

Satu Tervo

**PROJEKTITOIMINNAN MERKITYS SOTKAMON MIELENTERVEYDEN
TUKI RY:LLE**

Opinnäytetyö
Kajaanin ammattikorkeakoulu
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala
Hoitotyön koulutusohjelma
Syksy 2006

KAARISILTA

Ja Jumala sanoi: Toisille annan toiset askareet,
vaan sinulta, lapseni, tahdon, että kaarisillan teet.

Sillä kaikilla ihmisillä on ikävä päällä maan,

ja kaarisillalle tulevat he ahdistuksessaan.

Tee silta ylitse syvyyden, tee, kaarisilta tee,

joka kunniaani loistaa ja valoa säteilee.

Minä sanoin: He tulevat raskain saappain, multa-anturoin –

miten sillan kyllin kantavan ja kirkkaan tehdä voin,

sitä ettei tahraa eikä särje jalat kulkijain?

Ja Jumala sanoi: Verellä ja kyynelillä vain.

Sinun sydämesi on lujempi kuin vuorimalmit maan –

pane kappale silta-arkkuun, niin saat sillan kantamaan.

Pane kappale niiden sydämistä, joita rakastat,

he antavat kyllä sen anteeksi, jos sillan rakennat.

Tee silta Jumalan kunniaksi, kaarisilta tee,

joka syvyyden ylitse lakkaamatta valoa säteilee.

Älä salpaa surua luotasi, kun kaarisiltaa teet:

ei mikään kimalla kauniimmin kuin puhtaat kyyneleet.

-Aale Tynni-



Kajaanin

ammattikorkeakoulu

OPINNÄYTETYÖ TIIVISTELMÄ

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	Koulutusohjelma Hoitotyön koulutusohjelma
Tekijä(t) Tervo Satu	
Työn nimi PROJEKTITOIMINNAN MERKITYS SOTKAMON MIELENTERVEYDEN TUKI RY:LLE	
Vaihtoehtoiset ammattiopinnot Mielenterveystyö	Ohjaaja(t) Arpala Raila ja Mankinen Teija Toimeksiantaja Sotkamon Mielenterveyden tuki ry/ Kaarisilta-projekti
Aika Syksy 2006	Sivumäärä ja liitteet 41+6
<p>Tiivistelmä</p> <p>Mielenterveyskuntoutujat ja heidän omaisensa tarvitsevat nykyään enemmän voimavaroja kuin ennen, koska psykiatristen sairaalapaikkojen vähentämisen vuoksi yhä useampi mielenterveyskuntoutuja on avohoidossa. Tämän seurauksena omaisten vastuu läheistensä hoidossa korostuu, mikä kuluttaa myös heidän voimavarojaan. Mielenterveysyhdistykset tarjoavat toiminnallista, tukevaa ja kannustavaa toimintaa mielenterveyskuntoutujille ja omaisille maakunnallisten mielenterveyspalvelujen tueksi.</p> <p>Opinnäytetyössä kuvataan projektitoiminnan merkitystä yhdistystoiminnalle, Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle. Opinnäytetyöstä selviää muun muassa seuraavat asiat. Mitä projekti antaa ja vaatii yhdistykseltä? Mitä hyötyä projektista on Kainuun mielenterveyskuntoutujille ja heidän omaisilleen? Selvitän opinnäytetyössäni kahden aikaisemman, Käden Taidot kunniaan -projektin ja Yhdessä Eteenpäin -projektin, sekä tämän hetkisen Kaarisilta-projektin merkitystä Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle. Opinnäytetyön tutkimustehtävä selvittää projektitoiminnan merkitystä Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle. Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:n Kaarisilta-projekti on opinnäytetyöni toimeksiantaja. Hankkeen päärahoittajana toimii Raha-automaattiyhdistys. Opinnäytetyö on suuntaa-antava työväline, kun yhdistykset kehittävät toimintaansa ja hakevat rahoitusta omille projekteilleen. Yhdistykset ja rahoittajat näkevät opinnäytetyöstä muun muassa kokeilu- ja kehitysohjelman prosessin ja resurssit sekä mahdollisen tavoitteisiin pääsyn. Opinnäytetyötä voidaan hyödyntää myös valtakunnallisesti mielenterveyskuntoutusta kehitettäessä.</p> <p>Opinnäytetyö on pääosin laadullinen eli kvalitatiivinen. Aineiston hankintaan käytin teemahaastattelua. Analysoin aineiston käyttäen induktiivista sisällön analyysiä. Opinnäytetyön keskeiset käsitteet ovat projektitoiminta, mielenterveys, mielenterveyskuntoutuja ja omainen.</p> <p>Opinnäytetyön tuloksista ja johtopäätöksistä selviää että Sotkamon mielenterveysyhdistyksen ohella lähes koko Kainuun alueen mielenterveysyhdistykset ovat hyötynet projektista. Projektin antama tuki mielenterveysyhdistyksen jäsenille on käsin kosketeltavaa ja nähtävää opinnäytetyön tutkimusaineistosta päätellen.</p> <p>Jatkotutkimusaiheeksi nousi opinnäytetyöprosessin aikana, miten saataisiin pidempiaikainen jatkuvuus järjestötoiminnalle. Miten toimintaa voisi kehittää niin, että projektin loppuessa toiminta jatkuisi sekä kehittyisi? Projektitoiminnan merkityksellisyyden vuoksi toiminnan jatkuvuus mielenterveyskuntoutujille ja heidän omaisilleen on merkittävää.</p>	
Kieli	suomi
Asiasanat	projektitoiminta, mielenterveys, mielenterveyskuntoutuja ja omainen
Säilytyspaikka	X Kajaanin ammattikorkeakoulun Kaktus-tietokanta X Kajaanin ammattikorkeakoulun kirjasto



