

# KAHVIA JA KOHTAAMISIA

kohtaamispaikka Narikka



**HAMK**  
HÄMEEN AMMATTIKORKEAKOULU  
HÄME UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyö

Hämeenlinnan korkeakoulukeskus, sosionomikoulutus

kevät, 2019

Mari Hänninen

Sosionomikoulutus  
Hämeenlinnan korkeakoulukeskus

---

<b>Tekijä</b>	Mari Hänninen	<b>Vuosi</b> 2019
<b>Työn nimi</b>	Kahvia ja kohtaamisia, kohtaamispaikka Narikka	
<b>Työn ohjaaja</b>	Saija Silvennoinen	

---

## TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyön tilaajana toimi Etelä-Pirkanmaan Sosiaalisen kuntoutuksen SoKu-hanke, joka toteutti osana hanketta kohtaamispaikkatoimintaa kolmella paikkakunnalla. Hankkeen kohderymänä oli työelämän ulkopuolella olevat työkäiset ihmiset. Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, kuinka kohtaamispaikoissa käyneet ihmiset kokivat kohtaamispaikan vaikuttaneen heidän arkeen, osallisuuteen ja kuntoutumiseen.

Tietoperustana olivat sosiaalinen kuntoutus ja sosiaaliohjaus. Lisäksi teoriassa oli sosiaaliseen kuntoutukseen ja kohtaamispaikkatyöhön liittyviä käsitteitä kuten monialalainen yhteistyö, työelämän ulkopuolella olevien osallisuus, sote-uudistus ja palveluiden digitalisointi sekä avoimen kohtaamispaikan periaatteet. Tutkimus oli kvantitatiivinen kyselytutkimus, joka toteutettiin verkkokyselynä. Kyselyssä oli mukana sekä suljettuja, että avoimia kysymyksiä, joihin vastaaja sai vastata omin sanoin. Avoimiin kysymyksiin vastaaminen oli vapaaehtoista. Nämä vastaukset analysoitiin teemoittelemalla vastaukset neljään eri teemaan.

Tuloksista pystyi päättelemään, että kohtaamispaikka on onnistunut tuomaan ihmisten elämään sisältöä ja monet ovat onnistuneet saamaan lisää osallisuuden tunnetta ja luomaan ihmissuhteita kohtaamispaikoissa sekä ylläpitämään päivärytmiä. Tuloksia oli mahdollisuus hyödyntää hankkeen loppuraportissa, lisäksi kohtaamispaikkatoimintaa jatkaneet kunnat pystyvät käyttämään tuloksia apuna toiminnan kehittämisessä.

**Avainsanat** Kohtaamispaikka, sosiaalinen kuntoutus, sosiaaliohjaus, työelämän ulkopuolella olevat, työkäiset

**Sivut** 38 sivua, joista liitteitä 2 sivua

Degree programme in Social Services  
Hämeenlinna University Centre

---

<b>Author</b>	Mari Hänninen	<b>Year</b> 2019
<b>Subject</b>	Meeting place Narikka	
<b>Supervisor</b>	Saija Silvennoinen	

---

ABSTRACT

The commissioner of this Bachelor's thesis was a project of social rehabilitation in Southern Pirkanmaa. The project arranged meeting places for people outside the labour force in three towns: Akaa, Urjala and Valkeakoski. The aim of this thesis was to examine what the meeting places called Narikka meant to people who visited there; how the meeting places managed to increase people's participation, quality of life and coping with everyday life.

Social rehabilitation and social guidance formed the theoretical background. The thesis also includes basic information about multisectoral collaboration, participation of those who are out of work or education, digitalization and principles of meeting places.

The thesis was a qualitative study and the data were collected by using an online survey. The survey was arranged in all the three Narikka meeting places. The obtained responses were analysed according to four different themes.

According to the respondents, the meeting place Narikka has managed to bring meaning to their life and increase their feeling of inclusion and participation. They have formed new social contacts and maintained a daily rhythm. The results can be used in the final report of the project and in developing the activities of the Narikka meeting places.

**Keywords** Meeting place, social rehabilitation, participation, working-age population

**Pages** 38 pages including appendices 2 pages

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	TIETOPERUSTA.....	2
2.1	Sosiaalinen kuntoutus .....	2
2.2	Sosiaaliohjaus .....	4
2.3	Monialainen yhteistyö.....	5
2.4	Työelämän ulkopuolella olevien osallisuus.....	6
2.5	Sote-uudistus ja palveluiden digitalisointi .....	7
2.6	Avoim kohtaamispaikka .....	8
2.7	Aiemmat tutkimukset.....	9
3	SOKU-HANKE JA KOHTAAMISPAIKKA NARIKKA.....	9
3.1	SoKu-hanke.....	10
3.2	Kohtaamispaikka Narikka .....	11
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN .....	12
4.1	Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset.....	13
4.2	Aineiston keruu ja analysointi .....	14
4.3	Eettisyys ja luotettavuus .....	15
5	TUTKIMUKSEN TULOKSET.....	16
5.1	Vastaukset monivalintakysymyksiin.....	16
5.2	Avoimet kysymykset.....	28
5.2.1	Olen käynyt Narikassa, koska... ..	28
5.2.2	Narikka on merkinnyt minulle... ..	28
5.2.3	Narikassa parasta on ollut... ..	28
5.2.4	Olisi hyvä, jos Narikassa olisi... ..	29
6	JOHTOPÄÄTÖKSET .....	29
7	LOPUKSI .....	32
	LÄHTEET .....	34

Liitteet

Liite 1 Kysely

## 1 JOHDANTO

Sosiaalihuoltolaki tuli voimaan vuonna 2015. Lain henkenä voidaan ajatella olevan ennaltaehkäisyn ja varhaisen tuen, asiakaslähtöisyyden sekä ihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin huomioonottamisen. Sosiaalinen kuntoutus on lain myötä ensimmäistä kertaa palvelua, jota kuntia veloitetaan järjestämään. (Sosiaalihuoltolaki 2014/1301)

Lakimuutoksen jälkeen kunnilla on ollut hyvin monenlaisia käytäntöjä järjestää sosiaalista kuntoutusta, vaikka sosiaalihuoltolain ajatellaankin olevan selkeä sosiaalisen kuntoutuksen osalta (Karjalainen, Kuusio, Puromäki & Tuusa, 2017, s. 4). Etelä-Pirkanmaan Sosiaalisen kuntoutuksen SoKu-hanke kehittää Sosiaalihuoltolain mukaista sosiaalista kuntoutusta Akaassa, Urjalassa ja Valkeakoskelle. Hankkeen yhtenä toimintana se avasi jokaiselle paikkakunnalle avoimet kohtaamispaikat, Narikat.

Narikan tavoite on olla helposti lähestyttävä, matalan kynnyksen paikka työikäiselle, työelämän ulkopuolella oleville henkilöille. Narikan tavoitteena on tarjota ohjausta, osallisuutta ja aktiviteetteja ja parantaa sitä kautta kävijöidensä elämänlaatua ja arjen hallintaa.

Opinnäytetyön avulla selvitin, kuinka tavoitteissa on onnistuttu ja mitä Narikka on mahdollisesti tuonut ihmisille elämään lisää. Työn tilaaja on Etelä-Pirkanmaan Sosiaalisen kuntoutuksen SoKu-hanke, joka käyttää tutkimuksen tuloksia, kun hankkeen päättyessä marraskuussa 2018 arvioidaan, kuinka hankkeessa on onnistuttu.

Kohtaamispaikkatoimintaa on jonkin verran tutkittu aiemminkin, mutta hyvin usein kohtaamispaikoilla on tarkkaan määritelty kohderyhmä, kuten vaikka päihdekuntoutujat. Lisäksi tutkimukset ovat olleet laadullisia haastattelututkimuksia. Tämän tutkimuksen tavoitteena oli kartoittaa mahdollisimman suuren joukon mielipiteet, jonka vuoksi tutkimus tehtiin määrällisenä kyselytutkimuksena. Hankkeen päättyessä Narikka-toimintaa jatkavat kunnat, joten tutkimuksessa huomioitiin myös, mitä kävijät toivovat kohtaamispaikoilta jatkossa tai mitä toiminnan kehittämisessä olisi syytä huomioida.

## 2 TIETOPERUSTA

Luvussa avataan opinnäytetyön aiheeseen liittyviä käsitteitä ja työmenetelmiä, joita sosiaalisessa kuntoutuksessa ja kohtaamispaikkatoiminnassa käytetään. Lisäksi kerrotaan yhteiskunnallisista, ajankohtaisista aiheeseen liittyvistä asioista, kuten sote-uudistuksesta ja digitalisaatiosta.

### 2.1 Sosiaalinen kuntoutus

Sosiaalinen kuntoutus on sosiaalihuoltolain mukaista toimintaa, jota sosiaalipalvelujen järjestäjän tulee Sosiaalihuoltolain (2014/1301) mukaan järjestää.

Kuntoutuksen kokonaisuus muodostuu neljästä osasta, johon kuuluvat lääkinnällinen, kasvatuksellinen, ammatillinen ja sosiaalinen kuntoutus. Sosiaalinen kuntoutus on jäänyt kehityksestä muiden kuntoutusmuotojen jälkeen. Sosiaaliselle kuntoutukselle ei ole muodostunut konkreettisia toimenpiteitä ja tavoitteita. Ennen sosiaalihuoltolain uudistumista sosiaalisella kuntoutuksella ei ollut ohjaavaa lainsäädäntöä. Tämän vuoksi termiä on käytetty löyhästi, eikä konkreettisia toimenpiteitä ennen lakiuudistusta ole juurikaan ollut. (Karjalainen, Kuusio, Puromäki & Tuusa, 2017, s. 11)

Sosiaalityöllä ja sosiaalisella kuntoutuksella on sama tavoite. Molempien tarkoitus on vahvistaa, pitää yllä ja tukea ihmisen suhdetta yhteiskuntaan. Jokaiseen kuntoutuksen vaiheeseen liittyvät sosiaaliset asiat ja vuorovaikutus. Jokaisen asiakkaalle tehdyn kuntoutusohjelman tai -suunnitelman tavoite on löytää ihmiselle oma tapa ja paikka toimia, ehkäistä kaikenlaista syrjäytymistä, sekä edistää osallisuutta. (Kokko & Veistilä, 2016, ss. 220–221)

Sosiaalinen kuntoutus on siis sekä osa monialaista kuntoutuskenttää, että osa sosiaalityön kenttää. Toimiakseen se edellyttää työnteekijöiden verkostoitumista ja eri toimijoiden välistä yhteistyötä. Koska sosiaalinen kuntoutus on edelleen hieman organisoimatonta, tai vain osa jotakin muuta toimintaa palvelujärjestelmässä, alueellisia eroja palveluissa on paljon. (Härkäpää, Kostamo-Pääkkö & Lindh, 2018, s. 10)

Sosiaalista kuntoutusta järjestetään henkilöille, joiden katsotaan olevan syrjäytyneitä tai ovat riskissä päätyä syrjäytyneiksi. Usein heillä on muutenkin tuen tarvetta, esimerkiksi liiallisen päihteidenkäytön tai mielenterveysongelmien vuoksi. Henkilö saattaa olla kehitysvammainen, maahanmuuttaja tai muuten tilanteessa, jossa tarvitsee elämäänsä ulkopuolista apua ja tukea. Usein ihmisellä on arkea ja sosiaalisia tilanteista hankaloitavia haasteita, jotka pitkittyessään voivat vaikuttaa ihmisen selviämiseen yhteiskunnan säännöillä tai omassa arjessaan. Usein sosiaaliseen kuntoutukseen kuuluu jonkinlainen toiminnallisuus ja osallistuminen esimerkiksi

ryhmätoimintaan, joka yhdistyy yksilöllisesti annettuun tukeen. Tämän vuoksi sosiaalinen kuntoutus onnistuakseen edellyttää yhteistyötä eri toimijoiden ja palvelutarjoajien välillä, jotta henkilön kuntoutuminen vaikuttaa kokonaisvaltaisesti. (Kokko & Veistilä, 2016, ss. 221–222)

Sosiaalinen kuntoutus sisältää asiakkaan tarpeen mukaan tehdyn sosiaalisen toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen selvittämisen. Tarpeen mukaan annetaan kuntoutusneuvontaa ja sovitetaan kuntoutuspalveluja yhteen, sekä valmennetaan arkipäivästä suoriutumista ja elämönhallintaa. Asiakkaan vuorovaikutusta voidaan tukea, lisäksi tulee huomioida yksilölliset sosiaalista kuntoutumista edellyttävät toimenpiteet. (Karjalainen, Kuusio, Puromäki & Tuusa, 2017, s. 14)

Sosiaalisen kuntoutuksen alkaessa asiakkaalle tehdään palvelutarpeen arviointi, jossa olisi hyvä olla mukana perhettä tai muita läheisiä ihmisiä. Arvioon kirjataan, millaisessa tilanteessa asiakkaan elämä on, millaista jatko-työskentelyä on tarpeen tehdä ja kuinka sosiaalipalveluja mahdollisesti tarvitaan. Asiakassuunnitelma täydentää arviointia tarvittaessa. Suunnitelma sisältää asiakkaan oman ja ammattilaisen arvion tarvittavista palveluista ja tavoitteista. Sosiaalista kuntoutusta voidaan toteuttaa asiakkaan tarpeista lähtien. Erilaisia työmuotoja on paljon. Työ voi olla yksilöllistä tukea ja lähityötä asiakkaan rinnallakulkijana, se voi pitää sisällään ryhmämuotoista kuntoutusta, työtoimintaa, vertaistukea tai osallistumista vapaaehtoistyöhön. (Karjalainen, Kuusio, Puromäki & Tuusa, 2017, s. 15)

Yksi työmuoto, jota voidaan hyödyntää sosiaalisessa kuntoutuksessa, on vertaistuki tai kokemusasiantuntijoiden käyttö. Kippola-Pääkkösen (2018, s. 186) mukaan vertaistuen merkityksestä on saatu paljon lisää tietoa.

Eri ryhmissä vertaistuki on tutkimustulosten mukaan ollut jopa yksi tärkeimmistä auttavista tekijöistä. Asiakkaalle ei ole merkityksentöntä, että hän saa tunteen siitä, ettei olekaan haasteiden tai toipumisen kanssa yksin. On ihmisiä, jotka ovat kokeneet samoja asioita ja selvinneet samasta tilanteesta. Vertaistuki ei kuitenkaan toimi itsestään, vaan ryhmätoiminnan ja oppimisen avuksi tarvitaan ammattilaista (Kippola-Pääkkönen, 2018, s. 180).

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos tutki vuonna 2016 kuntien käsityksiä uudesta sosiaalihuoltolaista ja sosiaalisesta kuntoutuksesta. Tulosten perusteella sosiaalista kuntoutusta saatettiin määritellä hyvin eri tavoilla. Usein painottui asiakkaan hankala elämäntilanne ja moniammattillinen työ, kuin myös yksilötyö, ryhmä- ja vertaistukitoiminta sekä erilaiset aktivoinnit, kuten harrastukset. (Karjalainen, Kuusio, Tuusa & Puromäki, 2017, s. 23)

Kuntakyselyn perusteella sosiaalisella kuntoutuksella tulisi pyrkiä puuttamaan etenkin henkilön arjen pulmiin ja elämönhallintaan. Ne pitävät sisällään esimerkiksi arjen perusasioiden hoitamista tukemalla elämönhallin-

taa, kuten ravinto-, liikunta-, ja talousasioissa. Vastausten perusteella koettiin tärkeäksi myös, että asiakas jossain vaiheessa pystyisi ottamaan itse vastuun omien asioiden hoidosta. Sosiaalisten haasteiden poistamiseen haluttiin kiinnittää huomiota, myös palvelukulttuuriin ja ympäristön asenteisiin vaikuttava työ koettiin tärkeänä. (Karjalainen, Kuusio, Tuusa & Puromäki, 2017, s. 25)

Karjalaisen ym. (2017, s. 26) mukaan sosiaalisesta kuntoutusta saavat asiakkaat ovat usein työikäisiä. Ryhmämuotoinen toiminta on suosittua, mutta se ei välttämättä ole kaikille sopivaa toimintaa, asiakkaiden tavoitteiden tasokin voi vaihdella kovasti. On asiakkaita, joiden tavoitteeksi voi asettaa työ- tai opiskelupaikan saamisen, kun samaan aikaan toisen tavoitteena voi olla päivärytmin löytäminen.

