoituksena oli tutkia Etelä- Saimaan A- Killan toimintaa päihdekuntoutujien näkökulmasta ja tavoitteena tuoda esille heidän kokemuksensa sen merkityksestä. Tutkimuksessa selvitettiin, mitkä ovat A- Kiltatoiminnan voimavaroja, mikä saa päihdekuntoutujat lähtemään toimintaan mukaan ja mitä hyötyä siitä on heille sekä mitkä seikat ovat haitaksi tai uhkaavat toimintaa ja miten toimintaa voisi kehittää. Aineisto kerättiin yksilöllisillä teema-haastatteluilla. Tutkimuskysymykset olivat: Mitkä ovat toiminnan voimavaroja ja mikä saa päihdekuntoutujan lähtemään mukaan toimintaan? Mitä hyötyä Etelä-Saimaan A-killan toiminnasta on päihdekuntoutujalle? Mitkä asiat ovat haitaksi tai uhkaavat Etelä-Saimaan A-killan toimintaa? sekä miten toimintaa voisi kehittää? Tutkimustulosten perusteella A- Kiltaan hakeudutaan sosiaalisten kanssakäymisten, ilmapiirin, auttamisen ja johonkin kuulumisen tarpeen vuoksi. Toiminnan vahvuuksiksi koettiin vertaisuus, yksilön valinnan vapaus sekä muut toiminnan ominaispiirteet. Etelä- Saimaan A- Killan toiminnasta koettiin olevan psyykkistä, sosiaalista sekä konkreettista hyötyä. Toimintaa haittaavina tai uhkaavina tekijöinä taas koettiin tila- ja taloudelliset ongelmat, toimijoiden ja kävijämäärien vähentyminen, toiminnan ja tarpeen välinen ristiriita sekä yhteistyöhön liittyvät ongelmat. Tutkimuksen tulokset osoittavat sen, että vertaisuella on suuri merkitys osana päihdepalveluja. (Leminen 2011.)

Meidän opinnäytetyöllä on myös samanlaisia tavoitteita kuin näissä tutkimuksissa, eli pyritään selvittämään kävijöiden kokemuksia A- Kilta toiminnasta. Samanlaista tutkimusta ei ole aiemmin toteutettu Helsingin A- Killalle. Valitsimme eri menetelmän kuin aikaisemmat opinnäytetyön tekijät, sillä meidän tutkimuksemme perustuu ilmiön mittaamiseen ja heidän tutkimuksensa perustui ilmiön hahmottamiseen.

4.5 Tutkimuksen toteutus

Tässä luvussa kerromme, mitä tutkimuksen toteutusvaiheessa tapahtui. Toteutusvaihe ei edennyt alkuperäisen suunnitelmamme mukaan.

Järjestimme seuraavan tapaamisen Malmin yhteisötilaan heinäkuussa 2018, jolloin tarkoituksena oli käydä läpi lomakkeen kysymykset sekä muut tarpeelliset järjestelyt ennen aineistonkeruun alkamista. Toiminnanjohtaja oli tyytyväinen lomakkeen kysymyksiin ja parantelimme ainoastaan muutamaa sanamuotoa joistakin kohdista, jotta kaikki olisimme tyytyväisiä kyselylomakkeen lopputulokseen. Päätimme myös poistaa vastausvaihtoehdon “en koe tätä tärkeäksi”. Alkuperäisen suunnitelman mukaan ideana oli se, että olisimme itse pari ensimmäistä päivää Malmin yhteisötilassa kertomassa kävijöille opinnäytetyömme aiheesta sekä miksi ja miten sen toteutamme. Toiminnanjohtaja oli kuitenkin käynyt asiaa läpi työryhmän kesken ja he olivat päätyneet ratkaisuun, että on parempi, ettemme ole opiskelijoina paikalla. He perustelivat tätä sillä, että saisivat luultavasti paremmin vastauksia kävijöiltä, kun tutut työntekijät kertovat kyselylomakkeesta sekä toteuttavat sen omin voimineen. Toiminnanjohtaja oli myös

sitä mieltä, että aiemmin suunnitteleamme herkkukori idea voidaan jättää pois, sillä todennäköisesti vastauksia saataisiin tarpeeksi myös ilman sitä. Myös suunnittelemamme esite Malmin yhteisötilan ilmoitustaululle, jonka tarkoituksena oli kertoa kyselystä ja opinnäytetyöstämme jätettiin pois, sillä toiminnanjohtaja oli sitä mieltä, että työntekijät kertovat aiheesta aktiivisesti kävijöille, emmekä toisin sanoen tarvitse esitettä.

Ennen kuin menimme tapaamaan toiminnanjohtajaa, keräsimme palautetta sen hetkisestä lomakkeesta ennen kyselyn toteuttamista myös opiskelukavereiltamme. Saimme yhteensä neljä palautetta. Kaksi heistä olivat sitä mieltä, että lomake on selkeä ja ymmärrettävä, eikä kaipaakaan enää muutoksia. Yksi kehittämis ehdotus oli, että siirrämme kyselyn lopussa olevan informaation lomakkeen alkuun, jotta se toimisi saatekirjeenä kyselyyn vastaajille heti alussa, loppuun ehdotettiin laittamaan vain kiitokset osallistumisesta kyselyyn. Toinen kehittämis ehdotus oli, että taustatietojen ikä kysymyksen kohdalle laitettaisiin v numeroiden perään jokaisen vaihtoehdon kohdalle, jotta kysymys ymmärrettäisiin selkeämmin, että kyse on ikävuosista tai vaihtoehtoisesti sanan ikä perään (vuosina). Toteutimme kehittämis ehdotukset, sillä koimme niiden tuovan enemmän selkeyttä lomakkeeseen ja ne olivat hyviä huomioita.

Olimme suunnitelleet, että aineistonkeruu kestäisi viikon verran, mutta toiminnanjohtaja pohti sitä, saisimmeko riittävästi vastauksia siinä ajassa ja sovimme lopulta aineistonkeruun päättyväksi 6.9.2018, joka poikkesi huomattavasti alkuperäisestä suunnitelmasta. Uusi naistenryhmä oli alkamassa syyskuun alussa ja toiminnanjohtaja halusi mahdollisuuden kerätä myös tämän ryhmän osallistujilta vastauksia kyselyyn. Uuden tapaamisen Malmin yhteisötilaan sovimme samaiselle päivälle, jolloin aineiston kerääminen loppuu ja kävisimme yhdessä läpi tuloksia. Sovimme myös, että toiminnanjohtaja lähettää meille postitse kyselylomakkeita sitä mukaan, kun niitä tulee.

Menimme syyskuussa 2018 tapaamaan Malmin yhteisötilaan toiminnanjohtajaa sekä käymään läpi kyselylomakkeiden tuloksia. Olimme huomanneet, että kyselylomakkeita oli muokattu jonkin verran alkuperäisestä saadessamme osan vastauksista aiemmin jo postitse. Toiminnanjohtaja oli muokannut hieman kyselylomakkeen ulkoasua vaihtamalla siihen eri kuvan sekä muuttanut esittelytekstiä. Alkuperäisessä kyselylomakkeessa luki; "Kysely järjestetään yhdessä Helsingin A-killan ja Laurea ammattikorkeakoulun opiskelijoiden kanssa. Vastauksia käytetään Malmin yhteisötilan toiminnan arviointiin ja kehittämiseen sekä Laurean opiskelijoiden opinnäytetyöhön. Vastaaminen kyselyyn on vapaaehtoista ja siihen ei kerätä henkilötietoja." Helsingin A-killalta oli muokannut tekstiä kirjoittamalla alkuun; "Kysely toteutetaan elo- syyskuussa 2018 Helsingin A-killan ja Laurea ammattikorkeakoulun opiskelijoiden yhteistyönä."

Myös muutaman kysymyksen asettelua oli kokonaan vaihdettu. Alapuolella olevassa listassa näkyy kaikki muutokset, jotka lomakkeeseen on tehty, ylempi rivi on meidän alkuperäinen kysymyksen muotoilu ja alapuolella näkyy Malmin yhteisötilan tekemät muutokset.

“Kuinka usein vierailet yhteisötilassa”

“Kuinka usein käyt Malmin yhteisötilassa”

“Malmin yhteisötilassa käyminen on helpottanut tunnettani siitä, ettei minun tarvitse olla asioideni kanssa yksin.”

”Malmin yhteisötilassa käyminen on helpottanut tunnettani siitä, että olen asioideni kanssa yksin.”

“Minulle on tärkeää tavata vertaisia (saman kokeneita) Malmin yhteisötilassa”

“Minulle on tärkeää tavata vertaisia (samantyyppisiä asioita kokeneita) Malmin yhteisötilassa.”

“Saan halutessani tukea itseäni askarruttavien asioiden hoitamisessa Malmin yhteisötilassa”

“Saan halutessani tukea itseäni askarruttavien asioiden käsittelemisessä ja hoitamisessa Malmin yhteisötilassa.”

“Millaista tukea tarvitsisin enemmän?”

“Tarvitsisin enemmän tukea.”

“Olen osallistunut Malmin yhteisötilassa vapaaehtoistoimintaan (esim. suunnittelu, kaverin tukeminen, retkitoiminnan järjestäminen)”

“Olen osallistunut Malmin yhteisötilassa yhteisön kehittämiseen tai muuhun vapaaehtoistoimintaan (esim. retkitoiminnan suunnittelu tai muu suunnittelukokous, kaverin tukeminen, kahvinkeitto, ryhmän vetäminen).”

“Olen osallistunut retkiin, tapahtumiin tai ryhmätoimintaan”

“Olen osallistunut Helsingin A-killan retkille, tapahtumiin tai ryhmätoimintaan.”

“Olen tyytyväinen yhteisötilan aukioloaikoihin. Jos vastasit ei, millaisia muutoksia toivoisit?”

“Olen tyytyväinen yhteisötilan aukioloaikoihin (ma-pe klo 9-16, su klo 10-16, lisäksi iltatoimintaa kesällä maanantaisin sekä syksyllä maanantaisin naistenillat ja tiistaisin äijäillat)”

Kyselylomakkeen loppuun olimme vielä laittaneet; “Kiitos vastauksistasi!” Uusitusversiossa oli laitettu tähänkin vielä muutos; “Tähän voit kertoa vapaasti kommenttejasi, terveisiä ja toiveitasi Malmin yhteisötilan toiminnan kehittämiseksi”. Opinnäytetyön lopussa on liite alkuperäisestä kyselylomakkeesta (liite 1) ja uusittu versio (liite 2) Helsingin A-killan toimesta.

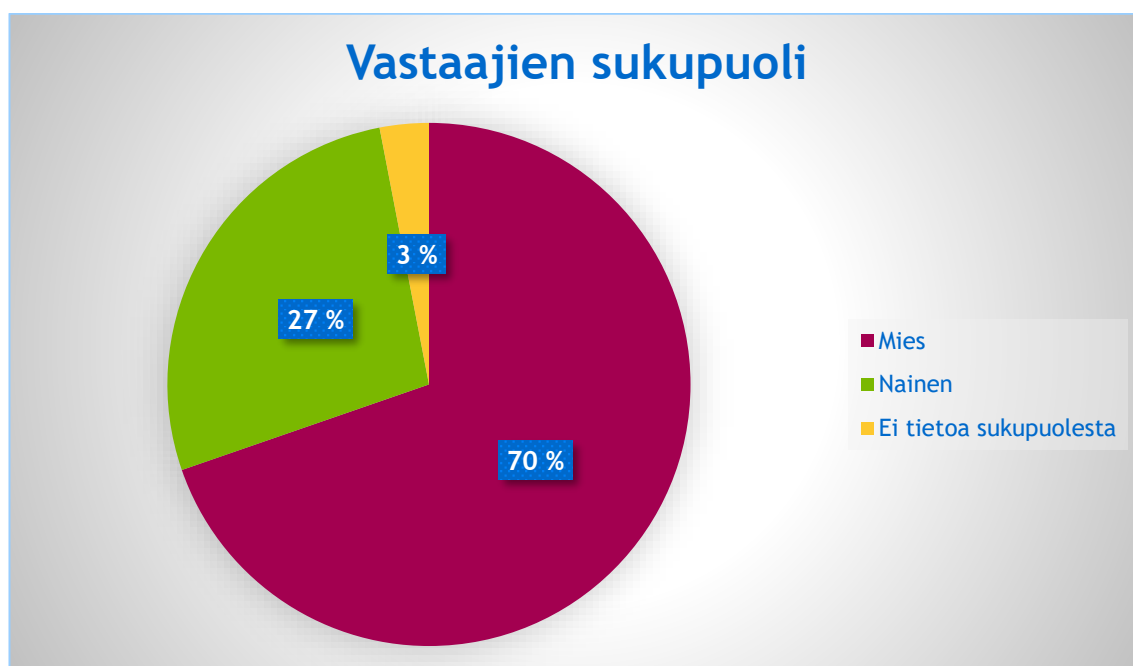
Tapaamisella meille kävi myös ilmi, että Malmin yhteisötilan toiminnanjohtaja oli tehnyt itse esitteen ilmoitustaululle, mikä kertoi opinnäytetyöstämme ja miksi olemme järjestäneet kyselyn. Kiitoksena vastaamisesta kyselyyn oli myös saanut joko kahvin tai virvoitusjuoman. Malmin yhteisötilan tekemästä mainoksesta on myös liite opinnäytetyön lopussa (liite 3).