**Kajaani
Polytechnic**

**THESIS
ABSTRACT**

School Health and Sports	Degree Programme Nursing Care
Author(s) Tervo Satu	
Title Importance of Project work for Sotkamon Mielenterveyden tuki ry.	
Optional Professional Studies Mental Health Care	Instructor(s) Arpala Raila and Mankinen Teija
	Commissioned by The Arched Bridge project of Sotkamon Mielenterveyden tuki ry
Date Autum 2006	Total Number of Pages and Appendices 41 and 6
Abstract <p>The purpose of this thesis was to clarify the importance of projects for Sotkamon Mielenterveyden tuki ry (Sotkamo Association for Mental Health Support). The projects are meant for mental health rehabilitants and their close relatives. The importance of the three projects for the Sotkamo Association is discussed in this thesis. The thesis was commissioned by the Arched Bridge project of the Sotkamo Association. The projects are mainly sponsored by RAY (Finland's Slot Machine Association).</p> <p>The material for the thesis was collected by doing theme interviews. The analysing of the material was made by using inductive contents analysis. The central concepts of the thesis were project activity, mental health, mental health rehabilitants and their close relatives.</p> <p>The results and conclusions of the thesis show that like the Sotkamo Association almost every mental health association in Kainuu has benefitted from the projects. The support the projects have given to mental health rehabilitants and their close relatives has been important for their rehabilitation.</p> <p>While analysing the material of the thesis a question for the future rose: How to maintain the Sotkamo Association's active work after the projects end?</p>	
Language of Thesis	Finnish
Keywords	Project activity, mental health, mental health rehabilitants and their close relatives
Deposited at	X Kaktus Database at Kajaani Polytechnic Library X Library of Kajaani Polytechnic

SISÄLLYS

1 SOTKAMON MIELENTERVEYDEN TUKI RY JA PROJEKTITOIMINTA	1
1.1 Sotkamon Mielenterveyden tuki ry	1
1.2 Projektitoiminta	4
1.3 Mielenterveyden Keskusliitto	7
1.4 Raha-automaattiyhdistys	7
2 MIELENTERVEYS, MIELENTERVEYSKUNTOUTUJA JA MIELENTERVESKUNTOUTUJAN OMAINEN	9
2.1 Mielenterveys	9
2.2 Mielenterveyskuntoutuja	10
2.3 Mielenterveyskuntoutujan omainen	10
3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSTEHTÄVÄ	12
4 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHTA	13
4.1 Opinnäytetyön suunnittelu	13
4.2 Opinnäytetyön toteutus	13
4.3 Aineiston analysointi	16
5 PROJEKTITOIMINNAN ARVIOINTI LOPPU- JA VÄLIRAPORTTIEN SEKÄ HAASTATTELUIEN POHJALTA	19
5.1 Projektin antama tuki	19
5.1.1 Mahdollistavia tekijöitä	20
5.2 Projektin vaatima vastuu	21
5.2.1 Haastetta tuovia tekijöitä	21
5.3 Projektin kehitettäviä toimintoja	23
5.3.1 Kehitettäviä tekijöitä	23
5.3.2 Toimintoja laajentavia tekijöitä	25
6 JOHTOPÄÄTÖKSET	27
7 POHDINTA	31
7.1 Opinnäytetyöprosessi	31
7.2 Luotettavuus	35
7.3 Eettisyys	36