## 2.2 Sosiaaliohjaus

Sosiaaliohjauksen tarkoitus on neuvoa ja tukea asiakasta hänelle sopivien ja hänen tarvitsemien palvelujen löytämisessä ja yhteen sovittamisessa. Palveluiden tarpeessa oleva henkilö tarvitsee usein henkilökohtaista ohjausta ja tukea. Sosiaaliohjaajan yhteistyö muiden palveluita tuottavien tahojen kanssa on tärkeää. (Kuntaliitto, 2017)

Suurella roolilla sosiaaliohjauksessa on tuen tarpeessa olevan henkilön arkielämän sujuvoittaminen. Sosiaaliohjauksen avulla ihminen voidaan kohdata joustavasti ja motivoitua. (Sosiaali- ja terveysministeriö, n.d.a)

Perusta ja lähtökohta sosiaaliohjaukselle ovat henkilön arki ja sen toimintakyky, asiakas itse ja hänen meneillään oleva elämäntilanne. Sen vuoksi sosiaaliohjauksen tavoitteena voi ajatella olevan henkilön arjen- ja elämänhallinnan kehittäminen ja parantaminen. (Helminen, 2016, ss. 15–16)

Helminen (2016, s. 17) jatkaa, että asiakaslähtöisyys on tärkeää sosiaaliohjauksessa, samoin palvelujen matala kynnyks. Työtä voidaan tehdä esimerkiksi asiakkaan kotona tai kohtaamispaikassa. Se vaatii työntekijältä joustavuutta ja tilannettaajuutta, kun työpaikka ja -välineet vaihtelevat.

Asiakaslähtöisyyteen perustuu myös työtapojen valinta. Ensisijaisesti sitä tietenkin on asiakkaan ohjaus, johon sisältyy neuvontaa ja tukea. Työ voi olla yksilötyötä tai ryhmälle tehtävää ohjausta. Tärkeä osa neuvontaa on informointi eri palveluista ja tukimuodoista, eli palveluohjauksellinen työ. Myös asiakkaan edunvalvonta ja huolehtiminen siitä, että hän saa oikeat, tarvittavat palvelut, voi olla osa sosiaaliohjausta. (Helminen, 2016, s. 20)

Jotta palveluohjauksellinen työ onnistuu, tulee tehdä yhteistyötä muiden toimijoiden kanssa. Verkostotyö on tärkeä osa sosiaaliohjausta. Työntekijän onkin siis oltava hyvin perillä siitä, mitä erilaisia palveluja ja tukimuotoja on saatavilla, ja mihin lain mukaan henkilöllä on oikeus. (Helminen, 2016, ss. 20–21) Jos henkilön haasteet ulottuvat monelle eri osa-alueelle



elämässä, ei tukikaan voi olla vain yhteen haasteeseen suunnattua, vaan onnistuminen saavutetaan kohtaamalla henkilö kokonaisvaltaisesti, ei niin että asiat erotellaan toisistaan. Asiakkaan kanssa käytävä vuorovaikutus on tärkeää, jotta voidaan saavuttaa mahdollisuus työskennellä asiakkaan rinnallakulkijana. Siten voidaan saavuttaa vaikuttavia tuloksia. (Helminen, 2016, s. 22)

Yhä useammin työssä kohdataan muista maista ja kulttuureista kotoisin olevia ihmisiä. Tämän vuoksi kulttuurisensitiivisyys, tai kulttuuriherkkyys, on otettava sosiaaliohjauksessakin huomioon. Kielitaidon lisäksi työntekijältä odotetaan ymmärrystä eri kulttuureista ja niiden vaikutuksesta. Jotta voi ymmärtää muista kulttuureista tulevia, tulee ensin olla tietoinen omasta kulttuurista ja sen merkityksestä. Kulttuuri ei ole sidoksissa tiettyyn valtioon. Kulttuurit sekoittuvat ja ottavat vaikutteita ja merkityksiä muilta. (Katisko, 2016, ss. 199–201)

Sosiaaliohjauksen keskiössä on ihmisen kohtaaminen. Jotta ihminen voidaan kohdata kokonaisvaltaisesti, yksilön lisäksi on ymmärrettävä ihminen paitsi maailman ja yhteiskunnan, myös perheensä yhtenä jäsenenä. Tällainen kohtaaminen edellyttää työntekijältä globaalien ja yhteiskunnallisten asioiden tietämystä, jotta osaa ymmärtää niiden vaikutukset yksittäisen ihmisen elämään. (Katisko, 2016, s. 203)

### 2.3 Monialainen yhteistyö

”Monialaisuudella tarkoitetaan eri ammattialojen välistä yhteistyötä”, sanovat Kokko ja Veistilä artikkelissaan Sosiaalityö ja sosiaalinen kuntoutus yhteistyönä (2016, s. 220).

Perinteisesti sosiaalityössä on työskennelty yhdessä terveydenhuollon kanssa. Sosiaalityön kehittämis- ja hanketasolla on kuitenkin pyritty saamaan parempaa vaikuttavuutta yhteistyöllä. Asiakkaan haasteiden ollessa monimutkaisempia, ei enää riitä yhden alan asiantuntijuus. Sosiaalisen kuntoutuksen kanssa yhteisiä asiakkaita voi olla terveydenhuollon lisäksi käytännössä mikä vain palvelutarjoaja. Usein niitä kuitenkin ovat Kela, TE-palvelut sekä mielenterveys- ja päidetyö. (Kokko & Veistilä, 2016, s. 226)

Käytännössä monialainen yhteistyö tehdään usein verkostoissa, jotka koontuvat sovituin väliajoin keskustelemaan yhteisistä asiakkaista. On kuitenkin riski, että verkostotyö jää tehottomaksi, ellei kiinnitetä huomiota jatkotoimista sopimiseen ja työn organisointiin sekä vastuualueiden jakautumiseen. Verkoistoissa tulee myös olla luottamus eri toimijoiden välillä, toisaalta taas tulee pystyä ”jakamaan” omaa asiakasta sekä asiantuntijuutta myös muiden käyttöön. (Kokko & Veistilä, 2016, s. 227)

Sosiaalisen kuntoutuksen onnistuminen edellyttää yhteistyötä eri toimijoiden välillä. Asiakkailla voi olla useita tuen muotoja eri työntekijöiden kanssa, jonka vuoksi kokonaisuutta voi olla vaikea hahmottaa tai rakentaa.

Pahimmillaan eri toimijat tekevät päällekkäitä työtä. Esimiehen ja johdon rooli onkin tärkeä palveluiden yhteensovittamisen mahdollistamiseksi. (Raivio toim., 2018, s. 53)

Määttä (2018, s. 32) sanoo, että sosiaalinen kuntoutus on osa asiakkaan kokonaistilannetta ja sen tulisi siksi olla osa eri toimijoiden muodostamaa kokonaisuutta, ei erillinen saareke muista palveluista irrallaan. Siksi työntekijöiden on paitsi tiedettävä asiakkaan palvelukokonaisuus, myös oltava valmis tekemään yhteistyötä muiden verkostoon kuuluvien kanssa. Määttä painottaa myös esimiehen roolia moniammatillisen työn mahdollistajaksi.

#### 2.4 Työelämän ulkopuolella olevien osallisuus

Työelämän ulkopuolella oleva henkilö on Tilastokeskuksen (2016) mukaan 15–74-vuotias ihminen, joka ei ole työssä eikä työtön. Useimmiten henkilö on sairas, eläkkeellä tai työkyvyttömyyseläkkeellä. Osa työelämän ulkopuolella olevista on kotona lapsen kanssa. Työelämän ulkopuolella olevien määrä on jonkin verran vähentynyt, silti tähän ryhmään kuuluu yli 1,3 miljoonaa ihmistä.

Osallisuus on käsitteenä erittäin laaja. Yksittäisen ihmisen kohdalla osallisuuden tunne syntyy, kun hänellä on kokemus kuulumisesta johonkin itselleen tärkeään yhteisöön tai ryhmään. Osallisuus yhteiskunnan kannalta on sitä, että ihmisellä on mahdollisuuksia ja oikeuksia. (Raivio toim., 2018, s. 32)

Osallisuutta voidaan ajatella tilana, joka pitää sisällään elämää turvaavat ja inhimilliset tarpeet ja toiminnan sekä ihmisen käytettävissä olevat resurssit. Resursseilla tarkoitetaan esimerkiksi ihmisen toimeentuloa, luottamusta itseän ja muihin, toimintavalmiutta erilaisissa vastaantulevissa tilanteissa sekä osaamista ja sivistystä. (Isola ym., 2018, s. 13)

Arjen hallinta, hyvä arki ja hyvinvointi ovat lähellä osallisuutta, tai ainakin voivat vaikuttaa osallisuuden kokemiseen. Arkea ja sen merkitystä hyvinvoinnille tulisi korostaa. Suomen Mielenterveysseura (n.d.) mukaan hyvä arki muodostuu itsensä huolehtimisesta ja asioista, jotka tuottavat iloa. Jos työttömyyden vuoksi on päivärytmi sekaisin ja jatkuva huoli taloudesta ja terveydestä, on entistä vaikeampaa pitää kiinni terveellisestä ruokavaliosta, riittävästä liikunnasta ja levosta, sekä vielä huolehtia ihmissuhteista. Tietoa on saatavilla, haastavaa on saada ihmiset toimimaan.

Osallisuuden keskeisimpiä edellytyksiä on riittävä toimeentulo. Taloudellisesti heikko asema vähentää ihmisen osallistumisen mahdollisuuksia. Elämän merkitykselliseksi kokeminen ja sosiaalinen vuorovaikutus vähenevät, jos ihminen joutuu ”selviytymään” taloudellisesti pitkän ajan. Työelämän ulkopuolella olevista yli puolet kokevat taloudellisen tilanteen olevan niin heikko, että perustarpeiden kattaminen käytettävissä olevilla tuloilla on haasteellista jatkuvasti. Tämä tarkoittaa, että ihmiset jättävät menemättä

lääkäriin, jopa lääkkeitä ja ravinnosta tingitään. Taloudellinen tilanne heikentää myös uskoa tulevaan, eikä tulevaisuutta juurikaan suunnitella tai ajatella, pyritään ennemmin elämään päivä kerrallaan. (Isola ym., 2018, s. 29)

Pitkäaikaissairaudet ovat heikoimmassa asemassa olevilla yleisempiä, kuin työkäisillä yleensä. Huono terveydentila voi olla syy työttömyydelle, toisaalta taas pitkittynyt työttömyys saattaa johtaa terveysongelmiin, kuin myös psyykkiseen kuormittuneisuuteen. Arjen selvitymisen ollessa kamppailua, psyykkinen kuormittuneisuus vie voimavarat. Siihen vaikuttaa myös ihmisen luottamus itseensä sekä sosiaalisiin verkoistoihin. (Isola ym., 2018, ss. 34–36)

Kokemus kuulluksi tulemisesta ja kuulumisesta johonkin yhteisöön tai ryhmään on osallisuutta rakentavaa ja sitä yllä pitävää. Myös aikuisella ystävät ovat tärkeä osa elämää. Yksi osattomuuden merkki onkin, jos ihminen kokee itsensä yksinäiseksi tai hänellä ei ole läheistä ystävää. Yksinäisyys voi olla yhteydessä jopa sairastumiseen. Jopa noin joka neljäs työelämän ulkopuolella olevista kokee yksinäisyyttä usein tai koko ajan. (Isola ym., 2018, ss. 42–43)

Osallistuminen ja sitä kautta osalliseksi pääseminen ei ole mahdollista, ellei ihminen tiedä millaisia osallistumisen mahdollisuuksia hänellä on. Tietoa on yleisesti melko hyvin ihmisten saatavilla ja käytössä, mutta käsitys paikkojen ilmapiiristä ja toiminnasta on heikompi. Usein koetaan, ettei toiminnassa tule ymmärretyksi tai hyväksytyksi sellaisena kuin on. (Isola, 2018, s. 48)

## 2.5 Sote-uudistus ja palveluiden digitalisointi

Järjestöt ja 3. sektorin toimijat ovat usein kohtaamispaikojen ja matalan kynnyksen palvelujen järjestäjiä (Hämäläinen & Leeman, 2015, s. 5). Helsingin Sanomien Lohilahden artikkelin (2018) mukaan sote-uudistuksen toteutuessa on riski, ettei järjestötyölle löydy enää rahoittajaa. Maakunta voi tilata järjestöltä palveluja, mutta maakunnilla ei ole velvoitetta terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen, mihin kunnilla on velvollisuus nyt ja sote-uudistuksen jälkeen

Valtakunnalliset kohtaamispaikkapäivät järjestettiin huhtikuussa 2018 Tampereella. Myös siellä esitettiin edellä mainittu huoli, kuinka kohtaamispaikkatoiminnalle käy, jos sote-uudistus toteutuu nykyisten suunnitelmien mukaan. Tapahtuman pääjärjestäjä, Artteli kumppanuusyhdistys ry. on huolissaan siitä, ettei ole tietoa, onko kohtaamispaikkatoiminta uudistuksen toteutuessa osa palvelutuotantoa vai yleishyödyllistä toimintaa. Arttelin julkilausuman mukaan kohtaamispaikkojen kaltainen yleishyödyllinen toiminta on erittäin kustannustehokas tapa tuottaa ihmisille hyvinvointia ja edistää toimintakykyä. Kunnat yhdessä Sosiaali – ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksen STEAn kanssa ovat olleet kohtaamispaikkatoiminnan

suurimpia rahoittajia. Jatkossa kuntien mielenkiinto rahoittaa toimintaa on vaarassa poistua, kun palveluista vastaa mahdollisen uudistuksen jälkeen maakunta. STEA perustelee avustuksiaan toiminnalle osallisuuden va-  
jeella, joka yhteiskunnassa monilla on. Mikäli kohtaamispaikkatoiminta jat-  
kossa on palvelutuotantoa, se muuttaisi paikkojen ilmapiiriä, koska nyt pai-  
kat ovat järjestötoiminnan ytimessä. (Artteli-kumppanuusyhdistys ry, 2018)

Valtiovarainministeriön (n.d.a) mukaan julkisen hallinnon viranomaisten tulee ”huolehtia siitä, että sähköinen kanava on asiakkaalle houkuttelevin vaihtoehto”.

”Digitalisoidaan julkiset palvelut” on yksi Sipilän hallituksen kärkihanke, jonka kolme toimenpidettä ovat olleet digitalisoinnin periaatteet, prosessien digitalisointi sekä yhden luukun palvelumalli. (Valtiovarainministeriö, n.d.b)

## Sosiaali- ja terveystalvet



Kuva 1. Sosiaali- ja terveystalvetin näkemys palveluista vuonna 2025 (Sosiaali- ja terveystalvetministeriö, 2016b).