Aineistonkeruu-aika oli 14.8-6.9.2018. Malmin yhteisötilassa on käytössä vieraskirja, johon halukkaat kävijät saavat päivittäin merkitä vierailunsa yhteisötilassa. Vaihtoehtoina sukupuolille on miehet, naiset sekä muut, sillä kaikki kävijät eivät joko halua kertoa sukupuoltaan tai vaihtoehtoisesti määrittellä sitä. Yhteensä vieraskirjaan merkittyjä käyntejä tuolla ajalla oli 441 käyntiä, joista miehiä oli 269 ja naisia 150 sekä 22 niitä, jotka eivät halunneet kertoa sukupuoltaan tai määrittellä sitä. Vastauksia saimme yhteensä 33, mikä oli mielestämme hyvä tulos ja ennakkoon miettimämme toive vastaajien määrästä täyttyi ja jopa ylittyi. Tulos oli hyvä myös siinä mielessä, että emme itse voineet vaikuttaa vastauksien määrään, koska emme tehneet ensin suunniteltua mainosta, emmekä olleet itse paikalla motivoimassa yhteisötilan kävijöitä.

5 Tutkimustulokset

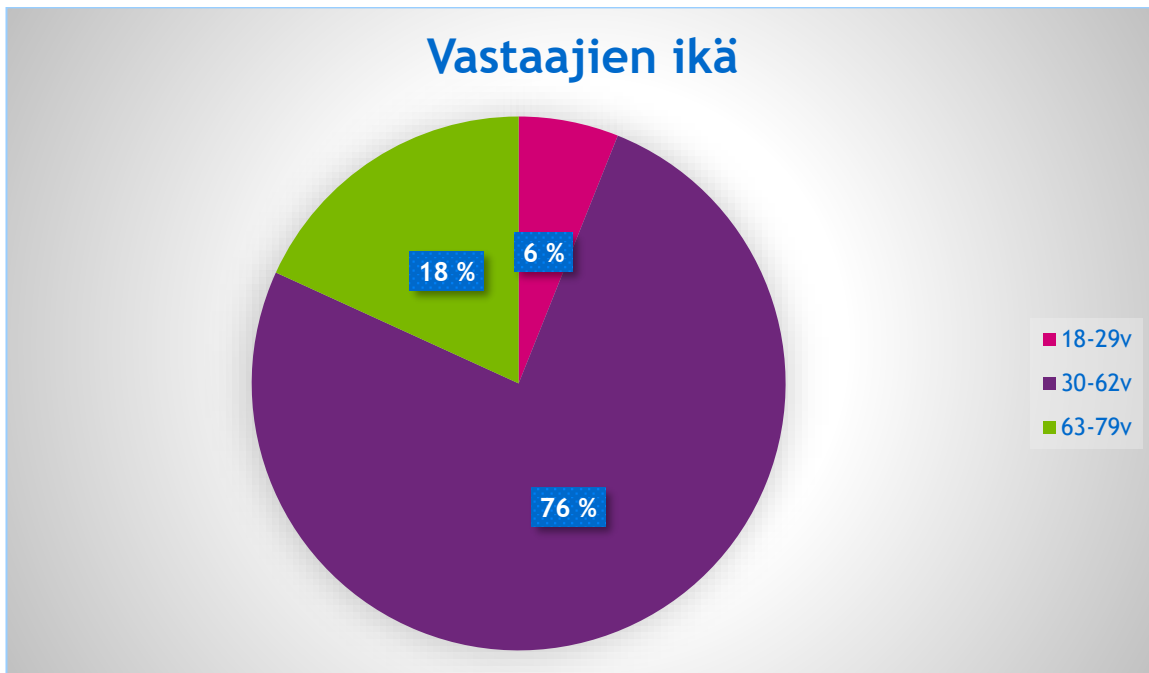
Tässä kappaleessa on nähtävillä tutkimuksen tulokset kuvioituna ja sanallisesti avattuina. Kyselyyn vastasi yhteensä 33 henkilöä. Ensimmäisenä näemme kyselylomakkeen taustatiedot ympyräkuvioina, jossa on näkyvissä myös prosentit. Sen jälkeen tulee lomakkeen varsinaisten kysymysten tulokset taulukoituna. Lopussa on vielä lomakkeen taustatiedot- kohdan avoimen kysymyksen vastaukset.

Taustatietojen taulukot:



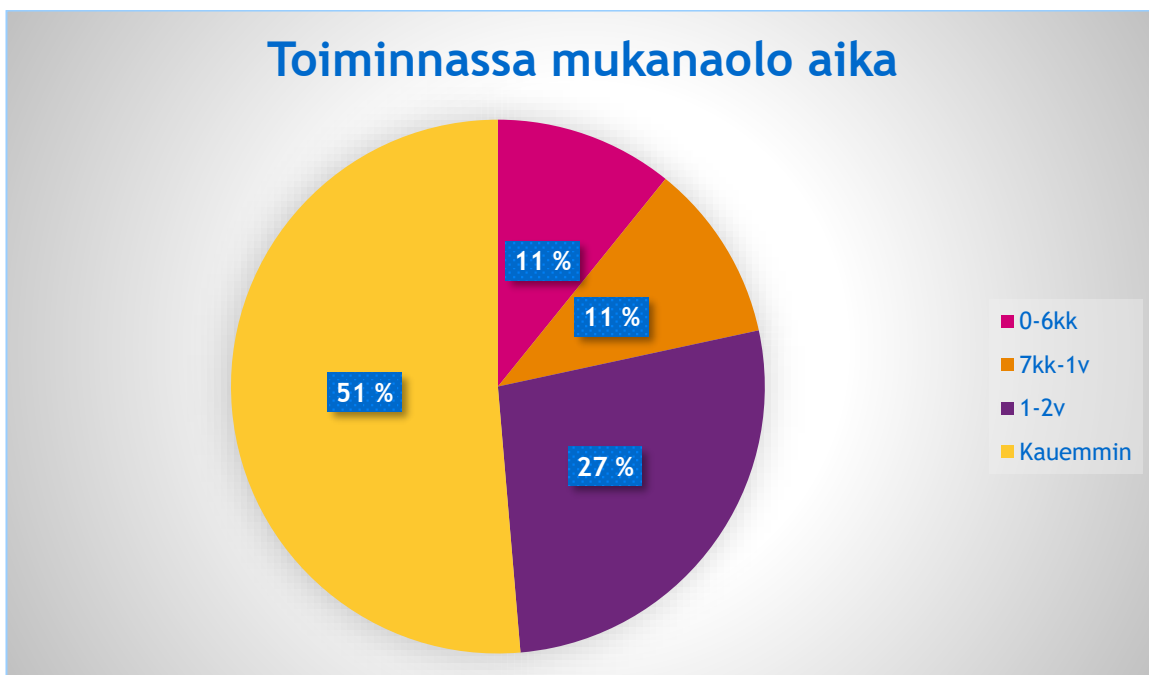
Kuvio 1. Malmin yhteisötilan kyselyyn vastanneiden sukupuolijakauma (n=33).

Malmin yhteisötalalla järjestettyyn kyselyyn vastasi yhteensä 33 henkilöä, joista miehiä oli 23, naisia 9 sekä 1 henkilö, joka ei halunnut kertoa sukupuoltaan.



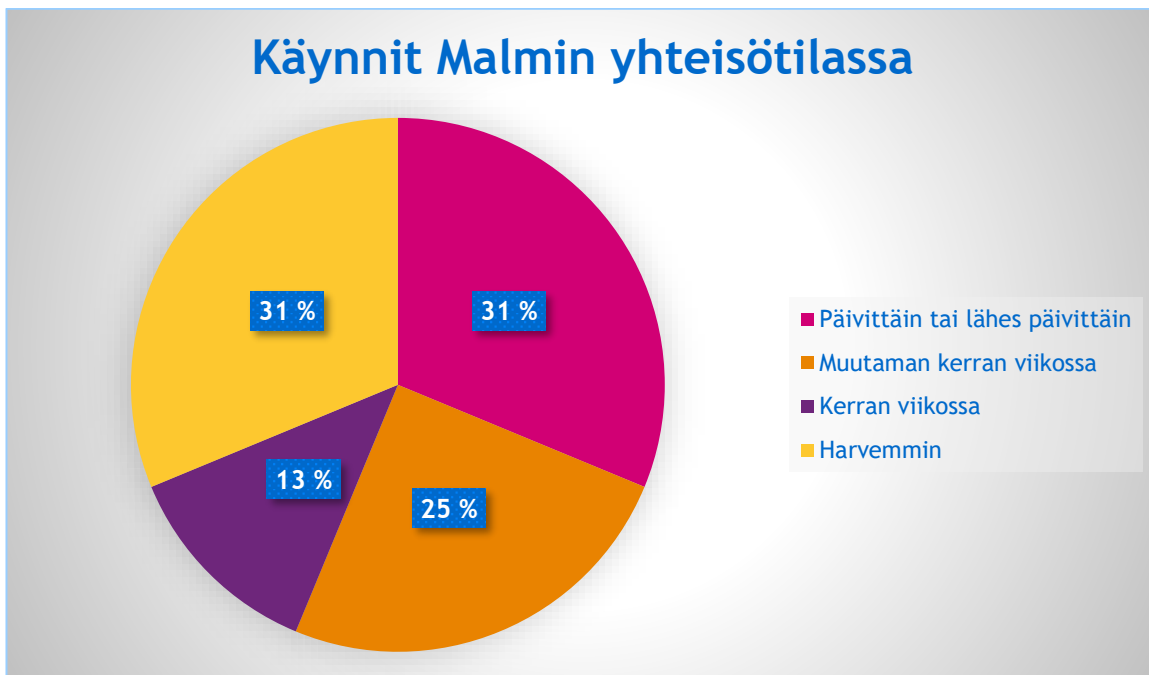
Kuvio 2. Malmin yhteisötalalla kyselyyn vastanneiden ikäjakauma (n=33).

Kaikista vastaajista 2 oli iältään 18-29 -vuotiaita, 25 oli iältään 30-62 -vuotiaita ja 6 oli iältään 63-79- vuotiaita.



Kuvio 3. Toiminnassa mukanaolo aika (n=33).

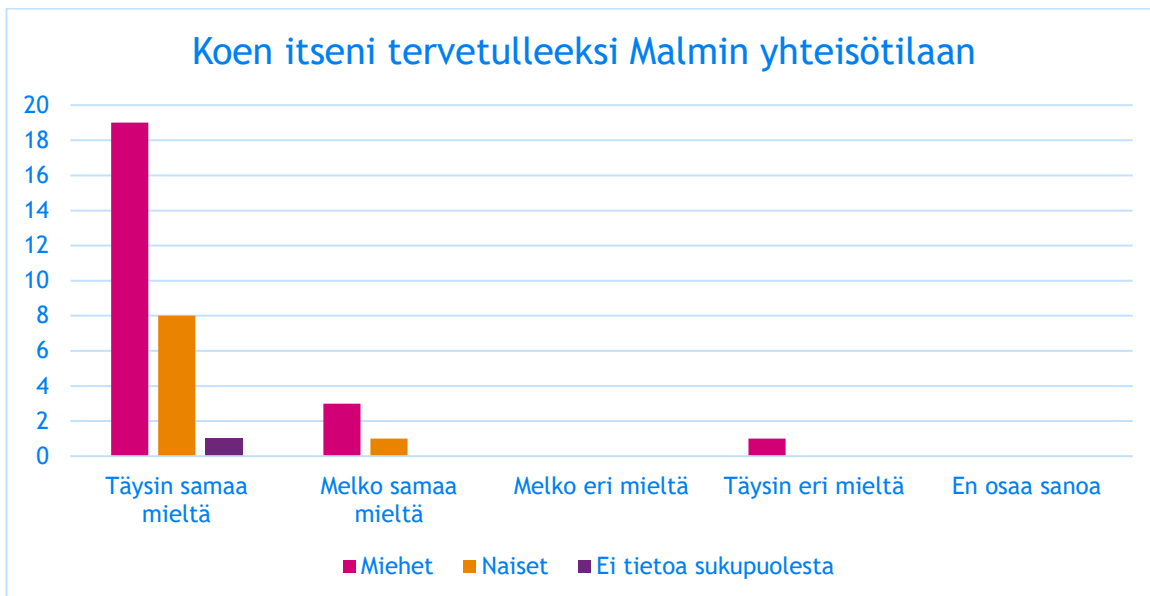
Taustatiedoissa halusimme selvittää kuinka pitkään kävijät ovat olleet mukana Malmin yhteisötilan toiminnassa. Vastausvaihtoehtoina oli 0-6 kuukautta, 7 kuukautta-1 vuosi, 1-2 vuotta tai kauemmin. Suurin osa vastaajista, eli 19 henkilöä, kertoi olleensa mukana toiminnassa jo kauemmin. 6 vastaajaa oli ollut mukana toiminnassa 1-2 vuotta sekä 4 vastaajaa 7 kuukautta- 1 vuoden. 4 vastaajaa oli ollut toiminnassa vasta vain hetken aikaa, eli aikaväliltä 0-6 kuukautta.