### 2.6 Avoin kohtaamispaikka

Kohtaamispaikka on matalan kynnyksen avoin paikka erilaiselle toiminnalle. Kohtaamispaikka tarjoaa vertaistukea ja kokemusasiantuntijatoimintaa, lisää kävijöidensä yhteisöllisyyttä, osallisuutta ja oman arvon tuntoa. Kävijät ovat suuressa roolissa, kun toimintaa suunnitellaan. Usein kohtaamispaikkatoimintaa järjestää ja organisoii jokin järjestö. (Artteli-kumppanuusyhdistys ry, 2018)

Järjesteyistä palveluista ei ole hyötyä, jos niihin pääseminen on haasteellista, tai ihmisestä tuntuu, ettei hän ole tervetullut. Siksi on tärkeää kiinnittää huomiota siihen, kuinka helppo ihmisten on palveluihin tulla. Matalan kynnyksen palveluksi kutsutaan Hämäläisen ja Leemanin (2015) mukaan palvelua, johon on helpompi mennä, kuin ns. normaalien palveluihin. Ihmisen edellytyksiä hakeutua palveluun on heidän mukaan tällöin tietoisesti madallettu.

Avoin kohtaamispaikka on paikka, johon voi saapua voi ilman lähetettä, ilman diagnoosia, ilman ennakoilmoittautumista tai pelkoa, että sitoutuu johonkin. Joillakin kohtaamispaikoilla voi olla tietty kohderyhmä, usein kuitenkin kaikki ikään, sukupuoleen ja elämäntilanteeseen katsomatta ovat tervetulleita. Kohtaamispaikoissa voi saada vertaistukea, ohjausta ja neuvontaa sekä mielekästä tekemistä. (Artteli-kumppanuusyhdistys, 2018)

## 2.7 Aiemmat tutkimukset

Ville Vierimaa on tutkinut seinäjokelaisen kohtaamispaikka Olkkarin kävijöiden kokemuksia vuonna 2015. Tutkimus oli laadullinen tutkimus, jonka Vierimaa toteutti haastattelututkimuksena. Tutkimuksen perusteella muiden ihmisten kohtaaminen on yksi tärkeimpiä syitä käydä kohtaamispaikassa. Olkkarissa on muodostunut uusia ystävyys-suhteita, lisäksi on tavattu vanhoja tuttavuuksia. Olkkarin kävijöille edullinen välipala ja ilmainen kahvi ovat olleet tärkeitä.

Kohtaamispaikka Olkkari järjestää erilaisia ryhmiä, joiden toimintaa tutkimuksen mukaan pidettiin hyvänä. Samoin retket kohtaamispaikan ulkopuolella ovat tutkimuksen mukaan haastatelluille mielekkäitä. Lisäksi haastateltavat kokevat tulevansa hyväksytyksi Olkkarissa omana itseään. (Vierimaa, 2015, s. 40)

Rosannah Jokinen tutki opinnäytetyössään (2016) matalan kynnyksen kohtaamispaikka Askeleen merkitystä paikan kävijöille. Tutkimus oli laadullinen tutkimus, joka toteutettiin teemahaastatteluin. Jokinen haastatteli viittä ihmistä. Tutkimustulosten mukaan Askel toimii kävijöilleen rauhallisena ja turvallisena paikkana viettää aikaa. Paikan salliva ja suvaitseva ilmapiiri sekä hyväksytyksi tuleminen on vastaajien mukaan tärkeää. Myös kahvi ja vertaistuki, jota Askeleessa saa, nousevat Jokisen tutkimuksessa esiin.

## 3 SOKU-HANKE JA KOHTAAMISPAIKKA NARIKKA

Etelä-Pirkanmaan Sosiaalisen kuntoutuksen hanke eli Soku, toimii kolmella paikkakunnalla. Jokaisella paikkakunnalla hanke pitää matalan kynnyksen

kohtaamispaikkaa, joka auttaa tavoittamaan hankkeen kohderyhmän ja tekee hankkeen toimintaa ja tavoitteita tutuksi.

### 3.1 SoKu-hanke

SoKu-hanke pyrkii löytämään yksilöllisiä, vaikuttavia sosiaalisen kuntoutuksen toimintatapoja asiakkailleen. Hanke tekee yksilötyötä, järjestää erilaisia teemallisia ryhmiä ja tekee tiivistä yhteistyötä asiakkaiden palveluverkoston kanssa. Kohtaamispaikoissa vierailee erilaisten järjestöjen tai yhdistysten edustajia kertomassa toiminnastaan, mutta myös esimerkiksi työhallinnon, aikuissosiaalityön, terveyspalveluiden sekä Kelan työntekijöitä antamassa tietoa omasta toimialastaan. (Työ - ja elinkeinoministeriö, n.d.)

Hankkeen ekologinen kestävyys rakentuu paljolti sen varaan, että käytetään sähköisiä palveluita mahdollisimman paljon. Näin huomioidaan luonnonvarojen kestävyttä ja vähennetään ilmastonmuutosta edistäviä riskejä. Hankkeen toiminnalla ei ole välitöntä eikä välillistä merkitystä luonnon monitmuotoisuudelle, kasvihuonekaasujen lisääntymiselle eikä pohjavesiin, maaperään tai Natura 2000 – ohjelman kohteille. Kestävän kehityksen sosiaalisen, kulttuurisen ja yhdenvertaisuuden näkökulmasta yhdenvertaisuuden näkökulmasta hanke pyrkii edistämään yksilön hyvinvointia lisäämällä osallisuutta ja yksilön valmennusta. Tasa-arvoa edistetään tarjoamalla jokaiselle osallistujalle yksilölliset palvelut. Heikommassa asemassa oleville yksilöllisten ja laadukkaiden palveluiden tarjoaminen edistää tasa-arvoa. Kulttuuriympäristöön hanke vaikuttaa välillisesti olemalla osa kuntien palvelurakennetta. (Työ - ja elinkeinoministeriö, n.d.)

Monialainen yhteistyö on hankkeessa suuressa roolissa. Palveluiden jakautuminen tiukasti eri ammattilaisten omiin sektoreihin voi tarkoittaa asiakkaalle liikkumista eri työntekijöiden ja ammattilaisten välillä. Palvelu ei tällöin ole sujuva, eikä asiakas saa tarvitsemaansa ohjausta. Tehottomuus paitsi lisää kustannuksia, voi pitkittää asiakkaan tilannetta ja lisätä avun tarvetta. Hanke perustelee monialaista työtä asioiden nopeammalla etenemisellä ja kuntoutuksen edistämisellä. Asiakas saa tarvitsemansa palvelun oikea-aikaisesti, oikeasta paikasta, palvelujärjestelmän toimivuus paranee ja asiantuntijoiden osaaminen lisääntyy. Hankkeessa tehdään niin kutsuttua nelikantayhteistyötä, jossa on asiakas, sosiaalialan asiantuntija, terveydenhuollon työntekijä sekä Kelan työntekijä. (Etelä-Pirkanmaan sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishanke (SoKu), n.d., s. 16)

Asiakkaan ollessa itse mukana alusta saakka yhtenä asiantuntijana, hänen sitoutuminen kuntoutumisprosessiin on parempaa. Kaikki osapuolet saavat saman tiedon samaan aikaan, mikä vähentää väärinymmärrysten riskiä. Asiakas saa tehtyä hakemukset oikea-aikaisesti ja oikein, ammattilaisten lausunnot ovat ajantasalla asiakkaan tilanteeseen nähden. Ennaltaeh-

käisy terveyteen ja arkeen liittyvissä asioissa helpottuu, kun saadaan luotua yhteinen ymmärrys ja käsitys asiakkaan tarpeista ja tavoitteista. (Etelä-Pirkanmaan sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishanke (SoKu), n.d., s. 17)

Viestintä sekä kävijöille, että yhteistyökumppaneille on ollut alusta saakka tärkeässä roolissa hankkeessa. Sitä tehtiin monen eri kanavan kautta sosiaalisessa mediassa, sähköpostilla, kuntien nettisivuilla, verkostoissa sekä, henkilökohtaisilla tekstiviesteillä ja kirjeillä. Myös perinteinen mainostaminen kauppojen, kirjastojen, liikuntahallien yms. ilmoitustauluilla oli käytössä yhtenä väylänä levittää tietoa kohtaamispaikoista. (Etelä-Pirkanmaan sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishanke (SoKu) n.d., s. 20)

### 3.2 Kohtaamispaikka Narikka

SoKu-hankkeen Urjalan kohtaamispaikka on avoinna kerran viikossa, Akaa ja Valkeakoski kaksi kertaa viikossa. Jokaisella paikkakunnalla on omat työntekijänsä, mutta työtä ja ohjelmaa suunnitellaan yhdessä ja usein toiminta toistuu samana kaikilla paikkakunnilla. Osa ohjelmasta on työntekijöiden itse järjestämää, osa on vierailijoita. Jokaisen paikan seuraavan kuukauden ohjelma julkistetaan hyvissä ajoin etukäteen ja kävijöiden omia toiveita pyritään kuulemaan. Narikassa käyminen ei tarkoita automaattisesti asiakkuutta hankkeessa, mutta Narikan avulla saattaa asiakkuuksia syntyä, kun huomataan tarve ohjata asiakasta palveluiden piiriin (Etelä-Pirkanmaan sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishanke (SoKu) n.d., s. 8).

Narikka on tila osallisuudelle ja yhteisöllisyydelle, ilman velvoitteita. Narikan kohderyhmää ei määritelty tarkasti. Ihminen saa kävellä Narikkaan ilman leimautumista päihdekuntoutujaksi tai mielenterveyspotilaaksi. Käynnit perustuvat vapaaehtoisuuteen ja anonyymiteettiin. Ovesta voi tulla ja lähteä aukioloaikojen puitteissa kuinka itse haluaa ja omiin menoihin sopii. Myöskään ohjelman kuuntelu tai siihen osallistuminen ei ole edellytys vierailulle. Ohjelma ja sen monipuolisuus on kuitenkin tärkeää Narikassa. Vierailija tai aihe voi herättää keskustelua, joka rakentaa yhteisöllisyyttä ja yhteishenkeä. (Etelä-Pirkanmaan sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishanke (SoKu) n.d., s. 8)

Ihmisen hyvinvoinnista suuri osa muodostuu ihmisen sosiaalisista suhteista. SoKu-hanke tavoittelee Narikka-toiminnalla asiakkaiden kanssa tehtävän yksilöllisen työn ja yhteisöllisen toiminnan yhdistämistä. Kävijä voi parhaimmillaan viettää Narikassa useita tunteja viikossa. Työntekijän ollessa mukana Narikassa, tutustuminen on ja keskustelu on vapaamuotoista. Työntekijä saa paremman käsityksen asiakkaan tilanteesta, tutustuminen on molemmille osapuolille helpompaa ja luontevampaa, kuin ”viralisella” ajalla. Työntekijä voi tarjota palveluita mahdollisimman oikea-aikaisesti ja asiakkaan on helpompi luoda luottamussuhde työntekijään. (Etelä-Pirkanmaan sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishanke (SoKu) n.d., s. 8)

Narikka mahdollistaa kävijöilleen kokemuksia ja elämyksiä, siellä saa vaikutusmahdollisuuksia ja tulee kuulluksi. Kävijät voivat hyödyntää omia kiinnostuksen ja osaamisen kohteita ja tuoda niitä esiin, sitoutuminen toimintaa helpottuu, kun siihen pystyy itse vaikuttamaan. Narikassa paikalla oleva henkilökunta pystyy auttamaan nopeasti pienissä asioissa, kuten veronpaineen mittauksessa tai Kela-hakemuksen tekemisessä, suuremmissakin asioissa saa tietoa, kuinka lähteä toiminaan. Narikan ulkopuoliset vierailijat antavat paljon hyödyllistä tietoa niin viranomaistoiminnasta kuin oman henkisen ja fyysisen hyvinvoinnin edistämisestä ja talousasioista. Kohtaamispaikkatoiminta on mahdollista toteuttaa taloudellisesti tehokkaasti. (Etelä-Pirkanmaan sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishanke (SoKu) n.d., s. 9)



Kuva 2. Tervetuloa Narikkaan

#### 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Narikka-toimintaan tutustuessani ensimmäisen kerran keväällä 2018, huomioni kiinnittyi siihen, kuinka avoimesti ihmiset kertoivat yksinäisyydestään. Narikassa käyminen oli tuonut heidän elämään uusia tuttavuuksia, jopa ystävyysuhteita. Kun nousi ajatus, että voisin tehdä opinnäytetyön hankkeelle, kiinnostuin heti. Hanke oli päättymässä, ja loppuraporttiin tarvittiin tietoa tavoitteisiin pääsystä ja onnistumisesta.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, miten kohtaamispaikkatoiminta on onnistunut tuomaan osallisuutta, arjen hyvinvointia ja kokemuksia kävijöille ja mitä se on heille merkinnyt. Samalla kartoitin kuinka hanke oli onnistunut kohtaamispaikkatoiminnan tavoitteissaan. Alun alkaen keskustelimme haastattelututkimuksen tekemisestä. Tilaajan toiveesta se vaihtui määrälliseksi kyselytutkimukseksi, koska hankkeen loppuraporttiin halut-



tiin tietoa mahdollisimman isolta joukolta vastaajia, sekä kaikilta paikkakunnilta, jossa hanke teki työtä. Haastatteluilla ei olisi saavutettu lähellekään yhtä suurta mahdollista vastaajajoukkoa, kuin kyselytutkimuksella oli mahdollista saavuttaa. Tavoitteena oli saada 50 vastaajaa.

Samaan aikaan kyselytutkimuksen kanssa syksyllä 2018 tuli tietoa hankkeen kunnista, että ne kaikki jatkavat kohtaamispaikkatoimintaa omana työnään hankkeen päätyttyä. Kohtaamispaikkojen tarve, merkitys ja positiiviset vaikutukset jollain tasolla olivat siis kunnissa tiedossa. Tutkimuksen olikin tärkeä osoittaa, millaista tukea, ja miten, ihmiset toivoivat saavansa. Lisäksi haluttiin painottaa kohtaamispaikkojen matalaa kynnystä ja ennaltaehkäisevää vaikutusta, sekä selvittää kuinka näissä tavoitteissa oli hankkeessa onnistuttu.

#### 4.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Tutkimuskysymys oli ”miten kohtaamispaikka Narikka lisännyt kävijöiden osallisuutta ja arjen hyvinvointia?” ja ”millaisia kokemuksia ja elämyksiä Narikan kävijät ovat saaneet?” Kysymykset valittiin hankkeen kehittämispäivässä yhdessä työntekijöiden kanssa. Tällä pyrittiin saamaan vastauksia sekä hankkeen tavoitteiden toteutumiseen, että tietoa kävijöiden toiveista ja tarpeista tulevaa varten, kun kunnat ottavat vetovastuun kohtaamispaikkatoiminnasta. Kaikkien kysymysten vastausvaihtoehdot eivät noudata ns. Likertin asteikkoa, jossa on 3–7 vastausvaihtoehtoa väittämässä ja vastaaja valitsee sen, mitä mieltä eniten on (Taanila, 2014, s. 24). Kysymykset, joissa ei ollut Likertin asteikolla vastausportaita, kuten esim. kysymys 12, olivat asettelultaan sellaisia, että tutkimuksen helppolukuisena ja lyhyenä pitämiseksi päädyttiin erilaisiin vaihtoehtoihin. Asiakkaiden mahdollisten haasteiden vuoksi kysely pyrittiin pitämään mahdollisimman lyhyenä, korkeintaan kaksi sivuisena. Oli toive, että rajoituksistaan huolimatta jokainen joka halusi vastata, pystyi sen tekemään.

Valitut väittämät käytiin ennen tutkimuksen tekoa läpi myös Narikan nettineuvojien kanssa. Heillä oli myös mahdollisuus kertoa, jos jokin kysymys tai väite ei vastaajan näkökulmasta ollut ymmärrettävissä. Nettineuvoja oli tarvittaessa auttamassa tietokoneen käytössä kyselyn ajan. Siitä, toteuttaanko kysely vain verkkokyselynä, vai verkon lisäksi myös paperilla, herätti keskustelua. Osa hankkeen työntekijöistä pelkäsi, että vastaajia jäisi saamatta, jos ei ole mahdollista vastata paperille. Tutkimuksen tekijänä päätin, että digitaitojen lisäämisen ollessa yksi hankkeen tavoite, olisi perusteltua kannustaa ihmisiä tekemään kysely verkossa, etenkin kun varmistui, että nettineuvojat voivat tarvittaessa auttaa kyselyn avaamisessa ja mahdollisissa ongelmassa. Nettineuvoja osasi tarvittaessa myös selvittää, jos vastaaja ei ymmärtänyt kysymystä.