Kuvio 4. Käynnit Malmin yhteisötilassa (n=31).

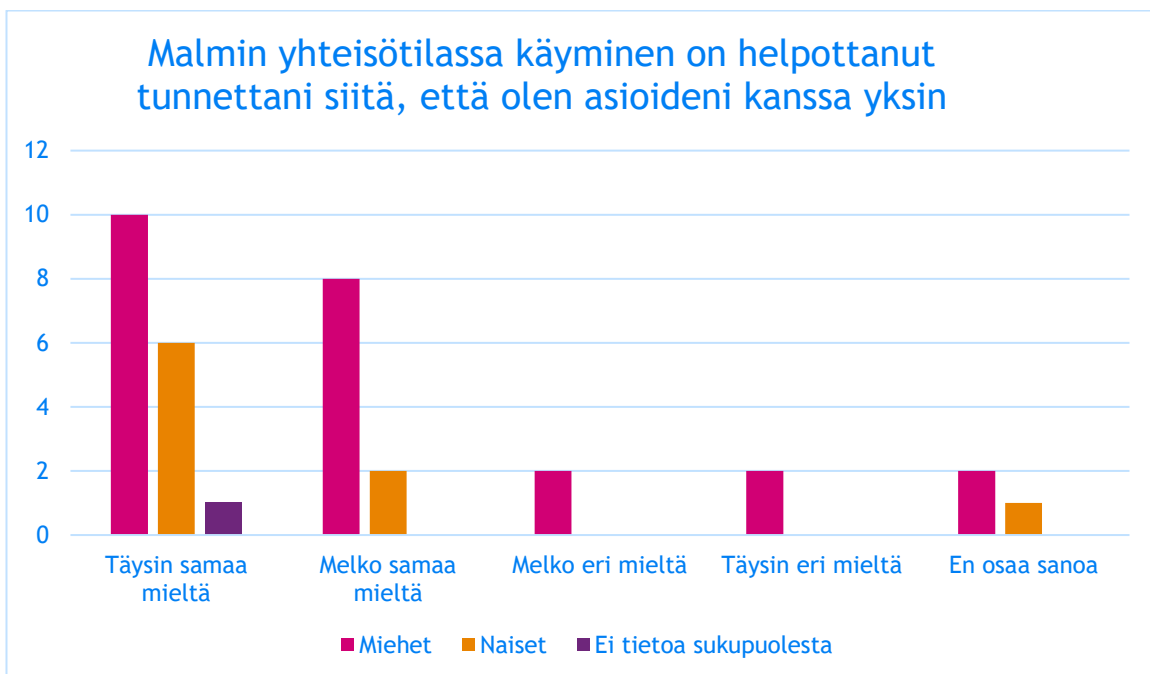
Taustatiedoilla selvitimme myös sitä, kuinka usein kävijät vierailevat Malmin yhteisötilassa. Vastaajista 10 kertoi käyvänsä yhteisötilassa päivittäin ja 8 kertoi käyvänsä muutaman kerran viikossa. 4 vastaajaa kertoi käyvänsä yhteisötilassa kerran viikossa ja 9 vastaajaa kertoi vieraillevansa harvemmin. 2 vastaajaa jätti vastaamatta kysymykseen.

Varsinaisten kysymysten taulukot:



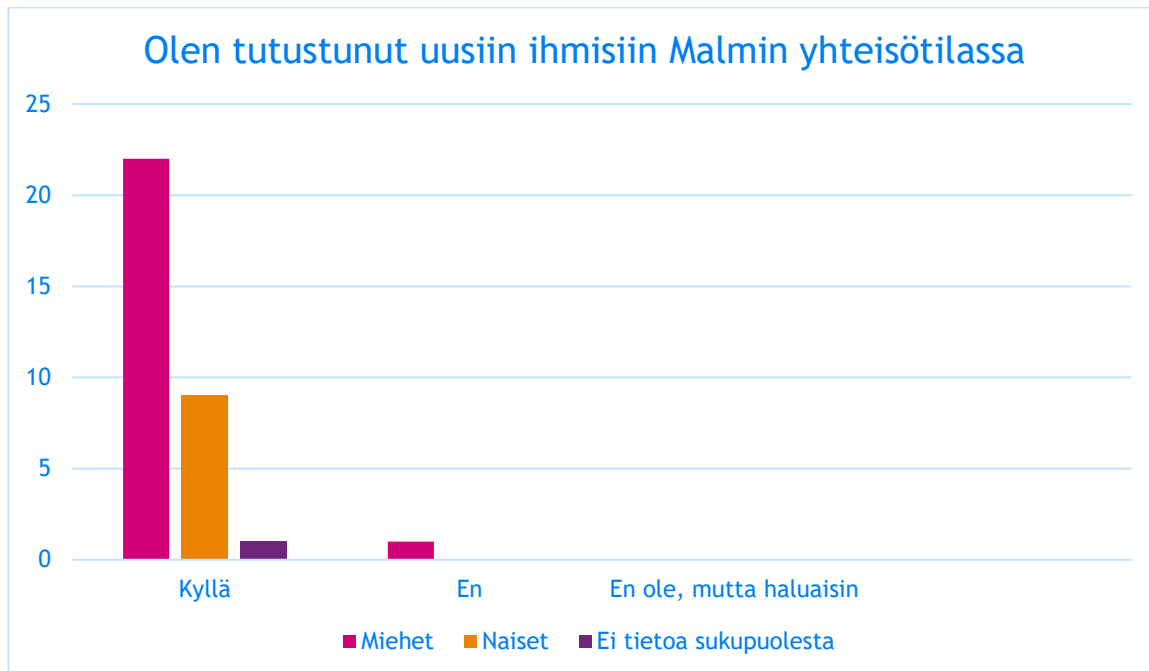
Kuvio 5. Koen itseni tervetulleeksi Malmin yhteisötilaan (n=33).

Varsinaisissa kysymyksissä selvitimme ensimmäisenä sitä, kokevatko vastaajat olevansa tervetulleita Malmin yhteisötilaan. Suurin osa vastaajista, eli 28 henkilöä koki, että on täysin samaa mieltä asiasta. 4 vastaajaa oli asiasta melko samaa mieltä ja vain 1 vastaaja koki olevansa asian kanssa täysin eri mieltä.



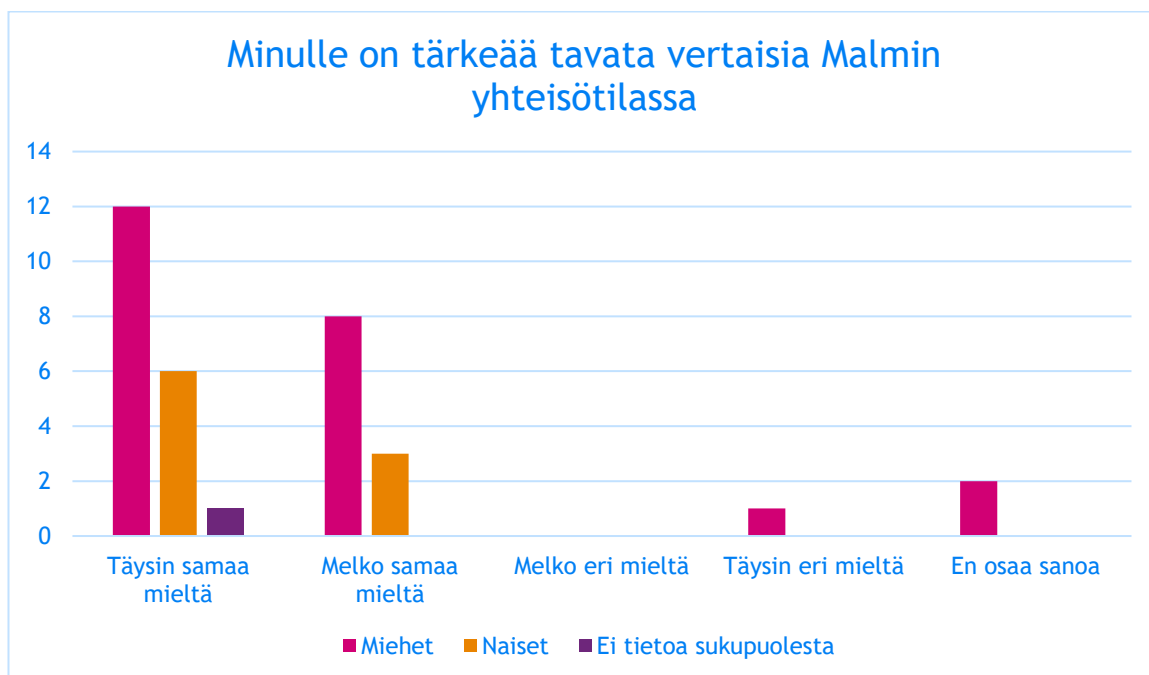
Kuvio 6. Malmin yhteisötilassa käyminen on helpottanut tunnettani siitä, että olen asioideni kanssa yksin (n=33).

17 vastaajaa koki, että Malmin yhteisötilassa käyminen on helpottanut tunnetta siitä, että on asioiden kanssa yksin, eli he olivat vastanneet “täysin samaa mieltä.” Vastaajista 10 oli asiasta “melko samaa mieltä” ja 2 vastaajaa “melko eri mieltä”. 2 vastaajista oli “täysin eri mieltä” sekä 3 vastaajaa eivät osanneet vastata kysymykseen, eli he olivat vastanneet “en osaa sanoa.”



Kuvio 7. Olen tutustunut uusiin ihmisiin Malmin yhteisötilassa (n=33).

32 vastaajaa vastasi, että on tutustunut Malmin yhteisötilassa uusiin ihmisiin ja vain 1 oli asiasta eri mieltä, perustellen vastauksensa olevansa kovin ujo.



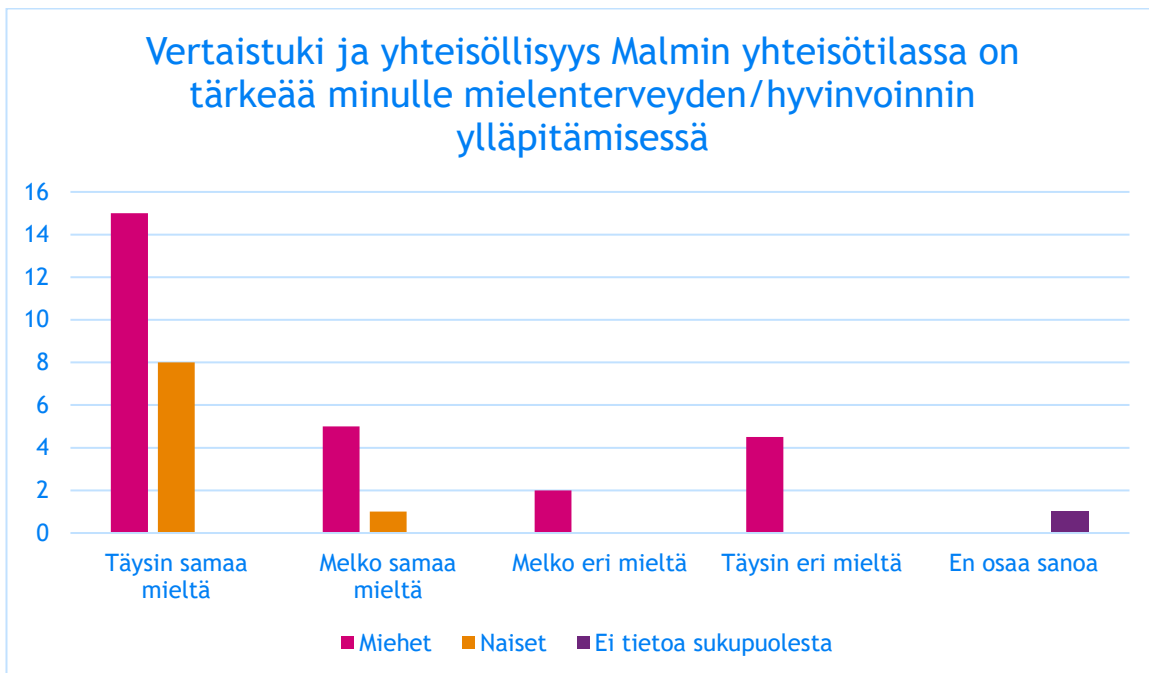
Kuvio 8. Minulle on tärkeää tavata vertaisia Malmin yhteisötilassa (n=33).