## 4.2 Aineiston keruu ja analysointi

Tutkimus on kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus, jossa kuitenkin oli mukana myös avoimia kysymyksiä, joiden katsotaan olevan kvalitatiivisia. Määrällisellä tutkimuksella tarkoitetaan tutkimusta, joka selittää, kuvaa, kartoittaa tai ennustaa asioita tai ilmiöitä. Se antaa vastauksen tutkittavien asioiden välisistä suhteista ja eroista. Määrällisen tutkimuksen ominaispiirteitä ovat tiedon strukturointi, numeraalisuus, objektiivisuus ja vastaajien suuri määrä. (Vilkka, 2007, s. 13, 19)

Kysymysten muuttamista sellaiseen muotoon, että jokainen voi ne arkijärjellä ymmärtää, kutsutaan operationalisoinniksi. Kysymykset strukturoitiin, että kysymykset ymmärretään samalla tavalla (Vilkka, 2007, ss. 14–15). Erityisesti kysymyksissä kiinnitettiin huomiota siihen, että ne ovat sellaisia, että tutkimuksen vastaajista hekin, joilla on lukivaikeus tai muuta pulmaa luetun ymmärtämisessä, pystyvät tutkimuskysymyksiin vastaamaan.

Määrällisen tutkimuksen tulokset ovat numeraalisia. Lukuja ja numeroita on helppo havainnollistaa käyttäen apuna taulukoita. Jos taulukossa on paljon numeroita, sen lukeminen saattaa olla haastavaa ja asiat voivat mennä sekaisin. Siksi on tärkeää sisällyttää taulukkoon otsikko, havaintojen lukumäärä ja mahdollinen lähdetieto. Taulukossa olevien lukujen tulee olla kokonaislukuja ja numerotiedon on oltava laaja. (Vilkka, 2007, ss. 136–137)

Taulukoiden lisäksi tuloksia voi esittää graafisesti. Pylväsdiagrammissa jokaisella luokalla on oma pylväänsä, joiden tulee selkeästi erottua toisistaan. Sektoridiagrammilla eli piirakkakuviolla voidaan havainnollistaa yhden kysymyksen vastausten jakaumat. Luettavuuteen on kiinnitettävä huomiota kaikissa esittämistavoissa, värien käytöllä luettavuutta voi helpottaa. (Vilkka, 2007, ss. 139–145)

Tutkimus on kyselytutkimus. Kysely on sopiva aineiston keräämiseen, kun vastaajien määrä on suuri ja he eivät ole samassa paikassa (Vilkka, 2007, s. 28). Minun tutkimuksen kohdalla näin oli, kun kysely tehtiin kolmella eri paikkakunnalla.

Kyselyn tekemiseen käytettiin Webropol-ohjelmaa. Kyselyyn vastaamiseen oli mahdollista saada apua kohtaamispaikkojen nettineuvojilta, joka mädalsi kynnystä täyttää kysely, vaikkei olisi sellaista aiemmin täyttänyt. Nettineuvoja pystyi auttamaan kyselyn avaamisessa ja lähettämässä, hän ei vaikuttanut vastaajan vastaukseen tai ilmaissut omia mielipiteitään.

Tilaajan toiveesta ja tutkijan omasta mielenkiinnosta aihetta kohtaan kyselyssä oli mahdollisuus vasta myös kysymyksiin, joissa jatkettiin lausetta, sekä kirjoittaa vapaasti ajatuksia Narikan toiminnasta. Nämä kysymykset olivat laadullisia, eli kvalitatiivisia.

Avointen vastausten kohdalla päädyttiin analysoimaan vastaukset teemoittamalla. Teemoittelu on laadullisen analyysin perusmenetelmä (Jyväskylän yliopisto, 2016). Teemoittelulla voidaan poimia olennainen tieto liittyen tutkimusongelmaan. Sen avulla aineistosta voidaan saada kokonaisuus erilaisia vastauksia, jolloin tulos palvelee käytäntöjä. (Eskola & Suoranta, 2014, ss. 179–180) Jokaiseen neljään kysymykseen olen luonut neljä teemaa, joiden alle olen vastaukset luokitellut.

### 4.3 Eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuseettinen neuvottelukunta TENK on antanut ohjeen hyvästä tieteellisestä käytännöstä. Jotta tutkimusta voidaan pitää luotettavana, sen tekemisessä on pitänyt noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä. Se tarkoittaa, että tarvittavat tutkimusluvut on haettu ja saatu, tutkija on noudattanut huolellisuutta niin tutkimuksen tekemisessä kuin tulosten käsittelyssä sekä ollut rehellinen. Toisten tutkijoiden työtä on arvostettu tiedon keräämisessä ja arviointimenetelmässä on käytetty eettisesti kestäviä ja hyväksyttävissä menetelmiä. Mahdolliset sidonnaisuudet ja rahoituksen antajat tulee ilmoittaa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2013, s 6)

Tutkimuslupa haettiin ja saatiin Valkeskosken kaupungilta. Kyselyyn vastaaminen oli täysin anonyymiä ja vapaaehtoista. Kyselyä ei lähetetty vastaajille sähköpostiin, vaan jokaisen Narikan asiakaskoneella oli tutkimusviikon ajan työpöydällä linkki, jolla tutkimus aukesi. Tutkimus toteutettiin saman viikon aikana kaikissa Narikoissa. Minkäänlaista henkilörekisteriä vastaajista ei kertynyt. Kun vastaaja avasi linkin, ensimmäisellä sivulla kerrottiin, että kysely on täysin nimetön. Samoin mainittiin, että vastauksia tullaan käyttämään tutkimuksen tekemiseen ja niitä käytetään opinnäyttyössä. Jatkamalla eteenpäin vastaaja antoi suostumuksen vastausten käyttöön.

Tutkijana en saanut selville, ketkä kyselyyn olivat vastanneet. Narikan kävijöillä oli vapaa pääsy Narikan asiakaskoneille, joten oli riski, että joku olisi voinut halutessaan tehdä kyselyn kahteen kertaan. Päädyin kuitenkin siihen, että riski oli pieni. Ihmisillä oli mielenkiinto tutkimusta kohtaan, ja monet kokivat tärkeänä sen, että saavat vaikuttaa ja heidän mielipiteet ovat tärkeitä. Koska Narikan koneille oli pääsy vain Narikan kävijöillä, ei esimerkiksi muilla samojen tilojen satunnaisilla iltakäyttäjillä, koin melko pieneksi riskin, että ulkopuolinen olisi päässyt vastaamaan kyselyyn.

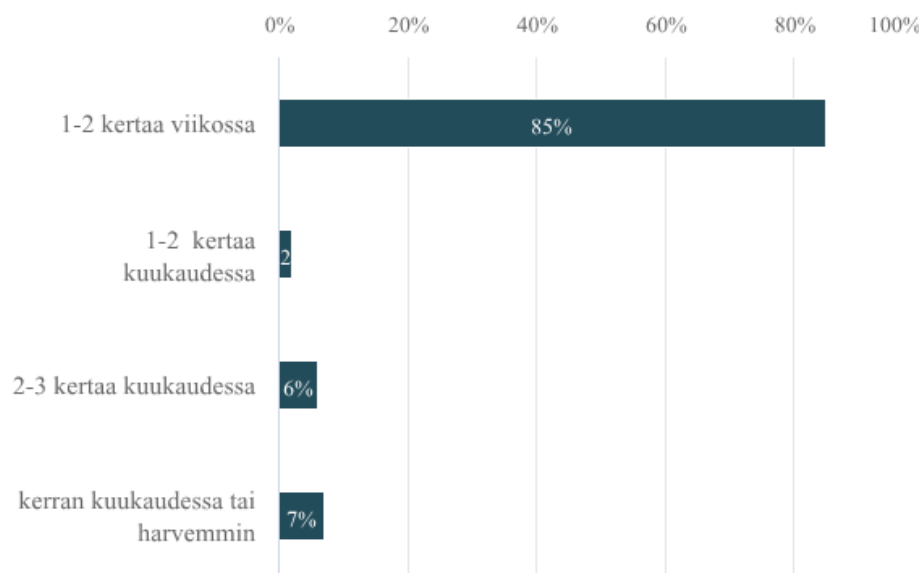
Vastausten laskutoimitukset suoritti Webropol-ohjelma, jolla kysely tehtiin. Koen siis inhimilliset laskuvirheet häviävän pieneksi riskiksi siihen verrattuna, jos olisin itse laskenut laskutoimitukset.

## 5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Vastauksia saatiin 46 kävijältä, 50 vastaajaan tavoitteeseen ei siis ihan päästy. Vastausten määrä oli kuitenkin mielestäni riittävä antamaan tarpeeksi tietoa Narikan toiminnan merkityksestä heidän arjen hyvinvointiin. Narikan aukioloaikoina kävi 15–35 ihmistä päivässä, päivästä ja paikkakunnasta riippuen.

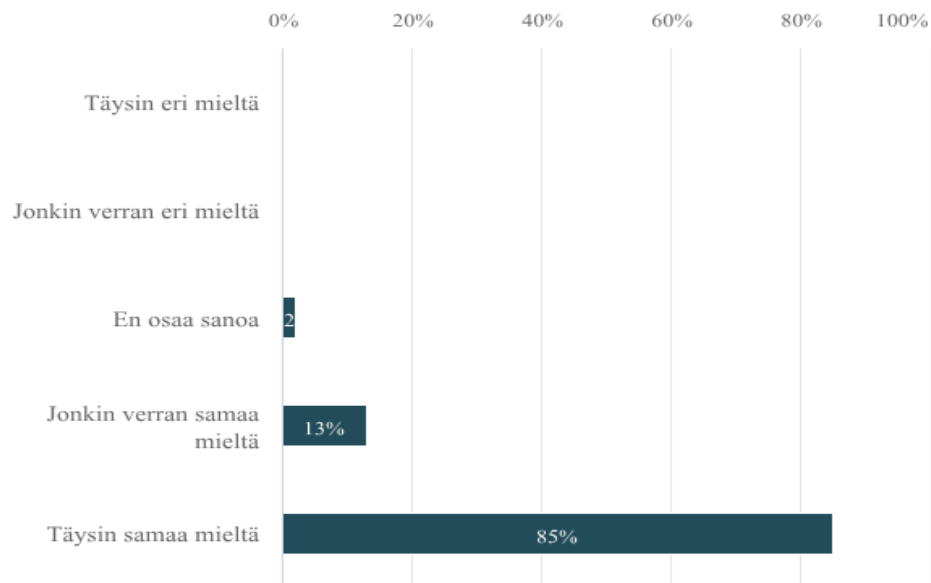
### 5.1 Vastaukset monivalintakysymyksiin

Ensimmäisenä selvitettiin, kuinka usein henkilö on Narikassa käynyt. Vastajista 85 % kertoi käyneensä Narikassa 1-2 kertaa viikossa. Tämä kertoo siitä, että Narikassa käynneistä on tullut osa ihmisten arkea ja viikkorytmiä.



Kuva 3. Kysymys 1. Olen käynyt Narikassa...

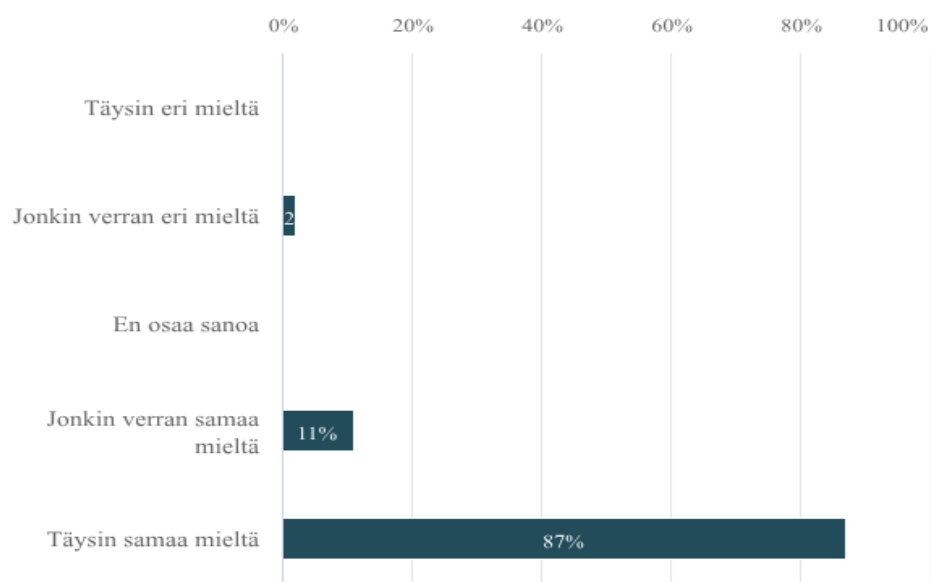
Seuraavien neljän kysymyksen tarkoitus oli selvittää, kuinka matalan kynnyksen periaate on saatu Narikoissa toteutumaan.



Kuva 4. Kysymys 2. Narikkaan on ollut helppo tulla ja olen tuntenut olevani tervetullut

Vastaajista 85 % oli sitä mieltä, että Narikkaan on ollut helppo tulla, 13 % jonkin verran samaa mieltä. 2 % ei osannut sanoa.

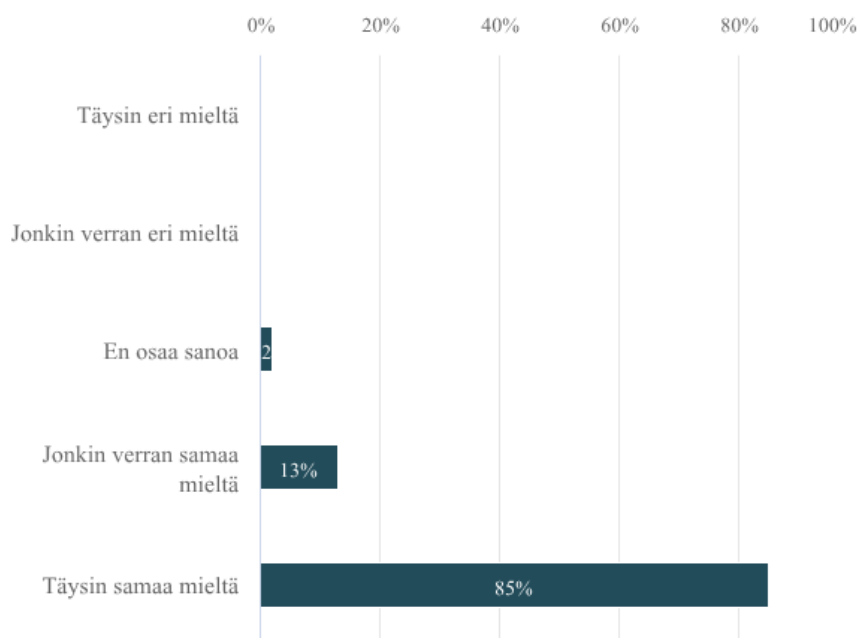
Matalan kynnyksen olennaisena osana on, että henkilökunta on puolueettonta, kohtelee kaikkia tasa-arvoisesti sekä on helposti lähestyttävää ja luotettavaa. Jonkin verran tai täysin samaa mieltä oli 98 % vastaajista. 2 % kuitenkin vastasi olevansa jonkin verran eri mieltä asiasta.