19 vastaajista koki, että on tärkeää tavata vertaisia Malmin yhteisötilassa sekä 11 koki olevansa asian kanssa “melko samaa mieltä”. “Täysin eri mieltä” oli vastannut 1 henkilö sekä 2 vastaajista ei osannut sanoa asiasta mitään.



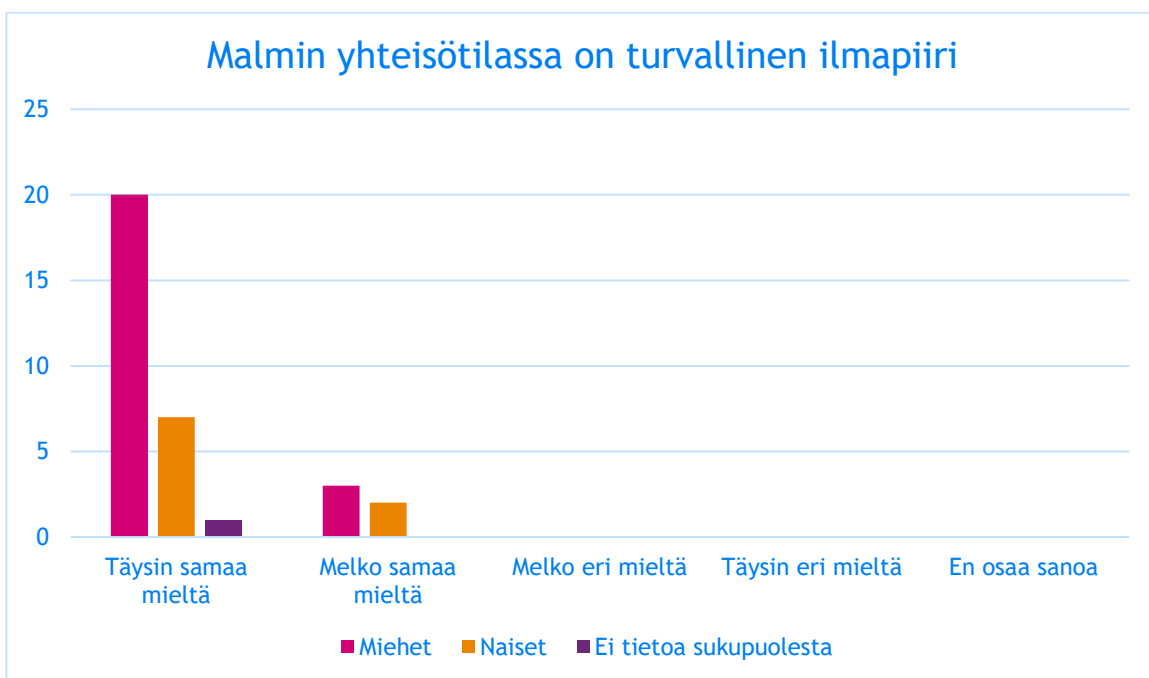
Kuvio 9. Vertaistuki ja yhteisöllisyys Malmin yhteisötilassa on tärkeää minulle päihteidenkäytön vähentämisessä/päihteettömän elämän ylläpitämisessä (n=33).

Suurin osa vastaajista, 22 henkilöä koki, että vertaistuki sekä yhteisöllisyys on tärkeää päihteidenkäytön vähentämisessä/päihteettömän elämän ylläpitämisessä. “Melko samaa mieltä” asiasta oli 6 henkilöä ja vain 1 henkilö koki olevansa asiasta “melko eri mieltä”. 4 vastaajaa ei osannut vastata aiheeseen mitään.



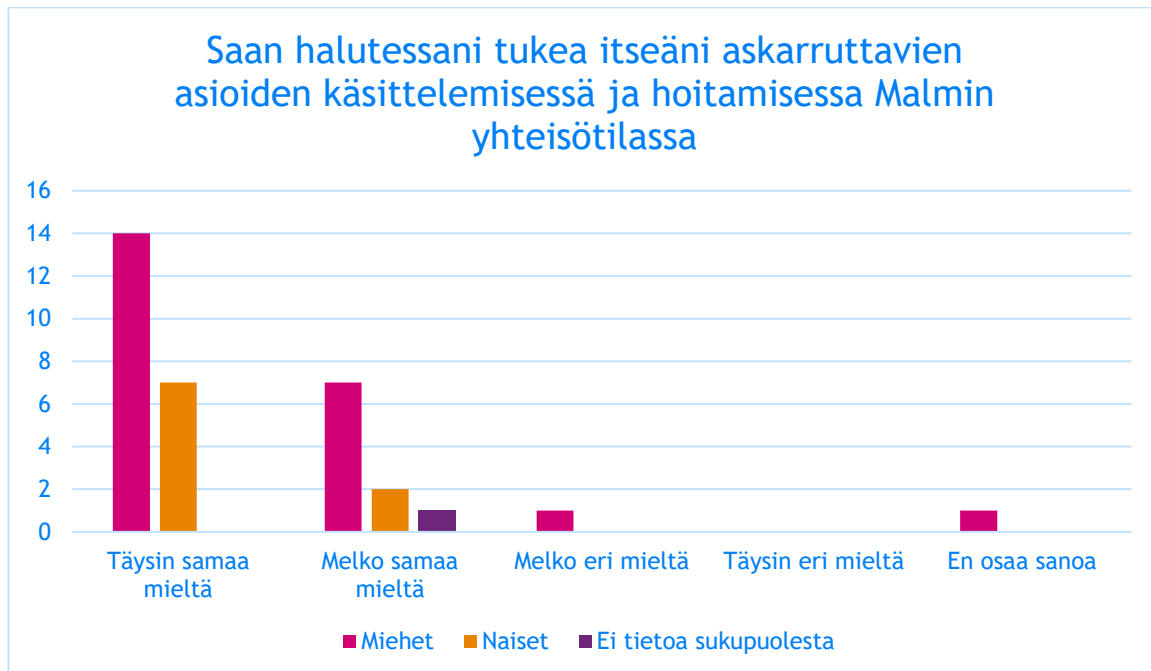
Kuvio 10. Vertaistuki ja yhteisöllisyys Malmin yhteisötilassa on tärkeää minulle mielenterveyden/hyvinvoinnin ylläpitämisessä (n=32).

23 henkilöä oli täysin samaa mieltä siitä, että vertaistuella sekä yhteisöllisyydelle on tärkeä merkitys mielenterveyden- sekä hyvinvoinnin ylläpitämisessä. “Melko samaa mieltä” asiasta oli 6 henkilöä ja vain 2 vastaajista koki olevansa melko eri mieltä. 1 vastaajista ei osannut sanoa mitään kysymykseen sekä 1 vastaajista jätti vastaamatta kokonaan.



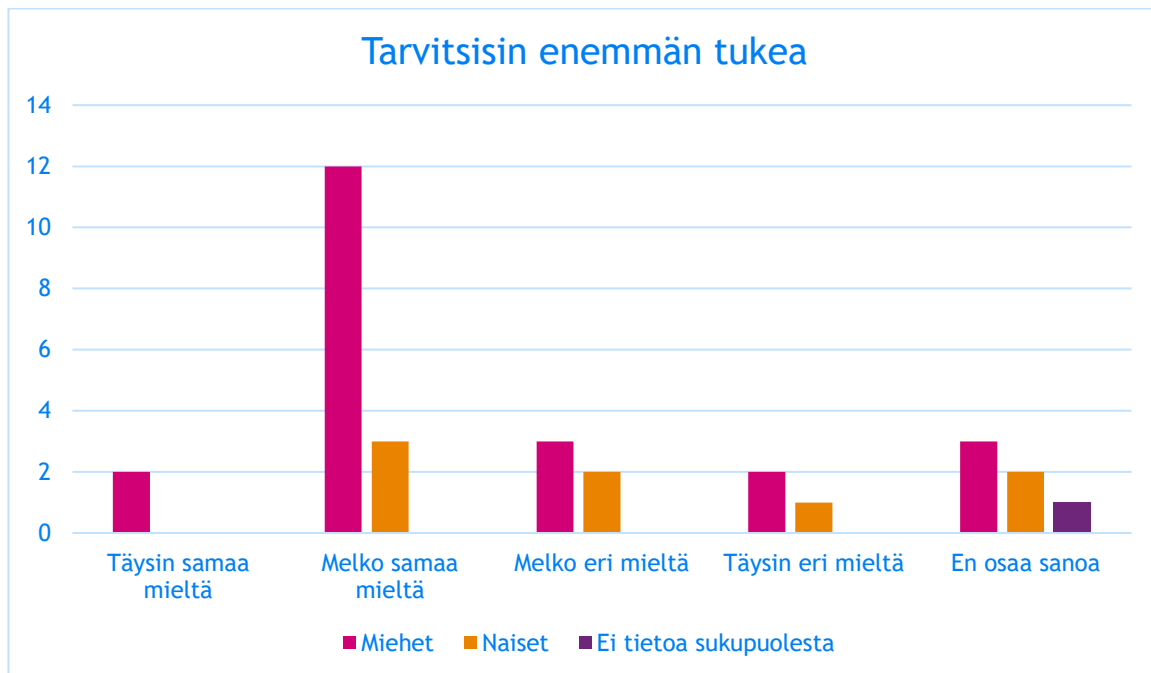
Kuvio 11. Malmin yhteisötilassa on turvallinen ilmapiiri (n=33).

28 vastaajista koki, että Malmin yhteisötilassa on täysin turvallinen ilmapiiri ja 5 vastaajista koki olevansa “melko samaa mieltä”, joista yksi oli perustellut vastaustaan nähden kerran väkivaltatilanteen, joka oli kuitenkin hoidettu asianmukaisesti.



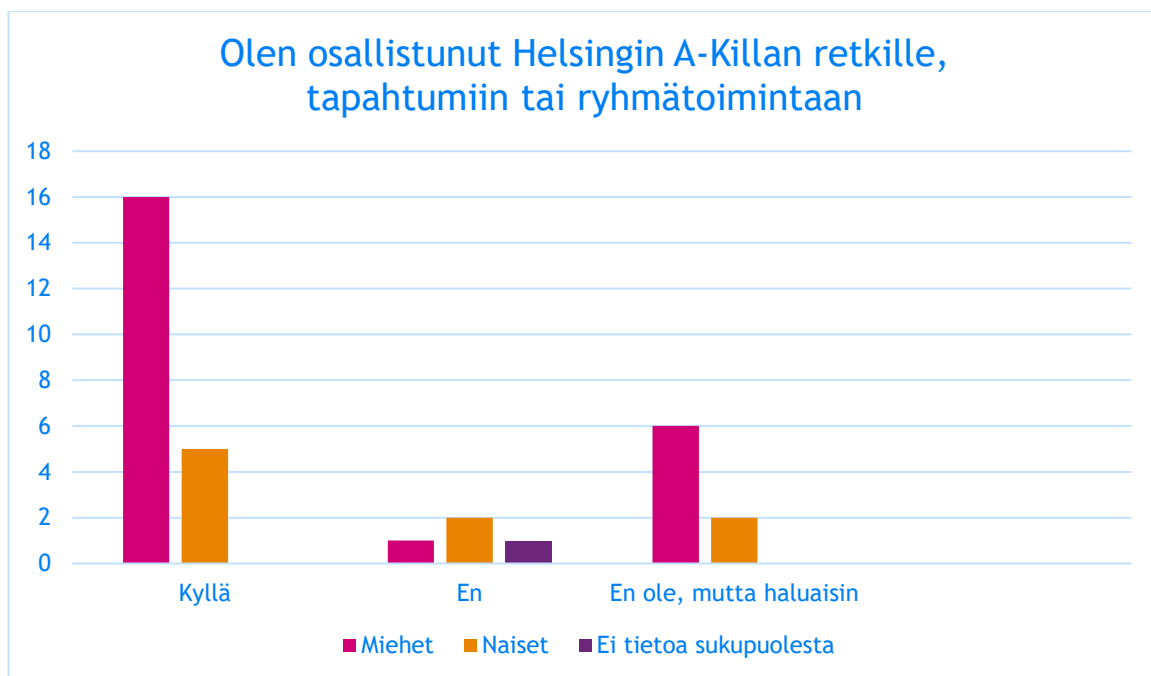
Kuvio 12. Saan halutessani tukea itseäni askarruttavien asioiden käsittelemisessä ja hoitamisessa Malmin yhteisötilassa (n=33).

21 vastaajista koki olevansa asiasta “täysin samaa mieltä” eli saavansa tukea askarruttavien asioiden käsittelemisessä sekä hoitamisessa. 10 vastaajista oli “melko samaa mieltä” asiasta. Vain 1 vastaajista koki olevansa asiasta “melko eri mieltä” sekä 1 vastaajista ei osannut vastata kysymykseen.



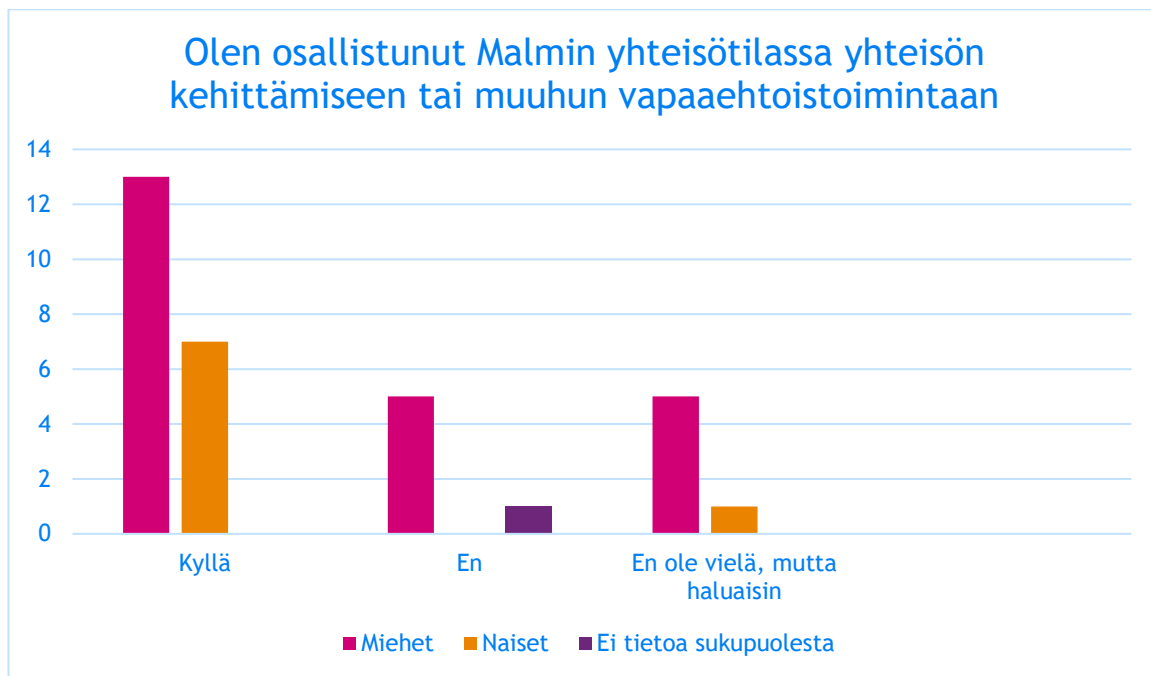
Kuvio 13. Tarvitsisin enemmän tukea (n=31).

2 vastaajista koki tarvitsevansa enemmän tukea asioidensa hoitamisessa ja "melko samaa mieltä" asiasta oli 15 vastaajaa. "Melko eri mieltä" asiasta oli 5 vastaajaa ja 3 henkilöä koki olevansa asiasta "täysin eri mieltä". 6 vastaajista ei osannut määrittellä sitä, tarvitsevatko he enemmän tukea. 2 vastaajista jätti vastaamatta kysymykseen.



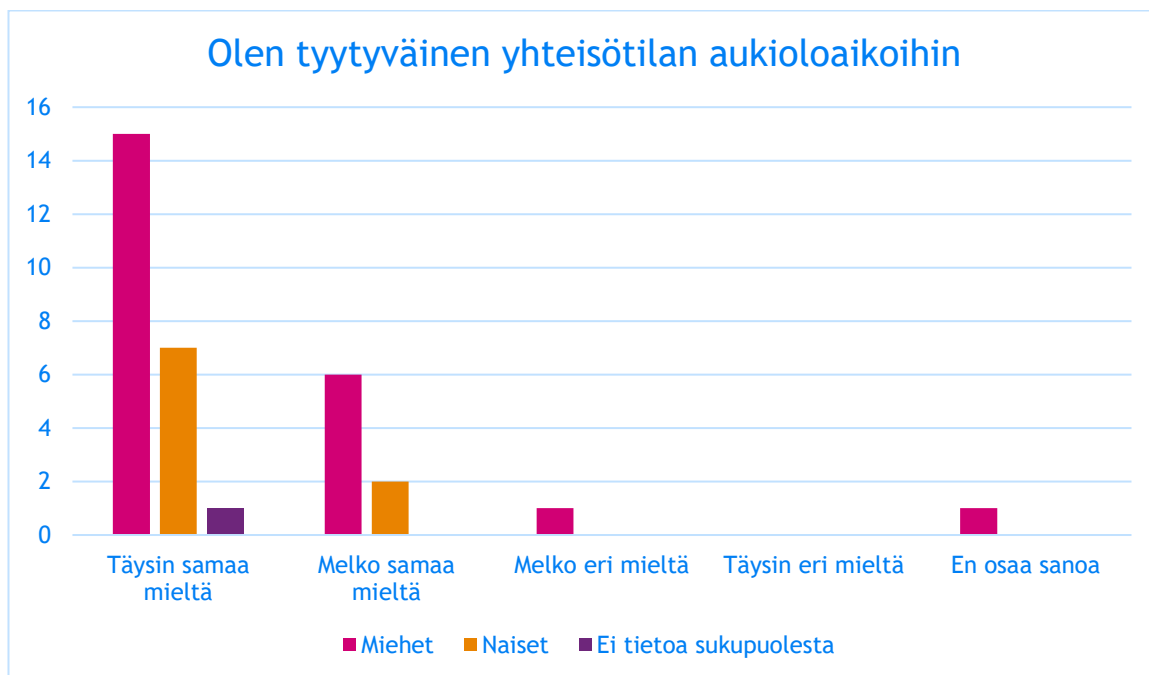
Kuvio 14. Olen osallistunut Helsingin A-killan retkille, tapahtumiin tai ryhmätoimintaan (n=33).

Selvitimme vastaajien osallisuutta Helsingin A-killan eri retkille, tapahtumiin tai ryhmätoimintaan ja suurin osa vastaajista, 21 henkilöä kertoi osallistuneensa näihin tilaisuuksiin. 4 vastaajista ei ollut osallistunut mihinkään toimintaan ja 8 kertoi, ettei vielä ollut osallistunut, mutta kiinnostusta löytyisi.



Kuvio 15. Olen osallistunut Malmin yhteisötilassa yhteisön kehittämiseen tai muuhun vapaaehtoistoimintaan (n=32).

20 vastaajaa kertoi osallistuneensa Malmin yhteisötilassa yhteisön kehittämiseen tai muuhun vapaaehtoistoimintaan. 6 vastaajaa ei ollut osallistunut mihinkään toimintaan sekä 6 vastaajaa ei ollut vielä osallistunut, mutta haluaisi tulevaisuudessa. 1 henkilö jätti vastaamatta kysymyksen.



Kuvio 16. Olen tyytyväinen yhteisötilan aukioloaikoihin (n=33).

23 vastaajista oli täysin tyytyväisiä Malmin yhteisötilan nykyisiin aukioloaikoihin ja 7 henkilöä oli asiasta “melko samaa mieltä”. Vain 1 vastaajista koki olevansa asiasta “melko eri mieltä” sekä 1 ei osannut sanoa tähän mitään.

Taustatietojen avoimena kysymyksenä kysyttiin, miten vastaajat ovat löytäneet Malmin yhteisötilaan. Vastauksia tähän kysymykseen tuli paljon, ainoastaan 3 henkilöä jätti vastaamatta. Vastauksissa näkyy jonkin verran samanlaisuutta, useimmat ovat löytäneet yhteisötilan tuttavien sekä päihdepoliklinikan kautta. Vastaukset näkyvät listattuna alapuolella.

- A-klinikka
- Ystävät
- Opiskelijan roolissa
- Internetin kautta
- Kuntouttavan työtoiminnan kautta
- Päihdepoliklinikka
- Tervalammen kuntoutuskeskus
- Kokoan esittelytilaisuudesta (Koulutetut kokemusasiantuntijat ry)

6 Johtopäätökset ja tulosten pohdinta

Kun tutkimustuloksia aletaan analysoimaan, muodostuvat tutkimuksen tulokset. Tavoitteena kvantitatiiviselle tutkimukselle on, että tulokset eivät jäisi pelkiksi numeroiksi ja siksi onkin tärkeää tehdä tuloksista myös sanallista tulkintaa ja johtopäätöksiä. Tulokset tulisi esittää niin,

että tulosten laatu ja sisältö ovat lukijan ymmärrettävissä. Olemme koonneet tähän kappaleeseen tulosten pääkohdat ja olennaisimmat havainnot. (Vilkkä 2017, 147.)

Opinnäytetyön tavoitteena oli kartoittaa, mitä mieltä Helsingin A-killan kävijät ovat toiminnasta ja minkälaisia muutoksia he haluavat toiminnalle sekä onko kävijöillä mahdollisuus vaikuttaa toimintaan. Tämän kyselyn perusteella kävijät ovat pääosin tyytyväisiä Malmin yhteisötilan toimintaan sekä mitä se pitää sisällään. Koemme saaneemme vastauksen tutkimuskysymyksiimme, huolimatta siitä, että kyselyä ei toteutettu meidän suunnitteleamalla lomakkeella. Lomakkeen kysymys 11 ”Olen osallistunut Malmin yhteisötilassa yhteisön kehittämiseen tai muuhun vapaaehtoistoimintaan” ei kuitenkaan kerro sitä, kumpaan vastaaja on osallistunut ja nämä vaihtoehdot merkkäavat eri asioita, joten siltä osin tulos jäi epäselväksi.

Toteuttamamme kyselyn vastauksien perusteella voimme todeta, että monelle kävijälle Malmin yhteisötila on tärkeä paikka tavata muita vertaisia. Vertaistuki ja yhteisöllisyys ovat auttaneet päihdeettömän elämän ylläpitämisessä sekä mielenterveyden ja hyvinvoinnin ylläpitämisessä. Myös johonkin kuuluminen ja asioiden jakaminen muiden samantyyppisiä asioita kokeneiden kanssa pidettiin tärkeänä, koska silloin ongelmat eivät tunnu enää niin ylivoimaisilta. Suurin osa vastaajista onkin ollut toiminnassa mukana useamman vuoden ajan ja enemmistö vieraillee siellä päivittäin tai lähes päivittäin. Myös ilmapiiri Malmin yhteisötilassa koettiin hyvänä ja turvallisena. Avoimien vastauskenttien perusteella selviää se, että ilmapiiriä pidetään vastaanottavaisena ja rentona. Yksi kävijöistä kertoi nähneensä kerran väkivaltatilanteen, joka oli kuitenkin hoidettu työntekijöiden johdosta asianmukaisesti. Suurin osa vastaajista on osallistunut yhteisille retkille tai niiden suunnitteluun, joten kävijät pystyvät itse vaikuttamaan toimintaan. Useampi kävijöistä toivoi kuitenkin enemmän retkiä, sillä kaikki ajankohdat eivät aina sovi kaikille tai retkikohde ei ole ollut itselle mieluinen. Moni oli myös tutustunut uusiin ihmisiin, joten sosiaaliset verkostot ovat kasvaneet. Yksi vastaaja mainitsi, että erityisesti retkillä on helpompi tutustua uusiin ihmisiin.

Yhteisötilan aukioloajat koettiin pääosin riittävinä, muutamaan poikkeusta lukuun ottamatta. Kuten olemme jo aiemmin todenneet, matalan kynnyksen periaatteeseen kuuluu se, että palvelut tulisi olla kenen tahansa saavutettavissa. Tässä tapauksessa se on saavuttanut kävijät hyvin, mutta esimerkiksi yksi vastaajista oli kirjoittanut avoimeen kenttään ”Sairaslomalla on helpompi tulla käymään. Myöhemmin voi olla vaikeaa.”, joka kertoo siitä, että työssäkäyvillä voi olla hankaluuksia päästä käymään yhteisötilassa aukioloaikojen puitteissa. Lisäksi yksi vastaajista oli toivonut aukioloa pidennettäväksi perjantaisin klo 18 asti. Suurin osa kävijöistä oli löytänyt yhteisötilaan päihdepolin kautta, joten tiedotus yhteisötilasta on toiminut sinne suuntaan hyvin. Monet olivat tulleet toimintaan tuttujen mukana tai jonkin päihdehoitokontaktin kautta. Enemmistö vastaajista kertoi, että on jo saanut apua asioidensa hoitamisessa tai apua on saatavilla, mikäli sitä joskus tarvitsee.