Kuva 5. Kysymys 3. Narikan henkilökuntaa on ollut helppo lähestyä

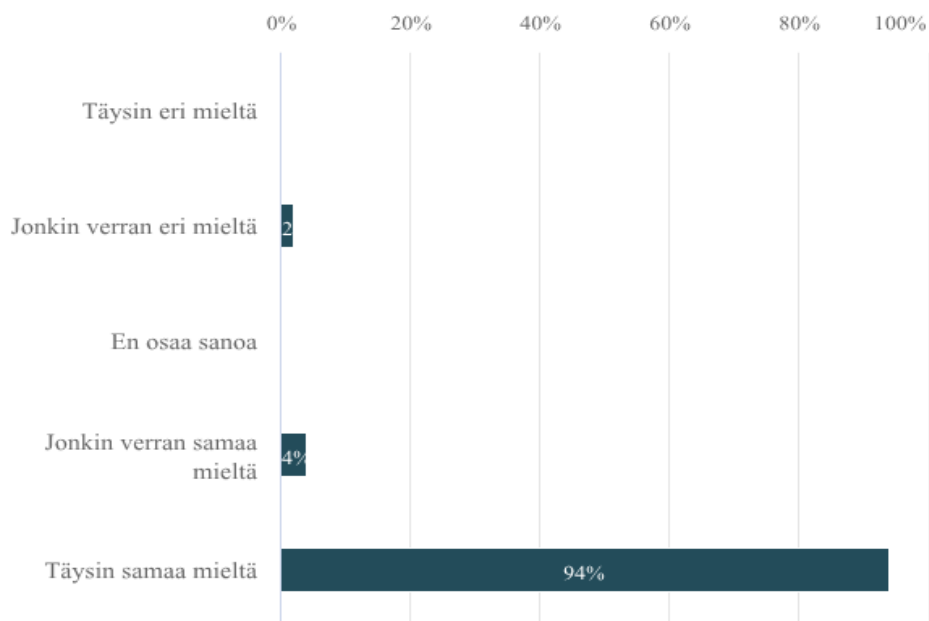
Se, että ihminen uskaltaa olla oma itsensä, eikä joudu käyttämään energiansa siihen, voiko hän olla oma itsensä iästään, sukupuolesta, ulkonäöstä tai

seksuaalisesta suuntautumisesta huolimatta on tärkeää ihmisen omanarvon tunteelle. Vaikka SoKu-hankkeen pääkohdetyhmää olivat työikäiset, Narikkaan olivat tervetulleita kaikki iästä tai muista henkilökohtaisista ominaisuuksista huolimatta. 88 % vastaajista ajatteli, että heidät hyväksyttiin Narikassa sellaisena kuin ovat ja saavat olla siellä oma itsensä.



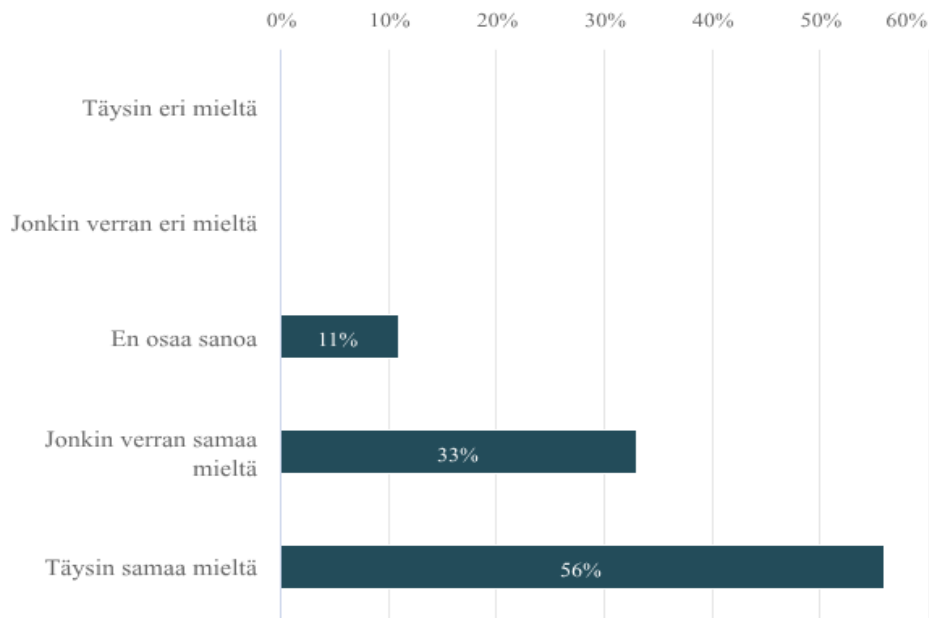
Kuva 6. Kysymys 4. Olen hyväksytty Narikassa sellaisena kuin olen

Oli tärkeää, että jokainen ihminen, joka Narikan ovista kulki sisään, huomiointiin jollakin tavalla. Vaikka olisi ollut kuinka kiire, edes tervehtimellä. Niin annetaan ihmiselle viesti, että hän on olemassa ja hänet huomataan. 94 % vastaajista oli sitä mieltä, että Narikan henkilökunta on huomionnut hänet, 4 % jonkin verran samaa mieltä, 2 % vastaajista oli jonkin verran eri mieltä.



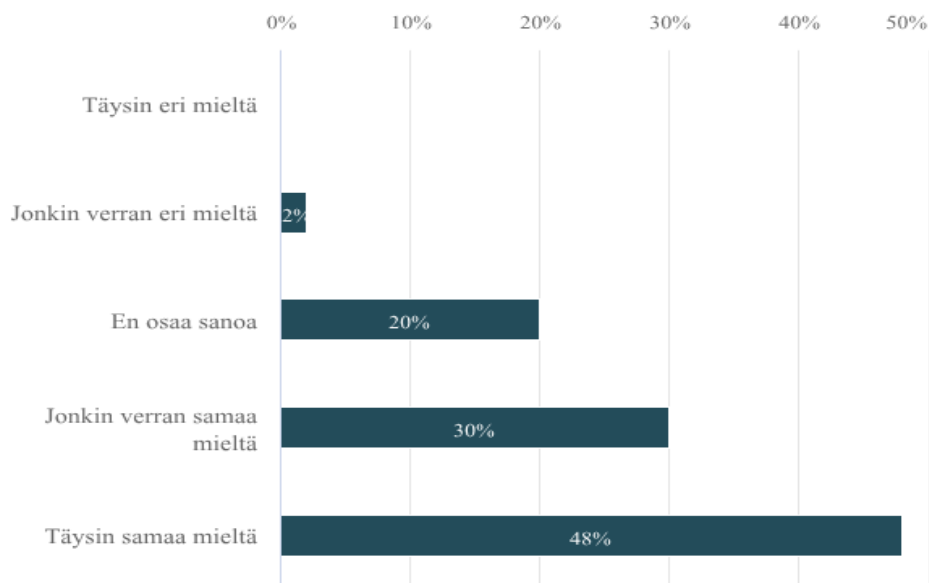
Kuva 7. Kysymys 5. Narikan henkilökunta on huomannut minut tervehtimällä tai kuulumisia kysymällä

Kysyttäessä, kokeeko kävijä tulevansa kuulluksi Narikassa, vastaajista 89 % oli jonkin verran tai täysin samaa mieltä. 11 % ei osannut sanoa.



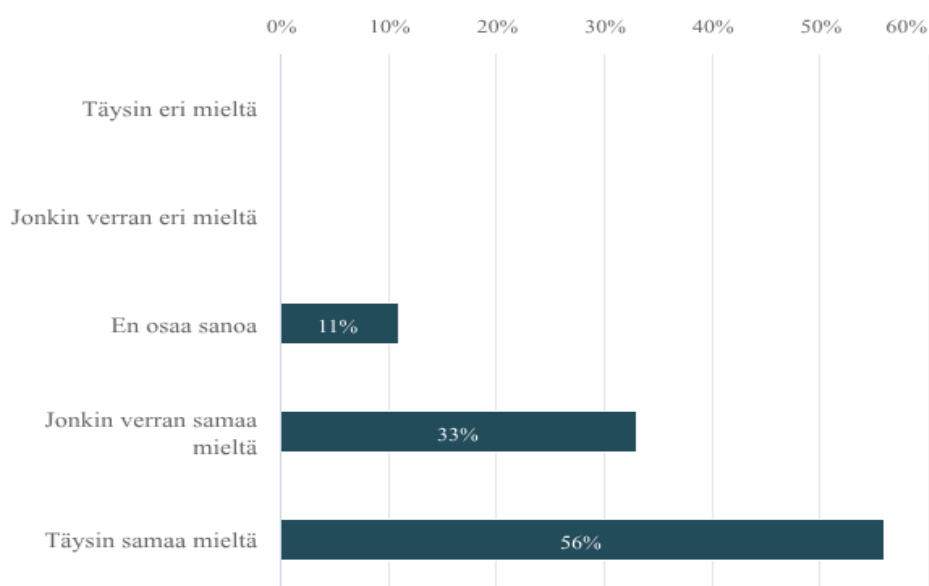
Kuva 8. Kysymys 6. Koen, että tulen Narikassa kuulluksi

Kysymyksessä seitsemän haluttiin tietää, kokevatko kävijät itsenä arvostetuksi. Näissä vastauksissa tuli jo enemmän hajontaa, jopa viidennes ei osannut sanoa.



Kuva 9. Kysymys 7. Minua arvostetaan Narikassa

Narikassa pyrittiin antamaan arkeen mielekästä sisältöä. Kukaan vastaajista ei ollut eri mieltä. 89 % vastaajista oli täysin tai jonkin verran samaa mieltä siitä, että arkeen on Narikan myötä lisää sisältöä.

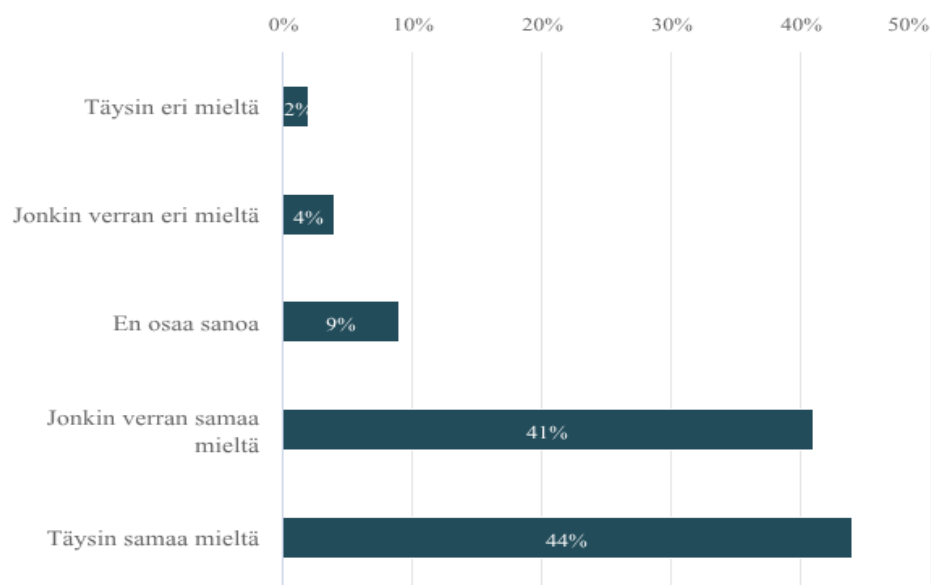


Kuva 10. Kysymys 8. Olen saanut arkeeni lisää sisältöä Narikasta

Ihmiselle on tärkeä kokea, ettei hän ole yksin asioiden kanssa. Jokaisella on myös tarve olla tärkeä. Vaikka olisi kuinka hyvä työntekijä, mielestäni hänei koskaan voi ihan täysin ymmärtää, mitä on olla toipuva mielenterveyspotilas tai päihdekuntoutuja. Sen vuoksi oli tärkeä selvittää, saivatko asiakkaat vertaistukea ja/tai pystyivätkö itse antamaan sitä muille. Vastaajista 44 %

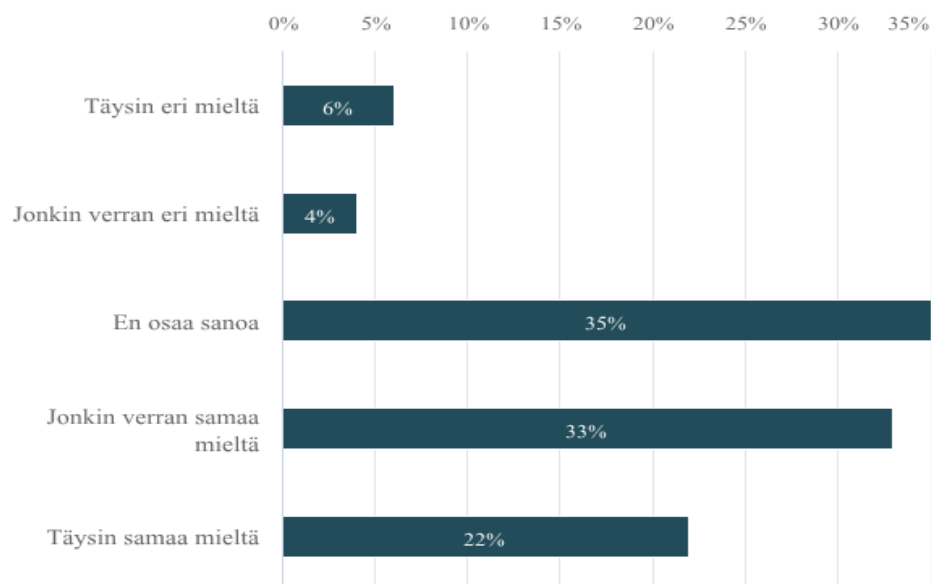


oli täysin samaa mieltä siinä, että ovat pystyneet antamaan vertaistukea, jonkin verran näin koki 41



Kuva 11. Kysymys 9. Olen saanut Narikassa vertaistukea

Kysyttäessä, kokeeko ihminen itse antaneensa vertaistukea muille, 10 % vastaajista oli täysin tai jonkin verran eri mieltä. 35 % ei osannut sanoa, 55 % koki antavansa vertaistukea.



Kuva 12. Kysymys 10. Olen voinut itse antaa Narikassa tukea muille samassa tilanteessa oleville

Kohtaamispaikkojen vieraat toivat mukanaan paljon tietoa ja asiantunte-  
musta. Asiat vaihtelivat harrastustoiminnasta virallisten asioiden hoitoon,

yhteistä oli kuitenkin tavoite tuoda asioita lähemmäksi ihmisiä sekä madalltaa kynnystä asioida esimerkiksi terveystalveissa tai aloittaa harrastus.

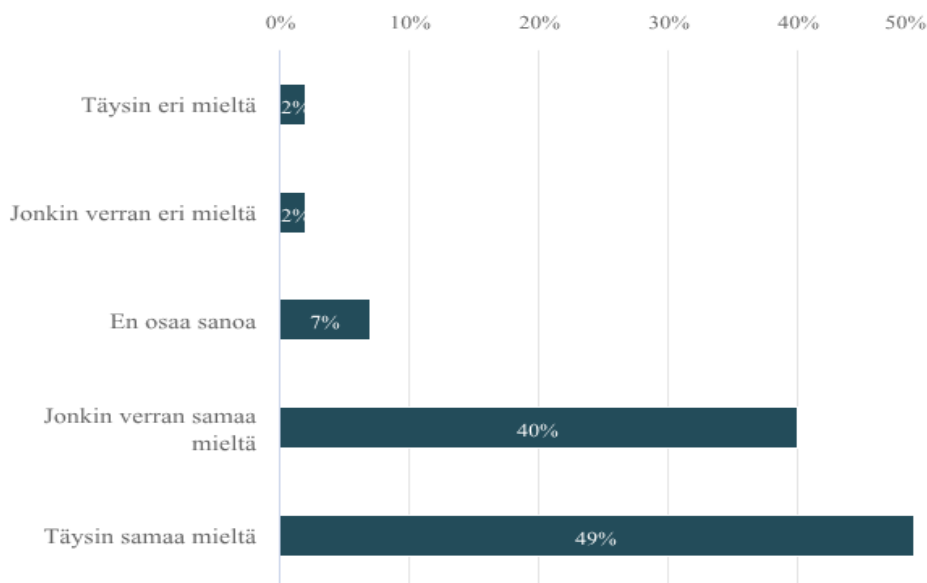
	n	Prosentti
Kela-asioissa	21	51,22 %
Työllisyys- tai koulutusasioissa	13	31,71 %
Sosiaalipalveluissa	12	29,27 %
Raha-asioissa	6	14,63 %
Terveydenhoidossa	15	36,59 %
Tietokoneen käytössä	14	34,15 %
Kuntoutusasioissa	14	34,15 %
Jossakin muussa, missä?	4	9,76 %

Kuva 13. Kysymys 11. Olen saanut Narikasta tukea asioiden hoitamiseen. Missä asioissa?

Kelan työntekijältä koki saaneensa apua 51 % vastaajista. Yli 30 % vastaajista koki saaneensa apua tai tukea kuntoutusasioissa, terveydenhoitoon, koulutus – tai työllisyysasioihin sekä tietokoneen käyttöön. Sosiaalipalveluiden kanssa tukea koki saaneensa 29 % vastanneista. Vastaajan oli mahdollista vastata useampaan kohtaan, jolloin vastausten määrä on suurempi kuin vastaajien.

Jos vaihtoehtojen lisäksi oli saanut apua tai tukea muussa asioissa, kuin mitä oli vastausvaihtoehdoissa, pyydettiin kertomaan, missä asiassa. Kaksi vastaajaa kertoi saaneensa apua tai tukea asunnon löytämiseen, yksi kertoi vapaa-ajan vinkeitä ja yksi oli saanut liikuntaopastusta.

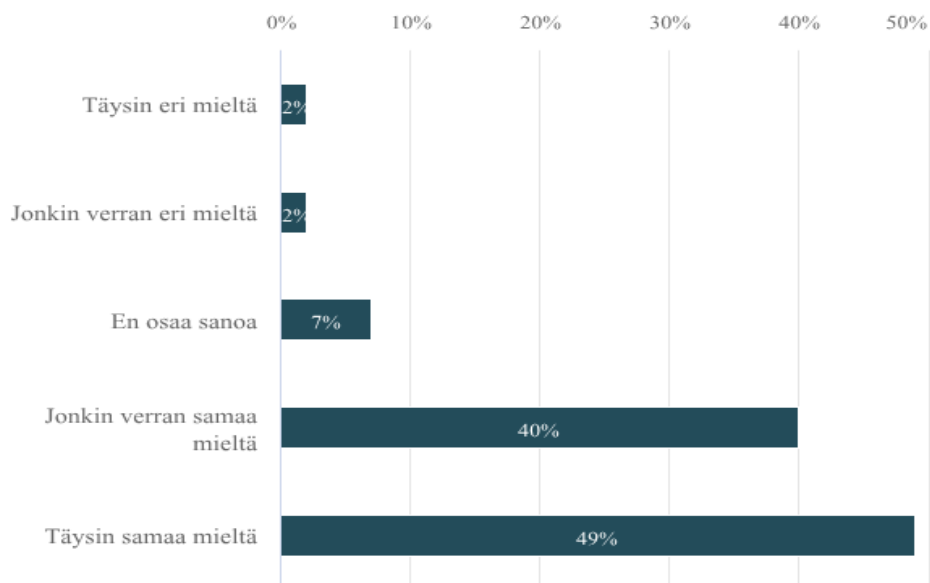
89 % vastaajista oli jonkin verran tai täysin samaa mieltä siitä, että Narikan vierailta sai tietoa erilaisista asioista. 4 % oli jonkin verran tai täysin eri mieltä, 7 % ei osannut sanoa.



Kuva 14. Kysymys 12. Narikassa on käynyt paljon eri alojen ihmisiä kertomassa työstään tai yhdistyksen toiminnastaan. Olen saanut heiltä tietoa erilaisista asioista

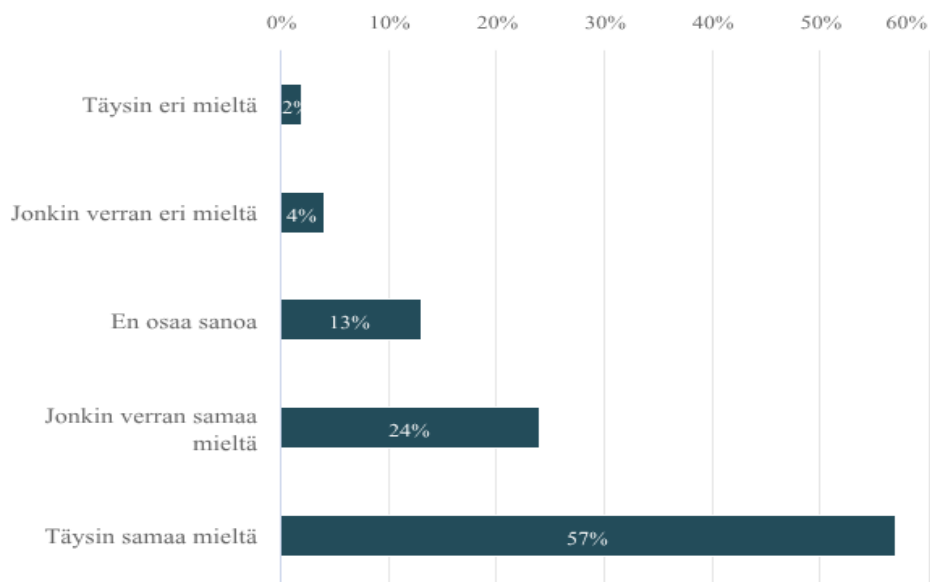
Kysymyksessä 13 oli mahdollista kertoa, kuka tai mikä vierailijoista oli erityisesti jäänyt vastaajan mieleen. Tähän oli vastannut 11 vastaajaa, mutta osalla oli useampia mainintoja. Viisi vastaajaa oli maininnut terveyteen ja terveydenhoitoon liittyvät vieraat. Neljä vastausta oli vieraalla, joka oli mehiläistarhausta harrastava mies, joka kertoi harrastuksestaan. Kirjasto-työntekijän vierailun mainitsi kolme vastaajaa, kaksi mainintaa sai velkaneuvoja. Fytoterapetti mainittiin kaksi kertaa, fysioterapeutti ja diakoni kerran. Yksi vastaaja kertoi, että kaikki on jäänyt mieleen.

Terveelliset elämäntavat, riittävä liikunta ja terveellinen ruokavalio pyrittiin pitämään esillä Narikassa. Hankkeella oli oma esim. oma kuntosali- ja keilavuoro, jotka olivat kävijöille maksuttomia, sekä sovittu frisbeegolf-aika, jolloin halukkaat saivat lainata kiekkoja ja lähteä omatoimisesta kiertämään rataa. Syksyllä 2018 tehtiin kaikkien Narikoiden yhteinen vaellusretki, joka sai suuren suosion. 43 % vastaajista koki, että Narikka on tukenut terveellisissä elämäntavoissa jonkin verran, täysin sitä mieltä oli vastaajista 33 %. Neljä prosenttia oli eri mieltä, 7 % ei osannut sanoa.



Kuva 15. Kysymys 14. Narikka on kannustanut ja tukenut minua terveellisissä elämäntavoissa (ruokavalio, päihteettömyys, liikunta)

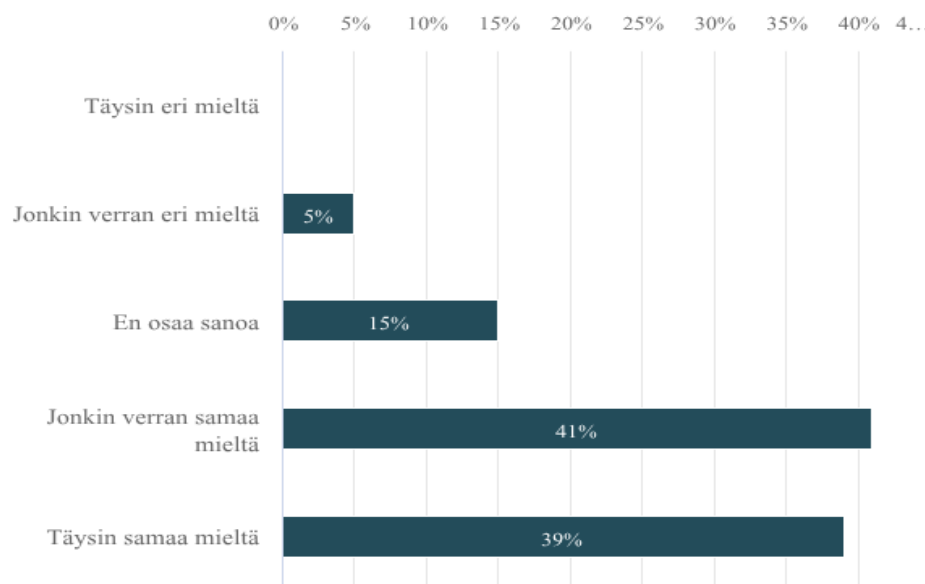
Liikunnallisten aktiviteettien lisäksi Narikoista tehtiin retkiä ja vierailuja, yhtenä mainittakoon esimerkiksi päivämatka Turkuun, jossa vierailtiin turkulaisissa nähtävyyksissä ja turistikohteista. 81 % vastaajista oli jonkin verran tai samaa mieltä, kun kysyttiin, onko Narikan kautta osallistunut toimintaan, johon ei olisi muuten mennyt tai päässyt.



Kuva 16. Kysymys 15. Olen osallistunut Narikassa toimintaan, johon muuten en olisi mennyt (retket, vierailut...)

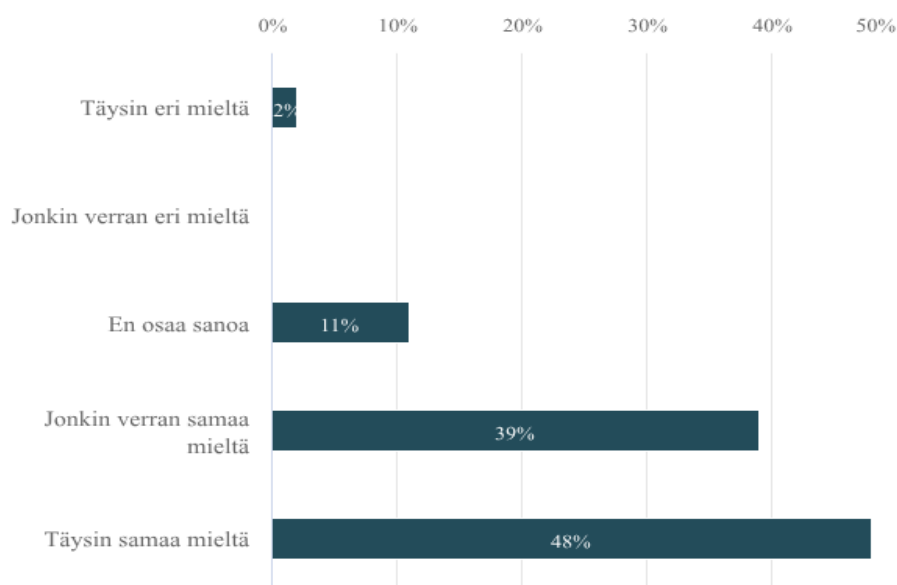
Narikoiden tavoitteena oli luoda mahdollisuuksia sosiaalisiin tilanteisiin ja ihmisten tapaamiseen. 41 % vastaajista kertoi, että sosiaaliset tilanteet

ovat jonkin verran helpottaneet, 39 % koki niiden helpottaneen paljon. 15 % ei osannut sanoa, 5 % oli kysymyksestä jonkin verran eri mieltä.



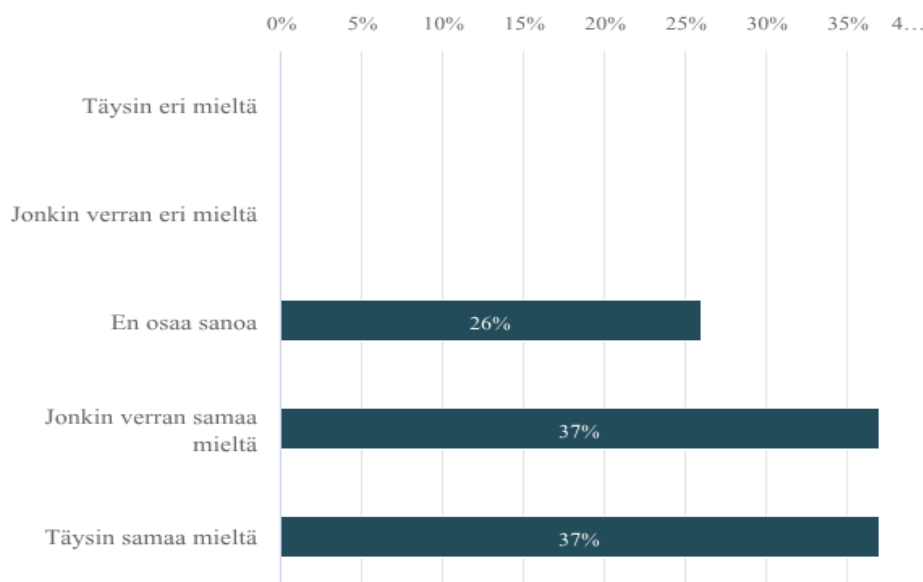
Kuva 17. Kysymys 16. Sosiaaliset tilanteet ovat helpottuneet

Kysymyksellä, onko Narikassa voinut ilmaista oman mielipiteensä, haettiin vastausta siihen, onko ilmapiiri luottamuksellinen ja turvallinen, jotta jokainen voi halutessaan tuoda äänensä kuuluviin. 48 % oli täysin samaa mieltä, 39 % jonkin verran samaa mieltä. 11 % ei osannut sanoa, 2 % oli täysin eri mieltä.



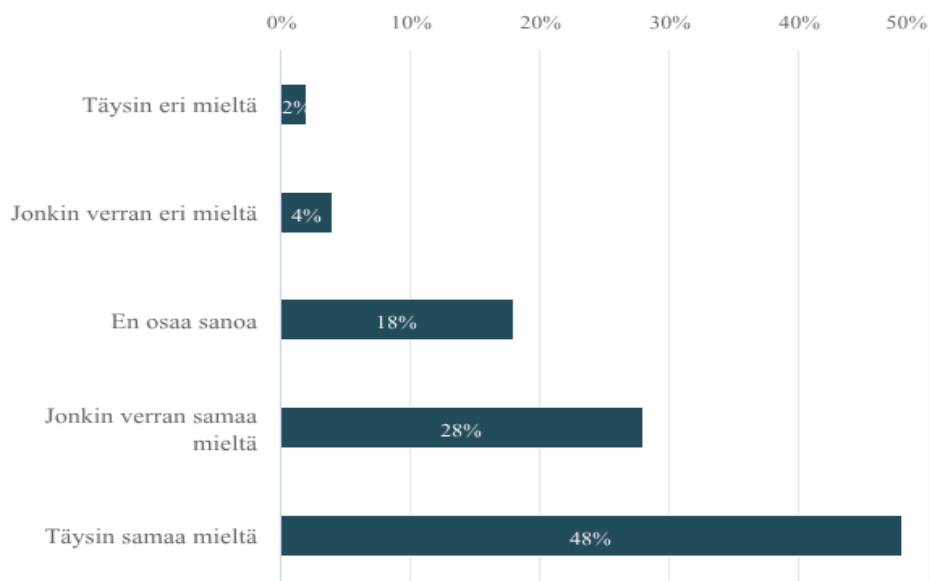
Kuva 18. Kysymys 17. Olen uskaltanut sanoa oman mielipiteeni Narikassa

Päivärytmin ja ystävyysuhteiden luominen on hankalaa, jos arjessa ei ole mitään tekemistä eikä aamuisin syytä poistua kotoa. Narikan tavoite vähentää ihmisten yksinäisyyttä, toteutui kyselyn perusteella hyvin. Vastajista 74 % oli jonkin verran tai täysin samaa mieltä väittämän ”Narikka on vähentänyt yksinäisyyden tunnetta” kanssa.