Alkuperäisessä lomakkeessa yhtenä kysymyksenä oli; Millaista tukea tarvitsisin enemmän? Malmin yhteisötilan uusimassa kyselylomakkeessa kysymys oli kuitenkin muotoiltu; Tarvitsisin enemmän tukea. Monet kävijöistä vastasivat tarvitsevansa enemmän tukea, mutta kysymyksen uudelleenmuotoilun jälkeen epäselväksi jäi se, minkälaista tukea kävijät tarvitsisivat. Yksi vastaaja toivoi enemmän tukea asioiden aikaansaamiseksi, koska on itse arka pyytämään apua tai neuvoja, muut avoimeen kenttään vastanneet kertoivat, etteivät tarvitse tällä hetkellä enempää tukea tai saavat sitä tarpeeksi jo muualta. Jatkotutkimuksena voisi olla mielenkiintoista selvittää se, minkälaista tukea kävijät ovat vailla, miten tähän voisi vaikuttaa ja onko kävijöille mahdollista tarjota monipuolisempaa tukea. Malmin yhteisötilan toiminta on vielä melko uutta ja pyörinyt vasta muutaman vuoden ajan, joten tulevaisuudessa voisi myös olla mielenkiintoista tietää yhteisötilan toiminnasta, sekä miten toimintaa on kehitetty eteenpäin vai onko mitään muutoksia tullut.

Myös toisen kysymyksen uudelleen muotoilu oli rakennettu huonosti. Kysymys oli esitetty; Olen osallistunut Malmin yhteisötilassa yhteisön kehittämiseen tai muuhun vapaaehtoistoimintaan (esim. retkitoiminnan suunnittelu tai muu suunnittelukokous, kaverin tukeminen, kahvinkeitto, ryhmän vetäminen) on nyt jakautunut kahteen eri kysymykseen. Kysymyksen avulla halutaan selvittää osallistuminen sekä vapaaehtoistoimintaan että kehittämiseen, mitkä ovat kaksi eri asiaa, joten epäselväksi tässä kohtaa jäi se, mihin kohtaan kysymyksessä kävijät ovat vastanneet vai onko joku mahdollisesti vastannut ”kyllä”, vaikka olisikin osallistunut vain toiseen näistä.

Lomakkeen viimeisenä kohtana vastaajilla oli mahdollisuus kirjoittaa vapaita kommentteja yleisesti toiminnasta. Muutamassa kommentissa oli toiveita tulevasta toiminnasta; muun muassa taideterapiaa, musiikkia, uimahallikäynti sekä peli-ilta. Lisäksi oli muutama kommentti yleisesti Malmin yhteisötilasta; ”Malmin a-killassa voi olla vapaasti oma itsensä. Porukka a-killassa on ystävällistä ja avuliasta, sekä yhteishenki on yleensä hyvä ja positiivinen. A-KILTA - MY SECOND HOME.”, ”Kiva paikka, on pannut miettimään elämän arvoja ja elämänlaatua”, ”Olen saanut käyttää konetta vapaasti ja hoitaa kaikki asiani. - KIITOS TUHANNESTI! KIITOS, ETTÄ ON TÄÄ PAIKKA OLEMASSA!” Nämä avoimet vastaukset tukevat päätelmäämme siitä, että yhteisötila on tärkeä ja merkittävä paikka kävijöille.

Aiempaa tutkimusta ei ole toteutettu Helsingin A- Killalle, joten emme voi verrata tutkimustuloksia edellisiin tutkimuksiin. Tämä opinnäytetyö tuotti tietoa kävijöiden ajatuksista ja kokemuksista Malmin yhteisötilassa, jota voidaan hyödyntää toiminnan arvioinnissa, suunnittelussa ja kehittämisessä. Aiempia tutkimuksia muista A- Killoista on kuitenkin tehty. Hakala ja Reinikka (2010) sekä Leminen (2011) ovat tutkineet opinnäytetöissään Seinäjoen ja Etelä- Saimaan A-Kiltojen toimintaa. Heidän sekä meidän toteuttamissa tutkimuksissa tulokset olivat hyvin sa-

mankaltaisia; toimintaan oltiin pääosin tyytyväisiä, vertaistuki ja yhteisöllisyys koettiin tärkeänä ja niistä koettiin olevan apua päihteettömän elämän ylläpitämisessä. Ilmapiiiri toiminnassa koettiin myös hyvänä ja A- Kilta on tärkeä paikka kävijöille.

Kyselyn vastauksien perusteella ehdottaisimme, että Malmin yhteisötilassa järjestettäisiin säännöllisin väliajoin esimerkiksi kausittain kevät/kesä/syky/talvi suunnittelutilaisuuksia yhdessä kävijöiden kanssa. Ajankohdat voisivat sijoittua joko ilta-aikaan, jotta esimerkiksi työsäkävijillä olisi paremmat mahdollisuudet osallistua tilaisuuksiin tai toinen vaihtoehto voisi olla viikonloppu. Lisäksi ennen suunnittelutilaisuuksia voisi toiveita kerätä jo ennakkoon esimerkiksi yhteisötilan seinälle laitettavaan paperiin, jotta mahdollisimman monen toiveet voitaisiin ottaa huomioon toiminnan suunnittelussa, vaikka kaikkia toiveita ei olisikaan mahdollista toteuttaa. Kevään 2018 aikana onkin järjestetty muutama suunnittelukokous, mutta tilaisuudet voisi vakiinnuttaa johonkin tiettyyn aikaan vuodesta ja jakaa niitä pitkin vuotta.

Päätimme laatia vielä näiden tulosten perusteella uuden kyselylomakkeen (liite 4), joka on pyritty rakentamaan mahdollisimman selkeäksi ja toimivaksi. Malmin yhteisötila voi käyttää tätä kyselylomaketta apuvälineenä jatkossakin tavoitteiden seurannassa sekä suunnittelussa. Lomakkeeseen on helppo lisätä jatkokysymyksiä, jos haluaa ottaa lomakkeeseen mukaan uusia tai erilaisia painopisteitä, joiden kehittämiseen paneudutaan sillä hetkellä.

Halusimme säilyttää lomakkeessa perustiedot, sillä mielestämme on tärkeää tietää kävijä kunnasta sekä siitä, mikä saa ihmiset siellä käymään. Tärkeänä selvitettävä tietona on myös se, miten ihmiset ovat löytäneet Malmin yhteisötilaan sillä näiden vastauksen pohjalta voidaan pyrkiä laajentamaan yhteisötilan kävijäkuntaa tiedottamalla toiminnasta niihin paikkoihin, joihin se ei vielä yllä. Lomakkeen varsinaiset kysymykset olemme rakentaneet hieman uudensiksi sekä samalla poistaneet pari kysymystä kokonaan meidän järjestämistämme kyselystä opinnäytetyötämme varten.

6.1 Tutkimuksen luotettavuuden ja eettisyyden pohdinta

Toteuttaessa tutkimusta toimimme tutkimusetiikan mukaisesti; osallistuminen kyselyyn on vapaaehtoista, eikä vastaajille tai yhteistyössä olevalle organisaatiolle aiheudu tutkimuksesta haittaa. Vastaajilla on mahdollisuus myös perua osallistumisensa toteutuksen aikana tai jälkikäteen. Olemme kiinnittäneet huomiota myös kuvaillessamme tutkittavaa ryhmää ja yhteisöä. Olemme pyrkineet käyttämään termistöä, joka vastaa todellisuutta mutta ei anna negatiivista leimaa kohderyhmälle. (Kuula 2011, 22- 23.)

Jos vastaaja päättää peruuttaa osallistumisensa jälkikäteen, aiheuttaa tämä hieman pulmia siinä mielessä, että kyselylomakkeeseen vastataan anonymisti, joten vastauslomakkeita ei suoraan voi yhdistää tiettyyn henkilöön ja näin ollen juuri tietyn henkilön vastauslomake voi

olla vaikeaa löytää varsinkin silloin, jos vastauksia on ehtinyt tulla jo useampi. Kukaan ei kuitenkaan halunnut perua osallistumistaan jälkikäteen, joten tämä ei aiheuttanut meille pulmia.

Olemme ottaneet huomioon tutkimukseen osallistujat sekä toimintaympäristön; päädyimme paperiseen kyselylomakkeeseen siksi, että kaikilla halukkailla vastaajilla ei välttämättä ole tarpeeksi vahvaa tietoteknistä osaamista, jotta vastaaminen olisi heille mahdollisimman helppoa. Pyrimme muodostamaan kysymykset mahdollisimman ymmärrettäviksi ja selkeiksi. Lisäksi toimintaympäristö on heille ennestään tuttu, joten se voi mahdollisesti lisätä turvallisuuden tunnetta osallistua.

Lomakkeessa kerroimme, että siihen vastaaminen on vapaaehtoista, eikä siihen kerätä henkilötietoa sekä, että kysely toteutetaan yhteistyönä Laurea ammattikorkeakoulun opiskelijoiden ja Helsingin A- Killan kanssa. Emme luovuta tutkimuksen aikana kerätystä aineistosta tietoa ulkopuolisille ja säilytämme aineiston asianmukaisesti suojassa. Olemme käyttäneet opinnäytetyössämme monipuolisesti eri luotettavia lähdemateriaaleja.

Arvioidessa tutkimuksen validiutta eli tutkimuksen kykyä mitata sitä, mitä tutkimuksessa oli tarkoituskin mitata, olemme mielestämme onnistuneet teoreettisten käsitteiden sanoittamisessa arkikielelle ymmärrettäviksi. Lomakkeen kysymykset vaihtuivat toimeksiantajan toimesta ennen kuin aineistoa alettiin keräämään. Kysymykset kuitenkin säilyivät lähes samanlaisina kuin alkuperäisen suunnitelman mukaan mietityt kysymykset, mutta hieman eri tavalla muotoiltuina. Vastausvaihtoehdot pysyivät kuitenkin ennallaan ja vastausten perusteella ne toimivat hyvin ja olivat ymmärrettäviä. (Vilka 2007, 150.)

Lomakkeen kysymyksestä 2. emme ole varmoja, miten vastaajat ovat sen ymmärtäneet. Lisäksi kysymyksen asettelusta tulee oletus, että kävijät kokevat olevansa asioidensa kanssa yksin. Huomasimme, että tämä muutos aiheutti pientä hämmennystä vastaajien keskuudessa. Muutama vastaajista luuli tämän tarkoittavan sitä, että kun käy Malmin yhteisötilassa niin on asioiden kanssa yksin. Esimerkiksi yksi vastaaja oli kirjoittanut ”väärin tehty kysymys” ja korjannut itse tekstiin että ”ettei minun tarvitse olla asioiden kanssa yksin”. Huomasimme myös taustatietojen avoimessa kysymyksessä ”Miten olet löytänyt Malmin yhteisötilaan” sen, että muutama vastaajista oli ymmärtänyt tai lukenut kysymyksen tarkoittavan, että ”Mitä olet löytänyt Malmin yhteisötilasta”.

Vastaukset lomakkeissa olivat pääosin kiitettäviä. Se on mielestämme hieno asia, mutta jäimme pohtimaan, vaikuttiko vastausten laatuun se, kun toiminnanjohtaja kertoi yhteisötilan työntekijöiden motivoineen kävijöitä vastaamaan kyselyyn tyylillä ”toiminnasta pitää raportoida rahottajille ja jos ei raportoida, toiminta voi loppua”. Mielestämme tämä ei ollut sopiva tapa motivoida kävijöitä, sillä se on saattanut aiheuttaa pelkoa siitä, että yhteisötilan toiminta on vaarassa loppua. Tämä on voinut vaikuttaa vastausten määrään sekä laatuun, mikäli osa kävijöistä on vastannut vain tämän perusteella tai liioitellut vastauksia sen pelossa, ettei Malmin

yhteisötilan toimintaa jatketa. Avoimien vastauskenttien kommenttien perusteella voidaan kuitenkin olettaa, että Malmin yhteisötila on tärkeä paikka kävijöille.

Vaikka lomakkeen kysymykset olivatkin vaihtuneet, kysymysten luonne ei kuitenkaan muuttunut kokonaan, vaan sanoitus oli hieman erimuotoinen. Poikkeuksena yksi kysymys oli poistettu kokonaan ja yhden kysymyksen muotoilu oli muuttunut niin, että siitä on vaikea ottaa selkoa, mitä kysymyksellä on tarkoitettu sekä yhdessä kysymyksessä oli kaksi erillistä kysymystä samassa.

Tuloksia ei voida kuitenkaan yleistää koskemaan koko yhteisötilan kävijäkuntaa, koska vastauksia saatiin vain 33 henkilöltä ja aineiston keräämisen aikana vieraskirjaan merkittyjä käyntejä tuolla ajalla oli yhteensä 441 käyntiä.

6.2 Oma oppimisprosessi

Pohdimme, että jatkossa vastaavanlaisissa yhteistyö projekteissa teemme selkeämmän ja tarkemman sopimuksen yhteistyökumppanin kanssa siitä, mitkä asiat kuuluvat kenenkin vastuulle. Mahdollisesti myös tiiviimpi yhteydenpito puolin ja toisin olisi voinut auttaa ymmärtämään ja selkiyttämään molempien vastuita ja näkemyksiä. Alun perin suunnittelemamme aikataulu ei myöskään pitänyt, joten vastaisuudessa otamme paremmin huomioon mahdolliset viivästymiset ja varaudumme niihin suunnitteleamalla aikataulutuksen löyhemmin. Myös suunnittelu olisi hyvä aloittaa hyvissä ajoin, ettei tulisi pettymyksiä viivästyneen aikataulun vuoksi. Emme ole aiemmin tehneet ammattikorkeakoulun opinnäytetyötä ja tätä tehdessä huomasimme, kuinka paljon jo aiheeseen perehtymiseen ja suunnitteluun kuluu aikaa, vaikka meillä olikin jo jonkin verran aiempaa kokemusta työskentelystä matalan kynnyksen palveluissa ja päihdetoipujista asiakaina.

Luimme opinnäytetyön teoriaosuutta varten monia aiheeseen liittyviä teoksia sekä etsimme tietoa aikaisemmista vastaavista tutkimuksista. Tätä opinnäytetyötä tehdessä opimme paljon uutta muun muassa päihderiippuvuudesta sekä siihen liittyvistä asioista. Matalan kynnyksen järjestötoimintaan kuuluu toiminnan arviointi ja raportointi, näistä aiheista saamamme tieto hyödyttää varmasti meitä tulevaisuuden työelämässä. Kaiken teoreettisen tiedon lisäksi opimme myös, miten opinnäytetyön tutkimus toteutetaan. Koko prosessin kulku on ollut pitkä, mutta monin puolin hyvin opettavainen kokemus. Olemme oppineet teoreettisen tiedon lisäksi muun muassa laatimaan kyselyn sekä analysoimaan tutkimusaineistoa ja tekemään taulukoita tutkimustuloksista.

Olemme kuitenkin tyytyväisiä tähän tuotokseen, viivästyksistä ja yllättävistä muutoksista huolimatta. Yhteistyö keskenämme sujui hyvin, molemmat ottivat huomioon toisen mielipiteet ja näkemykset. Valitsimmekin toisemme pariaksi tekemään opinnäytetyötä sillä perusteella, että

olemme jo aiemmin monesti työskennelleet samassa ryhmätyössä ja tiesimme ennalta toistemme työskentelytavat. Jos emme olisi aiemmin olleet tietoisia toistemme työskentelyta-voista, olisi se voinut mahdollisesti aiheuttaa ristiriitoja työn eri vaiheissa. Koimme myös sen vahvuutena parin kanssa työskentelylle, että oli aina joku, jolta kysyä mielipidettä omasta tekstistä, joka oli myös perehtynyt kyseessä olevaan aiheeseen. Lisäksi kun ajoittain toisen motivaatio oli hieman hukassa, toinen pystyi kannustamaan toista.

Lähteet

Painetut

Abraham, J. & Twerski, M.D. 2014. Riippuvuusajattelu. Itsepetoksen ymmärtäminen. Kuopio: Scanria.

Aalto, M. 2015. Alkoholiriippuvuuden diagnoosi. Teoksessa Aalto, M., Alho H., Kiianmaa K., Lindroos, L (toim.). Alkoholiriippuvuus. Tallinna: Printon.

Häkkinen, I. 2013. Toipumiskulttuuri: Päihdetoipuminen ja esimerkin voima. Tallinna: Printon Trükikoda.

Julkunen, J. & Nyberg-Hakala, A. 2010. Toimiva päihdekuntoutus - Toimintaterapeutin opas. Espoo: Painotalo Casper Oy.

Järvikoski, A. & Härkäpää, K. 2011. Kuntoutuksen perusteet. WSOYpro Oy.

Kananen, J. 2008. Kvantti - Kvantitatiivinen tutkimus alusta loppuun. Jyväskylän yliopistopaino.

Kassila, T. & Koskela, K. 2016. Ihme alkaa nyt - Uusia näkökulmia riippuvuuden taustoihin ja hoitoon. Tallinna: Raamatutrükikoja OU.

Korhonen, U. 2009. Irti riippuvuudesta - Muutetut tunteet, muutettu minä. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.

Kuula, A. 2011. Tutkimusetiikka: Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. 2. painos. Vastapaino: Jyväskylä.

Lappalainen- Lehto, R., Romu, M-L., Taskinen, M. 2007. Haasteena päihteet - ammatillisen päihdetyön perusteita. WSOY oppimateriaalit Oy.

Lund, P. 2006. Torjuttu toivottomuus. WS Bookwell Oy. Juva.

Lundbom, P., Herranen, J. (toim.). 2011. Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Jyväskylä: Bookwell Oy.

Mikkonen, I. 2011. Vertaistuki osana sosiaalista vahvistamista. Teoksessa Lundbom, P., Herranen, J. (toim.). Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Jyväskylä: Bookwell Oy.

Pohjola, A. 2012. Vaikuttavuuden arvioinnin tietoperusta sosiaalityössä. Teoksessa Pohjola, A., Kemppainen, T., Väyrynen, S. Sosiaalityön vaikuttavuus. Tampere: Juvenes Print.

Seppä, K., Aalto, M., Alho, H. & Kiianmaa, K. (toim.) 2012. Huume- ja lääkeriippuvuudet. 1.painos. Helsinki: Kustannus Duodecim

Virtanen, P. 2007. Arviointi: Arviointitiedon luonne, tuottaminen ja hyödyntäminen. Helsinki: Edita Prima Oy.

Sähköiset

A- Kilta toiminnan tulevaisuus. A- Kilttojen liitto. Viitattu 22.3.2018.

http://a-kilttojenliitto.fi/akilta/wp-content/uploads/2015/02/A-kiltatoiminnan_tulevaisuus1.pdf

A- Kilttojen Liitto Ry:n tehtävä. A- Kilttojen liitto. Viitattu 10.1.2018.

<http://a-kiltojenliitto.fi/tietoa/a-kiltojen-liiton-tehtava/>

Edland-Gryt, M., Skatvedt, A-H. 2012. Thresholds in a low-threshold setting: An empirical study of barriers in a centre for people with drug problems and mental health disorders. Norwegian Institute for Alcohol and Drug Research. Viitattu 26.3.2018.

<https://kirkensbymisjon.no/content/uploads/2017/11/thresholds-in-a-low-threshold-setting.pdf>

Espoon A- Kilta HYKAA ry. Viitattu 18.4.2018.

<http://www.hykaa.fi/>

Haavisto, K. 2009. Päihdehuollon laatusuosituksset. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 6.3.2018.

<https://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihdeongelmien-hoito/paihdehuollon-laatusuosituksset>

Hakala, T-L., Reinikka, R. 2010. "Samasta puusta ne on" Seinäjoen A- Killan päihdekuntoutujien kokemuksia vertaistuesta. Opinnäytetyö. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Viitattu 11.4.2018.

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/23843/Hakala_Tiina-Liisa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Heikkilä, T. 2014. Kvantitatiivinen tutkimus. Edita Publishing Oy. Viitattu 3.5.2018.

<http://www.tilastollinentutkimus.fi/1.TUTKIMUSTUKI/KvantitatiivinenTutkimus.pdf>

Helsingin A- Kilta. Viitattu 5.1.2018.

<http://www.helsinginakilta.fi/a-kilta/>

Huttunen, M. 2016. Päihde- ja huumeriippuvuus. Lääkärikirja Duodecim. Duodecim terveyskirjasto. Viitattu 18.1.2018.

http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00414

Isola, A-M., Kaartinen, H., Leemann, L., Lääperi, R., Schneider, T., Valtari, S., & Keto-Tokoi, A. 2017. Terveysten- ja hyvinvoinninlaitos. Työpaperi 33/2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Viitattu 31.1.2018.

http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN_ISBN_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1

Koivisto, J., Pohjola, P., Blomqvist, P. 2017. Terveysten- ja hyvinvoinninlaitos. Työpaperi 44/2017. Ennen- Aikana- Jälkeen. Arviointiopas kehittäjille. Viitattu 20.2.2018.

http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135338/URN_ISBN_978-952-302-968-2.pdf?sequence=1

Leemann, L. & Hämäläinen, R.-M. 2015a. Matalan kynnyksen palvelut. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 10.1.2018.

https://www.thl.fi/documents/10531/1787240/Tietopaketti_Matalan_Kynnyksen_Palvelut.pdf/8bc8490c-c2e2-4ad5-ada8-0ce8df65435e

Leemann, L., Kuusio, H. & Härmäläinen, R.-M. 2015b. Sosiaalinen osallisuus. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 31.1.2018.

https://www.thl.fi/documents/10531/2088501/Tietopaketti_Sosiaalinen_Osallisuus.pdf/52a41c04-c4fa-4cf0-bc6f-0bb06705903b

Leminen, A. 2011. Etelä- Saimaan A- Kilta päihdekuntoutujan tukena. Opinnäytetyö. Saimaan ammattikorkeakoulu. Viitattu 11.4.2018

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/34944/Leminen_Anni.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Otranen, A. 2016. Päiväkeskustoiminta A- Killoissa. Opinnäytetyö. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Viitattu 11.4.2018

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/109695/Otranen_Aulikki.pdf?sequence=1

Oulasvirta, L. 2007. Palvelun laadun arviointi moniportaaisessa julkisessa organisaatiossa. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopistopaino Oy - Juvesprint Tampere. Viitattu 11.4.2018

<http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/67735/978-951-44-6997-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Soste. Arvioinnin suunnittelu. Viitattu 20.2.2018.

<https://www.soste.fi/elinvoimaiset-jarjestot/kehittaminen-ja-arviointi-jarjestoissa/arvioinnin-suunnittelu.html>

STEA. Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus. Raportointi, valvonta ja arviointi. Viitattu 20.2.2018.

<http://www.stea.fi/raportointi-valvonta-ja-arviointi/stea-valvoo>

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. 2011. Tautiluokitus ICD-10. 3. painos. Viitattu 25.4.2018.

<https://thl.fi/documents/10531/1449887/ICD-10.pdf/8091c7cc-fda6-4e86-8ef9-7790d8d6a1a2>

Vantaan A- Kilta ry. Viitattu 24.4.2018.

<http://vantaan-a-kilta.fi/>

Vilka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki. Viitattu 11.10.2018.

<http://hanna.vilka.fi/wp-content/uploads/2014/02/Tutki-ja-mittaa.pdf>

Julkaisemattomat

Soulanto, M. 2018. Toiminnanjohtajan haastattelu. Helsingin A- Kilta ry. Helsinki.

Kuviot

Kuvio 1. Malmin yhteisötilan kyselyyn vastanneiden sukupuolijakauma

Kuvio 2. Malmin yhteisötilan kyselyyn vastanneiden ikäjakauma

Kuvio 3. Toiminnassa mukanaolo aika

Kuvio 4. Käynnit Malmin yhteisötilassa

Kuvio 5. Koen itseni tervetulleeksi Malmin yhteisötilaan

Kuvio 6. Malmin yhteisötilassa käyminen on helpottanut tunnettani siitä, että olen asioideni kanssa yksin

Kuvio 7. Olen tutustunut uusiin ihmisiin Malmin yhteisötilassa

Kuvio 8. Minulle on tärkeää tavata vertaisia Malmin yhteisötilassa

Kuvio 9. Vertaistuki ja yhteisöllisyys Malmin yhteisötilassa on tärkeää minulle päihteidenkäytön vähentämisessä/päihteettömän elämän ylläpitämisessä

Kuvio 10. Vertaistuki ja yhteisöllisyys Malmin yhteisötilassa on tärkeää minulle mielenterveyden/hyvinvoinnin ylläpitämisessä

Kuvio 11. Malmin yhteisötilassa on turvallinen ilmapiiri

Kuvio 12. Saan halutessani tukea itseäni askarruttavien asioiden käsittelemisessä ja hoitamisessa Malmin yhteisötilassa

Kuvio 13. Tarvitsisin enemmän tukea

Kuvio 14. Olen osallistunut Helsingin A-killan retkille, tapahtumiin tai ryhmätoimintaan

Kuvio 15. Olen osallistunut Malmin yhteisötilassa yhteisön kehittämiseen tai muuhun vapaaehtoistoimintaan

Kuvio 16. Olen tyytyväinen yhteisötilan aukioloaikoihin

Liitteet

Liite 1: Alkuperäinen kyselylomake.....	53
Liite 2 Käytetty kyselylomake	59
Liite 3 Kyselyn mainos	65
Liite 4 Uusi kyselylomake.....	66

Liite 1: Alkuperäinen kyselylomake



Kysely Malmin yhteisötilan toiminnan kehittämiseksi

Kysely järjestetään yhdessä Helsingin A-killan ja Laurea ammattikorkeakoulun opiskelijoiden kanssa. Vastauksia käytetään Malmin yhteisötilan toiminnan arviointiin ja kehittämiseen sekä Laurean opiskelijoiden opinäytetyöhön. Vastaaminen kyselyyn on vapaaehtoista ja siihen ei kerätä henkilötietoja.