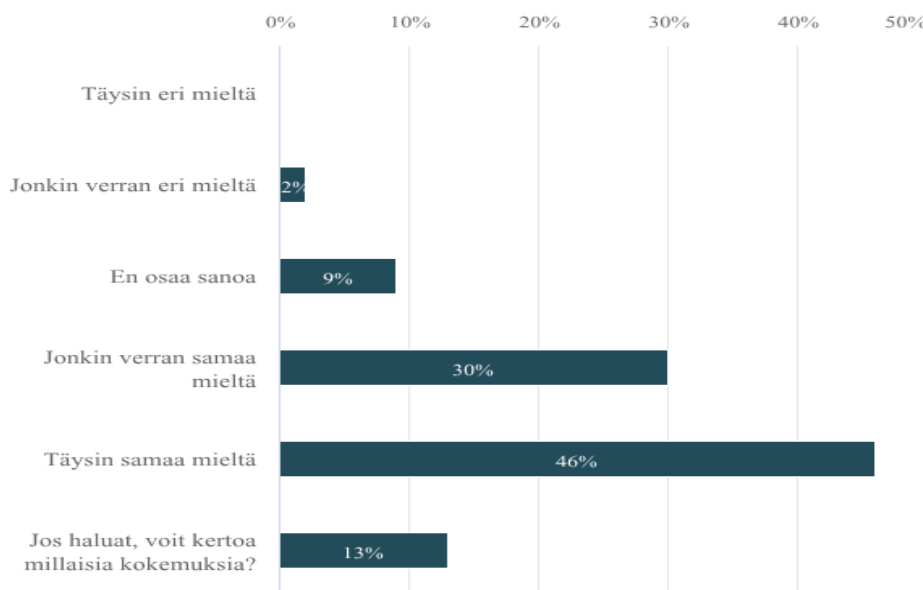
Kuva 19. Kysymys 18. Narikassa käyminen on vähentänyt yksinäisyyden tunnetta

Kysyttäessä, onko Narikan myötä viikko- ja päivärytmi selkeytynyt, vastauksissa tuli enemmän hajontaa. Kaksi prosenttia oli täysin eri mieltä, neljä prosenttia jonkin verran eri mieltä, 18 % vastaajista ei osannut sanoa.



Kuva 20. Kysymys 19. Viikko- tai päivärytmini on selkeytynyt Narikka-toiminnan myötä

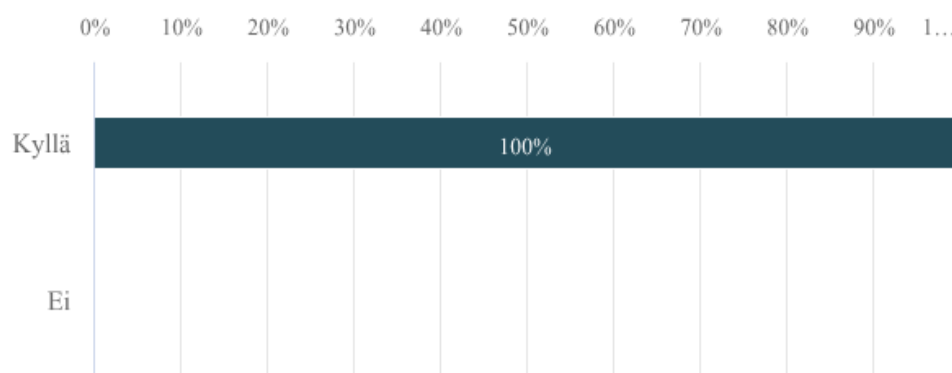
Uusia elämyksiä Narikan kautta on saanut jonkin verran tai paljon 76 % vastaajista.



Kuva 21. Kysymys 20. Olen saanut elämyksiä ja uusia kokemuksia Narikassa. Jos haluat, voit kertoa millaisia

Vastaaja sai halutessaan mainita, onko jokin erityisesti jäänyt mieleen. Retket ja liikunta mainittiin monesti, samoin teatterikäynnit.

Viimeinen vaihtoehtokysymys oli, toivooko vastaaja, että paikkakunnalla olisi Narikka jatkossakin. Vastaajista 100 % toivoi, että kunnassa olisi Narikka myös tulevaisuudessa



Kuva 22. Kysymys 21. Toivon, että kunnassani olisi Narikka jatkossakin

## 5.2 Avoimet kysymykset

Avoimilla, jatka lauseita—tyyppisillä kysymyksillä haluttiin selvittää, mikä on ollut syy käydä Narikassa, mitä Narikka on merkinnyt, mikä on ollut Narikassa parasta sekä mitä Narikassa olisi hyvä olla jatkossa. Avoimiin kysymyksiin ei ollut pakollista vastata.

### 5.2.1 Olen käynyt Narikassa, koska...

Ensimmäisenä oli mahdollista kertoa, miksi on käynyt Narikassa. Tähän kohtaan oli vastannut 36 henkilöä. 11 vastaajaa oli sitä mieltä, että Narikka luo rutiineja ja rytmiä arkeen.

Vastaajista 12 kertoi, että Narikan myötä heidän elämäänsä on tullut sosiaalisia kontakteja, Narikassa voi tutustua ihmiseen ja tavata ystäviä.

Seitsemän vastaajaa kertoi käyvänsä Narikassa, koska sieltä saa apua, tukea ja ohjausta.

Neljä vastaajista kävi Narikassa työtoiminnassa tai muusta palvelusta ohjattuna.

### 5.2.2 Narikka on merkinnyt minulle...

Vastaajista 16 kertoi, että Narikka merkitsee heille sosiaalisia suhteita, aktivoitumista, tekemistä ja uusia kokemuksia.

Kahdeksan vastaajaa oli vastannut lyhyesti yhdellä sanalla: ”paljon”.

Avun, tiedon ja tuen saamista Narikka merkitsi seitsemälle vastaajalle. Vastaajista viisi vastasi, ettei tiedä tai ei osaa sanoa.

### 5.2.3 Narikassa parasta on ollut...

Sosiaaliset kontaktit ja ystävät, ihmiset yleensä, nousivat myös tässä eniten vastauksia saaneeksi asiaksi. 12 vastaajista mainitse ne parhaaksi asiaksi Narikassa.

Parasta Narikassa on seitsemän vastaajan mielestä ollut Narikan tunnelma ja ilmapiiri. Erilaiset aktiviteetit ja toiminta sekä tarjoilu olivat parasta seitsemän vastaajan mielestä.

Kaksi vastaajista oli sitä mieltä, että parasta Narikassa on henkilökunnan antama tuki.



#### 5.2.4 Olisi hyvä, jos Narikassa olisi...

13 vastaajaa toivoi entistä enemmän aktiivista toimintaa tai ohjelmaa ja vierailijoita.

Myös laajempia aukioloaikoja toivottiin paljon, vastaajista kuusi oli sitä mieltä, että aukioloaika on liian lyhyt.

Samanlaisena pysymistä toivoi 7 vastaajaa, 10 vastaajaa ei osannut sanoa, mitä jatkossa toivoisi.

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Oli hyvä ratkaisu valita vain verkossa täytettävä tutkimus. Moni vastanneista kertoi jälkepäin jännittäneensä kyselyä, mutta kertoikin sen olleen helppolukuinen ja selkeä. Narikoissa annettu tuki ja ohjaus verkkopalveluiden käyttämisessä rohkaisi tutkimuksen mukaan kävijöitä käyttämään tietokonetta välineenä hoitaa omia asioita.

Aiemmat tutkimukset ovat olleet laadullisia haastattelututkimuksia, mutta yhtäläisyyksiä tutkimustuloksista voi kuitenkin löytää. Vierimaan (2015) tutkimuksen mukaan myös Olkkarin kävijät olivat kokeneet toiset ihmiset ja uudet ystävyysuhteet tärkeinä asioina kohtaamispaikassa. Samoin kuin Narikasta, myös Olkkarista tehtiin retkiä ja vierailuja, jotka Vierimaan mukaan olivat olleet antoisia. Vierimaa oli tutkimuksessaan huomionut myös sen, kuinka kohtaamispaikassa tunsivat itsensä tervetulleeksi ja hyväksytyksi.

Jokisen (2016) opinnäytetyön mukaan ilmapiiri kohtaamispaikassa on tärkeä, kun pohditaan kohtaamispaikan kiinnostavuutta ja onnistumista kävijöiden näkökulmasta. Kaikissa kolmessa tutkimuksessa kahvin tarjoaminen on noussut esiin, joten ei siis liene liioiteltua mainoksen tapaan todeta, että suomalaiset käyvät kahvilla. Lisäksi yhdessä kahvittelu ja syöminen on mitä parhain keino edistää yhteisöllisyyttä ja hyvinvointia.

Aikuisten yksinäisyys on merkittävä asia, ja työttömien kohdalla se korostuu entisestään (Isola ym., 2018, ss. 42–43). Narikka on onnistunut vähentämään kävijöidensä yksinäisyyttä ja samalla lisännyt heidän osallisuuden tunnetta.

Kuten Kuntakyselyssä tuli ilmi, sosiaalisella kuntoutuksella tulisi pyrkiä parantamaan ihmisen arjen perusasioiden parantamista ja helpottamista ja tukemalla ihmisiä omien asioiden ja oman toimintakyvyn ja terveyden hoidamisessa. (Karjalainen, Kuusio, Tuusa & Puromäki, 2017, s. 23) Vastausten perusteella Narikka-toiminta on onnistunut saavuttamaan onnistumista ihmisten oman vastuun oton ja elämänhallinnan tukemisessa.

”Narikkaan on ollut helppo tulla ja olen tuntenut olevani tervetullut” yksikään vastaajista ei vastannut olevansa hieman eri mieltä. Tämän voi ajatella kertovan siitä, että matalan kynnyksen periaate on pystytty toteuttamaan. Samoin oli kysymyksessä henkilökunnan huomioimisesta, 98 % vastanneista oli sitä mieltä, että henkilökunta huomioi heidät jollakin tavalla.

Kysymyksessä vertaistuesta Narikoiden avoin toiminta saattaa näkyä tässä. Jos asiaa olisi kysytty ryhmätoiminnassa mukana olevilta asiakkailta, vastausprosentit olisivat voineet olla vielä paremmat, koska ryhmissä oli pienempi, tuttu joukko ihmisiä ja keskustelua ohjattiin eri tavalla henkilökunnan toimesta.

Voi kuitenkin olettaa, etteivät ihmiset ole ehkä osanneet ajatella, kuinka tärkeä heidän kuuntelijan ja kanssaeläjän rooli on ollut jollekin toiselle, koska huomattavasti useampi koki tukea toisilta saaneensa. Toisaalta kysymykseen siitä, kokeeko ihminen tulevansa kuulluksi Narikassa, yksikään vastaaja ei ollut asiasta täysin eri mieltä, lähes kolme neljäsosaa vastanneista koki tulevansa jonkin verran tai hyvin kuulluksi.

Kysyttäessä muista palveluista, iso osa mainitsi Kelan palveluasiantuntijan vierailut. Paikkakunnista vain Valkeakoskella on Kelan oma palvelupiste, joka on auki kahtena päivänä viikossa. Akaassa Kelan palveluja voi saada yhteispalvelupisteeltä, Urjalassa ei ole edes sitä. Kelan työntekijälle voi siis ajatella olevan tilausta. Monen asiakkaan ainoat tulot tulivat Kelan etuuk-siana, joten asiakkuus sinne on säännöllistä.

Hyvin moni kävijöistä kertoi, että alkuun Narikkaan tulo oli ollut vaikeaa, ja tulo oli jännittänyt monia. Kun uusi ihminen saapuu Narikkaan, on tärkeää, että hänet huomioidaan, mutta hänelle annetaan myös mahdollisuus rauhassa tutustua ja katsella, voisiko toiminta olla hänelle sopivaa. Eräs kävijä kertoi, kuinka ensimmäiset kerrat varmistivat, että nurkassa oleva paikka on vapaana. Sieltä oli turvallista lehden takaa ensin tarkastella tilannetta ja oppia ”talon tavoille”.

Vastaajista kaksi prosenttia kuitenkin kertoi olevansa täysin eri mieltä siitä, uskaltaako Narikassa kertoa oman mielipiteensä. Siitä voitaneen päätellä, että luottamuksellisuuden säilyminen ja avoin ilmapiiri vaativat jatkuvaa hereillä oloa.

Suurin osa vastaajista kertoi, että Narikka on auttanut päivärytmin ylläpitämisessä. Voi olla myös niin, että heillä, jotka olivat asiasta eri mieltä, ei ole ollut asian suhteen haasteita, vaan päivärytmi on pysynyt säännöllisenä huolimatta työ- tai koulutuspaikan puutteesta.

Kulttuuriharrastukset ovat varmasti monella ensimmäisiä asioita, joista kuluksessa tingitään, kun on taloudellisesti niukkaa. Harvalla Narikan kävijöistä olisi ollut varaa vaikkapa teatterilippuun, lisäksi tarjonta pienillä paikkakunnilla saattaa olla sellainen, ettei ole itselle sopivaa tarjontaa. Narikka

on onnistunut mahdollistamaan sellaisia kulttuurielämyksiä, joihin ihmiset eivät joko taloudellisista tai sosiaalisista syistä olisi itse päässyt.

Kehitettävää ja parannettavaa löytyy ihan kaikesta työstä ja toiminnasta. Kuitenkin se, että vastaajista hekin, jotka ovat käyneet Narikassa hieman vastentahtoisesti esimerkiksi työpajan ohjaamana, ovat sitä mieltä, että Narikan tulisi jatkaa toimintaa.

Positiivisesti yllätti avointen vastausten määrä. 10 vastaajaa 38:sta kertoi muut ihmiset ja ystävät syyksi tulla Narikkaan. Se kertoo paljon siitä, että työelämän ulkopuolella oleva aikuinen jää herkästi yksin. Vastaajista kuusi kertoi haluavansa aktivoitua tai päästä osallistumaan johonkin toimintaan. Seitsemän puolestaan kertoi hakevansa apua tai tukea asioihin, tai ihan kuuntelijaa huolilleen. Kolme vastaajaa kertoi, että Narikka rytmittää viikkoa ja tuo sisältä arkeen. Viisi vastaajaa antoi vastauksessaan kuvan, ettei Narikassa käynti ole vapaaehtoista, vaan siihen ”painostetaan” tai ”paja määrää”. Narikassa oli jonkin verran kävijöitä, jotka tulivat paikalliselta kuntouttavan työtoiminnan paikasta ohjattuna, Narikkaan tulo oli osa heidän kuntouttavan työtoiminnan päivöohjelmaa. Tämä ei täysin vastaa avoimen kohtaamispaikan periaatteisiin, joihin kuuluu vapaaehtoisuus.

Myös lauseen aloitus ”Narikka on merkinnyt minulle” vastauksissa tuli monessa vastauksessa esiin ystävät ja sosiaaliset suhteet. Seitsemän vastaajaa kertoi yksinkertaisesti, että Narikka on merkinnyt heille paljon. Parasta Narikassa on monen mielestä ollut ihmiset ja hyvä ilmapiiri sekä uudet kokemukset, joita Narikan kautta on saanut.