Helsingin A-Kilta ry

Malmin yhteisötila

Soidinkuja 4–6, C-rappu

00700 Helsinki

[malmi\(at\)helsinginakilta.fi](mailto:malmi(at)helsinginakilta.fi)

Puh. 050 4090 344

Y-tunnus 0201233-9

Merkitse itsellesi sopivin vastausvaihtoehto ympäröimällä se. Avoimiin kohtiin voit kirjoittaa vapaasti omin sanoin.

Perustiedot:

Sukupuoli

Mies Nainen Muu/en halua kertoa

Ikä

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

Kuinka kauan olet ollut mukana Malmin yhteisötilan toiminnassa?

0-6kk 7kk-1v 1-2v kauemmin

Miten olet löytänyt Malmin yhteisötilaan?

Kuinka usein vieraillet yhteisötilassa?

Lähes päivittäin Muutaman kerran viikossa

Kerran viikossa Harvemmin

Varsinaiset kysymykset:

1. Koen itseni tervetulleeksi Malmin yhteisötilaan

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä Melko eri mieltä

Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

2. Malmin yhteisötilassa käyminen on helpottanut tunnettani siitä, ettei minun tarvitse olla asioideni kanssa yksin

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä Melko eri mieltä

Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

3. Olen tutustunut uusiin ihmisiin Malmin yhteisötilassa

Kyllä En En ole, mutta haluaisin

Halutessasi perustele vastauksesi:

4. Minulle on tärkeää tavata vertaisia (saman kokeneita) Malmin yhteisötilassa

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä Melko eri mieltä

Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

5. Vertaistuki ja yhteisöllisyys Malmin yhteisötilassa on tärkeää minulle päihteidenkäytön vähentämisessä/päihteettömän elämän ylläpitämisessä

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä Melko eri mieltä

Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

6. Vertaistuki ja yhteisöllisyys Malmin yhteisötilassa on tärkeää minulle mielenterveyden ja hyvinvoinnin ylläpitämisessä

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä Melko eri mieltä

Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

7. Malmin yhteisötilassa on turvallinen ilmapiiri

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä Melko eri mieltä

Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

8. Saan halutessani tukea itseäni askarruttavien asioiden hoitamisessa
Malmin yhteisötilassa

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä Melko eri mieltä

Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

9. Millaista tukea tarvitsisin enemmän?

10. Olen osallistunut Malmin yhteisötilassa vapaaehtoistoimintaan (esim.
suunnittelu, kaverin tukeminen, retkitoiminnan järjestäminen)

Kyllä En En ole vielä, mutta haluaisin

Halutessasi perustele vastauksesi:

11. Olen osallistunut retkiin, tapahtumiin tai ryhmätoimintaan

Kyllä En En ole, mutta haluaisin

Halutessasi perustele vastauksesi:

12. Olen tyytyväinen yhteisötilan aukioloaikoihin

Kyllä En En osaa sanoa

Jos vastasit ei, millaisia muutoksia toivoisit?



www.shutterstock.com - 76584928

Kiitos vastauksistasi!

Liite 2 Käytetty kyselylomake



Kysely Malmin yhteisötilan toiminnan arvioimiseksi & kehittämiseksi

Kysely toteutetaan elo-syyskuussa 2018 Helsingin A-Killan ja Laurea ammattikorkeakoulun opiskelijoiden yhteistyönä. Vastauksia käytetään Malmin yhteisötilan toiminnan kehittämiseen sekä Laurean opiskelijoiden opinnäytetyöhön. Vastaaminen kyselyyn on vapaaehtoista ja vastaajilta ei kerätä henkilötietoja.

Helsingin A-Kilta ry / Malmin yhteisötila Soidinkuja 4-6, C-rappu, 00700 Helsinki malmi@helsinginakilta.fi, puh. 050 4090 344

www.helsinginakilta.fi



Merkitse itsellesi sopivin vastausvaihtoehto ympyröimällä. Avoi-
miin kohtiin voit kirjoittaa vapaasti omin sanoin.

Taustatiedot:

Sukupuoli

Mies Nainen Muu / En halua kertoa

Ikä

18-29 v. 30-62 v. 63-79 v. 80 v. tai yli

Kuinka kauan olet ollut mukana Malmin yhteisötilan toiminnassa?

0-6 kk 7 kk - 1 v. 1-2 v. Kauemmin

Miten olet löytänyt Malmin yhteisötilaan?

Kuinka usein käyt Malmin yhteisötilassa?

Päivittäin tai lähes päivittäin Muutaman kerran viikossa

Kerran viikossa Harvemmin

*** Varsinainen kysely alkaa seuraavalta sivulta.**

1.Koen itseni tervetulleeksi Malmin yhteisötilaan.

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä
 Melko eri mieltä Täysin eri mieltä En osaa sanoa
Halutessasi perustele vastauksesi:

2.Malmin yhteisötilassa käyminen on helpottanut tunnettani siitä, että olen asioideni kanssa yksin.

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä
 Melko eri mieltä Täysin eri mieltä En osaa sanoa
Halutessasi perustele vastauksesi:

3.Olen tutustunut uusiin ihmisiin Malmin yhteisötilassa.

Kyllä En En ole, mutta haluaisin tutustua
Halutessasi perustele vastauksesi:

4.Minulle on tärkeää tavata vertaisia (samantyyppisiä asioita kokeneita) Malmin yhteisötilassa.

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä
 Melko eri mieltä Täysin eri mieltä En osaa sanoa
Halutessasi perustele vastauksesi:

5. Vertaistuki ja yhteisöllisyys Malmin yhteisötilassa on tärkeää minulle päihteidenkäytön vähentämisessä/päihteettömän elämän ylläpitämisessä

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä
Melko eri mieltä Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

6. Vertaistuki ja yhteisöllisyys Malmin yhteisötilassa on tärkeää minulle mielenterveyden/hyvinvoinnin ylläpitämisessä.

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä
Melko eri mieltä Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

7. Malmin yhteisötilassa on turvallinen ilmapiiri.

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä
Melko eri mieltä Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

*** Kysymykset jatkuvat seuraavalla sivulla**

8.Saan halutessani tukea itseäni askarruttavien asioiden käsittelemisessä ja hoitamisessa Malmin yhteisötilassa.

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä

Melko eri mieltä Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

9.Tarvitsisin enemmän tukea.

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä

Melko eri mieltä Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

10.Olen osallistunut Helsingin A-Killan retkille, tapahtumiin tai ryhmätoimintaan.

Kyllä En En ole, mutta haluaisin

Halutessasi perustele vastauksesi ja kerro palautteesi tapahtumasta:

*** Kysymykset jatkuvat seuraavalla sivulla**

11. Olen osallistunut Malmin yhteisötilassa yhteisön kehittämiseen tai muuhun vapaaehtoistoimintaan (esim. retkitoiminnan suunnittelu tai muu suunnittelukokous, kaverin tukeminen, kahvinkeitto, ryhmän vetäminen).

Kyllä En En ole vielä, mutta haluaisin

Halutessasi perustele vastauksesi:

12. Olen tyytyväinen yhteisötilan aukioloaikoihin (ma-pe klo 9-16, su klo 10-16, lisäksi iltatoimintaa kesällä maanantaisin sekä syksyllä maanantaisin naistenillat ja tiistaisin äijäillat).

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä

Melko eri mieltä Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

Tähän voit kertoa vapaasti kommenttejasi, terveisiä ja toiveitasi Malmin yhteisötilan toiminnan kehittämiseksi:

Kiitos vastaksistasi!



Liite 3 Kyselyn mainos



**HUUUU! Jaa yhteisölle
viisauttasi -
VASTAA HELPPOON
KYSELYYN ja nauti kiitokseksi
maksutta kuppi kahvia tai kylmä
virvoitusjuoma!**

Kysely toteutetaan elo- syyskuussa 2018 Helsingin A-Kilta ry:n ja Laurea ammattikorkeakoulun opiskelijoiden yhteistyönä. Vastaaminen kyselyyn on vapaaehtoista ja vastaajilta ei kerätä henkilötietoja.

Mihin vastauksia käytetään?

Vastauksia käytetään Malmin yhteisötilan toiminnan todentamiseen, arvioimiseen ja kehittämiseen sekä Laurean opiskelijoiden opinnäytetyöhön. Malmin yhteisötilan ylläpitämistä tukee Stea. Kerromme Stealle toiminnan toteutumisesta ja kehitämme näin myös samalla toimintaa yhdessä.

Kysymyslomakkeen saat esitepöydältä tai ohjaajalta. Palauta kysymyslomake taitettuna biljardipöydän takana olevaan palautelaatikkoon tai ohjaajalle. Kiitos arvokkaasta osallistumisestasi!

WWW.HELSINGINAKILTA.FI

Liite 4 Uusi kyselylomake



Kysely Malmin yhteisötilan toiminnan kehittämiseksi

Vastauksia käytetään Malmin yhteisötilan toiminnan arviointiin ja kehittämiseen. Vastaaminen kyselyyn on vapaaehtoista ja siihen ei kerätä henkilötietoja.



Helsingin A-Kilta ry
Malmin yhteisötila
Soidinkuja 4–6, C-rappu
00700 Helsinki
malmi(at)helsinginakilta.fi
Puh. 050 4090 344
Y-tunnus 0201233-9

Merkitse itsellesi sopivin vastausvaihtoehto ympyröimällä se. Avoimiin kohtiin voit kirjoittaa vapaasti omin sanoin.

Taustatiedot:

Sukupuoli

Mies Nainen Muu/en halua kertoa

Ikä

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

Kuinka kauan olet ollut mukana Malmin yhteisötilan toiminnassa?

0-6kk 7kk-1v 1-2v kauemmin

Mistä kuulit Malmin yhteisötilasta?

Kuinka usein käyt yhteisötilassa?

Lähes päivittäin Muutaman kerran viikossa

Kerran viikossa Harvemmin

Varsinaiset kysymykset:

1. Koen itseni tervetulleeksi Malmin yhteisötilaan

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä Melko eri mieltä

Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

2. Olen tutustunut uusiin ihmisiin Malmin yhteisötilassa

Kyllä En En ole, mutta haluaisin

Halutessasi perustele vastauksesi:

3. Minulle on tärkeää tavata vertaisia (samanlaisia asioita kokeneita) Malmin yhteisötilassa

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä Melko eri mieltä

Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

4. Vertaistuki ja yhteisöllisyys Malmin yhteisötilassa on tärkeää minulle päihteidenkäytön vähentämisessä/päihteettömän elämän ylläpitämisessä

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä Melko eri mieltä

Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

5. Vertaistuki ja yhteisöllisyys Malmin yhteisötilassa on tärkeää minulle mielenterveyden ja hyvinvoinnin ylläpitämisessä

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä Melko eri mieltä

Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

6. Malmin yhteisötilassa on turvallinen ilmapiiri ja voin puhua vaikeistakin asioista

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä Melko eri mieltä

Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

7. Saan halutessani tukea itseäni askarruttavien asioiden hoitamisessa Malmin yhteisötilassa

Täysin samaa mieltä Melko samaa mieltä Melko eri mieltä

Täysin eri mieltä En osaa sanoa

Halutessasi perustele vastauksesi:

8. Millaista tukea tarvitsisin enemmän?

9. Olen osallistunut Malmin yhteisötilassa vapaaehtoistoimintaan (esim. suunnittelu, kaverin tukeminen, retkitoiminnan järjestäminen)

Kyllä En En ole vielä, mutta haluaisin

Halutessasi perustele vastauksesi:

10. Olen osallistunut retkiin, tapahtumiin tai ryhmätoimintaan

Kyllä En En ole, mutta haluaisin

Halutessasi perustele vastauksesi:



www.shutterstock.com - 76584928

Kiitos vastauksistasi!