Jatkon ja kehittämisen kannalta mahdollisina vinkkeinä jatkajille, kysyttiin, mitä ihmisten mielestä Narikassa olisi hyvä olla. Aukioloaikojen laajenusta toivottiin, mutta myös tietoa ja koulutusta halutaan. Eräs vastaaja toivoi Narikkaan enemmän koulutusta digitaitoihin ja puhujia eri aloilta, toinen taas toivoi, että ihmiset aktivoituisivat esimerkiksi lautapelien pelaamiseen, sen sijaa, että istutaan omissa oloissa. Myös toiminnan jatko samanlaisena mainittiin, toisaalta toiveissa oli myös parempaa kahvia ja tupakkakoppi.

Tulosten perusteella voidaan ajatella Narikka-toiminnan onnistuneen tuottamaan ihmisille sosiaalista elämää ja osallisuutta. Myös kunnat ovat huomanneet kohtaamispaikan merkityksen ihmisten elämässä, koska jatkavat Narikoita omana toimintanaan jokaisella paikkakunnalla. Mielestäni se on paras osoitus siitä, että toiminta koetaan tärkeäksi ja merkitykselliseksi.

## 7 LOPUKSI

Nykyisessä 24/7 yhteiskunnassa arki haastaa heitäkin, joilla ei varsinaisesti ole ongelmia tai asioita, joihin tulee hakea apua tai tukea. Arjen hallinta elämässä, jossa päivärytmi voi vaihdella saman viikon aikana useasti vuorotyön vuoksi, perheen ajasta kilpailevat media ja älylaitteet, sekä ihmisen arvo on jossain määrin mitattavissa hänen ansioilla tai mahdollisuudella kuluttaa, ei ole ihme, että arki on haasteellista ja tuntuu raskaalta monella.

Sote-uudistuksen ja Sipilän hallituksen kaatuminen maaliskuun alussa 2019 muuttivat asetelmia tulevaisuuden suhteen jälleen (Toivonen, 2019). Silti kohtaamispaikkoja ja niiden toimintaa tulee pitää esillä, jotta niiden arvo muistetaan ja huomioidaan.

Valitettavasti olen huomannut sekä harjoitteluni aikana SoKu-hankkeessa, että työssäni Kelan asiakaspalvelussa, että iäkkäille, ensimmäistä kertaa palvelua hakevalle nuorelle, heikommassa asemassa oleville ja tukea tarvitseville ihmisille henkilökohtainen palvelu, sekä palvelutilanteessa samalla saatava tieto ja mahdollinen palveluohjaus ovat tärkeitä. Toki digitaalisuus parhaimmillaan helpottaa ja nopeuttaa asioiden hoitoa. Hankkeessa ohjataan ja autetaan nettineuvojien välityksellä alkuun sähköisessä asiointissa.

Se, että ohjelma Narikassa ei ole pelkästään asiapitoista tietoa ja päätöksellistä valistamista, on tärkeää. Tietoa saa esimerkiksi mahdollisuuksista harrastaa tai viettää vapaa-aikaa edullisesti omalla asuinalueella. Narikassa voi harrastaa kädentaitoja tai osallistua viihteelliseen ohjelmaan, kuten levyraati, se on mielestäni tärkeää. Eihän kenenkään elämän pitäisi olla pelkkää selviämistä päivästä toiseen. Monesti mainitut retket ja ulkoilut ovat tärkeitä, myös vuodenvuorokiertoon liittyvät juhlat varmasti antavat monelle paljon. Yksinäinen voi kokea haastavana esimerkiksi lähtemisen metsäretkelle yksin, monella yksinäisellä pyhät voivat olla erityisen raskasta aikaa. Tämä mielestäni myös lisää tasa-arvoa. Ei työssäkäyväkään elä pelkästään työlle, välillä on aika ottaa rennosti tai juhlistaa. Hankkeen projektipäällikkö Ilkka Peltomaa puhui monesti ”aikuisten ohjaamosta”, eli paikasta, josta voi saada matalalla kynnyksellä neuvontaa monenlaisiin asioihin.

Yksi syy juhlistaa arkea, on joidenkin asioiden loppuunsaattaminen. Itselläni iso juhlan aihe on saada saatettua opinnäytetyö ja opinnot loppuun. Suunnitelmana oli olla kahden lomattoman vuoden jälkeen opintovapaalla ja keskittyä omaan hyvinvointiin samalla kun suorittaa opinnot tämän osalta päätökseen. Elämä ei kuitenkaan aina mene suunnitelmien mukaan. Ei tullut puolen opintovapaata, tuli uusi työ, pidemmät työpäivät ja valtavasti uutta omaksuttavaa tietoa. Hyvätkin muutokset tuovat mukanaan sen, että jostakin tulee luopua ja päästää irti. Itse olen opetellut päästä-

mään irti opinnäyteyöhön ja opintoihin liittyvissä tavoitteissa. Olen kiitollinen matkasta, jonka sain kulkea Narikan ja SoKu-hankkeen mukana 2018 keväästä syksyyn. Aika toi mahtavia ja ikimuistoisia kokemuksia ja kohtauksia (ja pannukaupalla kahvia), sekä valtavasti ajateltavaa ja oppia, niin henkilökunnan, kuin ennen kaikkea Narikoiden kävijöiden toimesta.

Onnellinen on se ihminen,  
joka osaa nauttia pienistä asioista,  
arkipäiväisistä tapahtumista,  
linnuista langoilla,  
aamiaisesta, päivällisestä, lounaasta,  
aamun lehdestä postilaatikossa,  
vastaantulovasta ystävästä.

Niin monet tavoittelevat elämän nautintoja  
menemällä niiden ohitse.

(Tommy Tabermann)

## LÄHTEET

- Artteli-kumppanuusyhdistys ry. (2018). Lappu luukulle kohtaamispaikoissa? Kohtaamispaikkojen asema turvatta Sote-uudistuksessa. Valtakunnallisten kohtaamispaikkapäivien julkilausuma 27.4.2018. Haettu 25.8.2018 osoitteesta: <https://www.artteli-ry.fi/?x175576=549929>
- Etelä-Pirkanmaan sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishanke (SoKu). (n.d.) Teoksessa I. Peltomaa (toim.) *Vähän raitaa siihen arkeen. Etelä-Pirkanmaan sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishanke (SoKu)*. 20–21.
- Helminen, J. (2016). Sosiaaliohjauksen lähtökohtia ja käytäntöjä. Teoksessa J. Helminen (toim.) *Sosiaaliohjaus – lähtökohtia ja käytäntöjä*. Helsinki: Edita, 14–27.
- Hämäläinen, R-M., & Leeman, L. (2015). Matalan kynnyksen palvelut. Haettu 31.8.2018 osoitteesta: [https://thl.fi/documents/966696/3775621/Tie-topaketti\\_Matalan\\_Kynnyksen\\_Palvelut.pdf/97b1aef8-b8ca-4ec3-ac4c-b80d3e754cec](https://thl.fi/documents/966696/3775621/Tie-topaketti_Matalan_Kynnyksen_Palvelut.pdf/97b1aef8-b8ca-4ec3-ac4c-b80d3e754cec)
- Härkäpää, K., Kostamo-Pääkkö, K., & Lindh, J. (2018). Johdatus sosiaaliseen kuntoutukseen. Teoksessa K. Härkäpää, K. Kostamo-Pääkkö & J. Lindh (toim.) *Sosiaalinen kuntoutuksessa*. Rovaniemi: Lapland University Press, 7–15.
- Isola, A-M., Keto-Tokoi, A., Kukkonen, M., Leeman, L. Puromäki H. & Valtari, S. (2018). Työelämän ulkopuolella olevien osallisuus ja hyvinvointi. Kyselytutkimuksen tuloksia. Haettu 31.8.2018 osoitteesta: [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136551/URN\\_ISBN\\_978-952-343-119-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136551/URN_ISBN_978-952-343-119-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Jokinen, R. (2016). *Askel elämään – matalan kynnyksen kohtaamispaikan merkitys päihdeongelmallisille*. Opinnäytetyö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Laurea-ammattikorkeakoulu. Haettu 10.3.2019 osoitteesta: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2016112817849>
- Karjalainen, J., Kuusio, H., Puromäki H. & Tuusa, M. (2017). *Työpaperi 47/2016 Sosiaalihuoltolaki ja sosiaalinen kuntoutus. Kuntakyselyn tulokset*. Tampere: Juvenes Print – Suomen yliopistopaino Oy.
- Katisko, M. (2016). Sosiaaliohjaus – Kulttuurisensitiivisyyttä ja globaalien ilmiöiden tunnistamista. Teoksessa J. Helminen (toim.) *Sosiaaliohjaus – lähtökohtia ja käytäntöjä*. Helsinki: Edita, 199–209.
- Kippola-Pääkkönen, A. (2018). Vertaistuen hyödyt ja haasteet. Teoksessa K. Härkäpää, K. Kostamo-Pääkkö & J. Lindh (toim.) *Sosiaalinen kuntoutuksessa*. Rovaniemi: Lapland University Press, 174–191.

Kokko, R-L & Veistilä, M. (2016). Sosiaalityö ja sosiaalinen kuntoutus yhteistyönä. Teoksessa K. Hänninen, P. Jouttimäki, T. Lehto-Lundén, P. Salovaara, M. Törrönen & M. Veistilä (toim.) *Vastavuoroinen sosiaalityö*. Helsinki: Gaudeamus, 220–230.

Kuntaliitto. (2017). Sosiaalityö, sosiaaliohjaus ja omatyöntekijä. Haettu 27.8.2018 osoitteesta: <https://www.kuntaliitto.fi/asiantuntijapalvelut/sosiaali-ja-terveysasiat/sosiaalihuolto/sosiaalityo-sosiaaliohjaus-ja-omatyontekija>

Lohilahti, O. (2018). Puoli miljoonaa suomalaista toimii sote-alan järjestöissä – Sote-uudistus ei kuitenkaan takaa järjestöjen toiminta-avustuksia. *Helsingin Sanomat* 19.8.2018. Haettu 4.9.2018 osoitteesta: <https://www.hs.fi/politiikka/art2000005795970.html?share=8a27430cca73390fba710e3233a70e58>

Määttä, A. (2018). Sosiaalinen kuntoutus ja yhteensovittavan johtamisen työskentelyprosessi. Teoksessa H. Kostilainen & A. Nieminen (toim.) *Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia*. Helsinki: Diak, 26–38.

Raivio, H. (2018). Työpaperi 7/2018 Enemmän sosiaalista toimintakykyä, lisää osallisuutta! Yhteiskehittäen vaikuttavampaa sosiaalista kuntoutusta. Sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishankkeen (SOSKU) 2015–2018 loppuraportti. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.

Sosiaali- ja terveysministeriö. (n.d.a). Sosiaalityö. Haettu 27.8.2018 osoitteesta: <https://stm.fi/sosiaalityo>

Sosiaali- ja terveysministeriö. (2016b). Sosiaali- ja terveysministeriön näkemys palveluista vuonna 2025. Digitalisaatio terveyden ja hyvinvoinnin tukena Sosiaali- ja terveysministeriön digitalisaatiolinjaukset 2025. Haettu 4.3.2019 osoitteesta: <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75526/JUL2016-5-hallinnonalan-ditalisaation-linjaukset-2025.pdf>

Sosiaalihuoltolaki 2014/1301. Haettu 22.8.2018 osoitteesta: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>

Suomen mielenterveysseura. (n.d.). Hyvä arki. Haettu 28.8.2018 osoitteesta: <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/blogi/hyv%C3%A4-arki>

Taanila, A. (2014). Määrällisen aineiston kerääminen. Haettu 22.3.2019 osoitteesta: <http://myy.haaga-helia.fi/~taaak/t/suunnittelu.pdf>

Tilastokeskus. (2018). Suomen virallinen tilasto (SVT): Työvoimatutkimus heinäkuu 2018. Haettu 21.8.2018 osoitteesta:

[http://www.stat.fi/til/tyti/2018/07/tyti\\_2018\\_07\\_2018-08-21\\_tie\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/tyti/2018/07/tyti_2018_07_2018-08-21_tie_001_fi.html)

Toivonen, T. (2019). Sote kaatoi hallituksen – Pääministeri Sipilä: Edellytyksiä etenemiselle ei ole, se on minulle valtava pettymys. Haettu 10.4.2019 osoitteesta <https://yle.fi/uutiset/3-10679239>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2013). *Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsittelyminen Suomessa*. Helsingin: Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Haettu 24.4.2019 osoitteesta:

[https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

Työ- ja elinkeinoministeriö. (n.d.). Euroopan sosiaalirahaston (ESR) rahoittaman hankkeen kuvaus. Haettu 21.8.2018 osoitteesta:

<https://www.eura2014.fi/rrtiepa/projekti.php?projektkoodi=S20397>

Valtiovarainministeriö. (n.d.a). Digitalidoidan julkiset palvelut. Haettu 30.8.2018. <https://vm.fi/digitalisoidaan-julkiset-palvelut>

Valtiovarainministeriö. (n.d.b). Sähköiset palvelut. Haettu 30.8.2018 osoitteesta: <https://vm.fi/sahkoiset-palvelut>

Vierimaa, V. (2015). *Olkkarin kävijöiden kokemukset*. Opinnäytetyö. Sosiaali- ja terveysala. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Haettu 10.3.2019 osoitteesta: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2015060712693>

Vilka, H. (2007). *Tutki ja kirjoita. Määrällisen tutkimuksen perusteet*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.



Miten Narikka on vaikuttanut arjen hyvinvointiin ja osallisuuteesi?

Vastaamalla kyselyyn annat suostumuksen käyttää vastauksia sosionomiopiskelijan opinnäytetyön tutkimuksessa. Vastaaminen on täysin nimetöntä ja luottamuksellista.

- 1. Olen käynyt Narikassa**
- 2. Narikkaan on ollut helppo tulla ja olen tuntenut olevani tervetullut**
- 3. Narikan henkilökuntaa on ollut helppo lähestyä**
- 4. Olen hyväksytty Narikassa sellaisena kuin olen**
- 5. Narikan henkilökunta on huomannut minut tervehtimällä tai kuulumisia kysymällä**
- 6. Koen, että tulen Narikassa kuulluksi**
- 7. Minua arvostetaan Narikassa**
- 8. Olen saanut arkeeni lisää sisältöä Narikasta**
- 9. Olen saanut Narikassa vertaistukea**
- 10. Olen voinut itse antaa Narikassa tukea muille samassa tilanteessa oleville**
- 11. Olen saanut Narikasta tukea asioiden hoitamiseen. Missä asioissa? Voit valita usemman kuin yhden**
- 12. Narikassa on käynyt paljon eri alojen ihmisiä kertomassa työstään tai yhdistyksen toiminnastaan. Olen saanut heiltä tietoa erilaisista asioista**
- 13. Jos joku tai jotkut vierailijoista ovat erityisesti jääneet mieleesi, voit kertoa sen tässä**
- 14. Narikka on kannustanut ja tukenut minua terveellisissä elämäntavoissa (ruokavalio, päihteettömyys, liikunta)**
- 15. Olen osallistunut Narikassa toimintaan, johon muuten en olisi mennyt (retket, vierailut...)**
- 16. Sosiaaliset tilanteet ovat helpottuneet**
- 17. Olen uskaltanut sanoa oman mielipiteeni Narikassa**
- 18. Narikassa käyminen on vähentänyt yksinäisyyden tunnetta**

**19. Viikko- tai päivärytmini on selkeytynyt Narikka-toiminnan myötä**

**20. Olen saanut elämyksiä ja uusia kokemuksia Narikassa. Jos haluat, voit kertoa millaisia**

**21. Jatka lauseita**

Olen käynyt Narikassa koska....

Narikka on merkinnyt minulle...

Narikassa parasta on ollut...

Olisi hyvä, jos Narikassa olisi...

**22. Toivon, että kunnassani olisi Narikka jatkossakin**

**23. Sana on vapaa! Anna palautetta, risuja tai ruusuja.**