LÄHTEET	38
JULKAISETTOMAT LÄHTEET	41
LIITTEET (6)	

1 SOTKAMON MIELENTERVEYDEN TUKI RY JA PROJEKTTITOIMINTA

1.1 Sotkamon Mielenterveyden tuki ry

Mielenterveystyöllä Sotkamossa ei ole pitkiä perinteitä. Mielenterveystoimisto aloitti Sotkamossa toimintansa 1970- ja -80-lukujen vaihteessa. Silloinen toiminta oli suurelta osin toimistokeskeistä. (Sotkamon Mielenterveyden tuki ry 2001.)

Vuonna 1987 perustettiin Sotkamoon sosiaaliclubi, joka tarjosi vertaistukea mielenterveyskuntoutujille. Sosiaaliclubin toiminnan aloittaminen oli tärkeä käänne kohti tulevaa ja omaehtoista mielenterveyskuntoutumista sekä yhdistystoimintaa. Sosiaaliclubi onkin Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:n ”kantamuoto”. Sosiaaliclubi on tänä päivänäkin ja tulevaisuudessa erittäin olennainen osa mielenterveyskuntoutujien aktiivitoimintaa Sotkamossa. Sosiaaliclubin laajenemisen myötä 1980- ja -90-lukujen vaihteessa heräsi idea klubilaisten kesken mielenterveysyhdistyksen perustamisesta. Sotkamoon Mielenterveyden tuki ry perustettiin vuonna 1991. Sotkamon Mielenterveyden tuki ry on Mielenterveyden Keskusliiton jäsenyhdistys. (Sotkamon Mielenterveyden tuki ry 2001.)

Ensimmäiset vuodet perustamisen jälkeen olivat lähinnä Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:n käynnistämistä ja hengissä pysymistä. Vuonna 1997 Sotkamon Mielenterveyden tuki ry sai Raha-automaattiyhdistyksen (Ray) rahoittaman Käden taidot kunniaan -projektin ja sen myötä työntekijäkseen Teija Mankisen. Projekti suuntautui mielenterveyskuntoutujien kuntouttavaan työ- ja päivätoimintaan Kainuun alueella. Projekti kesti vuoteen 2001 ja samana vuonna käynnistettiin uusi, Yhdessä Eteenpäin -projekti. Projekti sai rahoituksen Ray:ltä neljäksi vuodeksi (2001-2004). Projektin tavoitteina oli kehittää omais- ja perhekeskeistä mielenterveystyötä Kainuussa. (Sotkamon Mielenterveyden tuki ry 2001.)

Tämän hetkinen hanke Kaarisilta-projekti on myös saanut rahoituksen Ray:ltä viideksi vuodeksi (2005- 2009). Projektin tavoitteena on Mielenterveyskuntoutujien ja omaisten yksilö- ja ryhmätoimintojen kehittäminen Kainuussa. (Kaarisilta-projektin esite syksy 2005.)

Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:n toiminnan tarkoituksena on mielenterveyskuntoutujien ja heidän omaistensa vertaistukitoiminta ja heidän saattamisena yhteiseen järjestöön. (Sotkamon Mielenterveyden tuki ry säännöt, 2001.)

Muuriahon (2000) ja Riikosen, Nummelinin & Järvikosken (1996) mukaan vertaistukitoiminta on omaehtoista toimintaa samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten kesken. Vertaistukitoiminnassa ei ole erikseen auttajia ja autettavia, vaan kaikki auttavat toisiaan. Yhdistys toimii mielenterveyshäiriöistä ja -sairauksista kärsivien henkilöiden tukijärjestönä. Yhdistyksen jäseneksi ovat tervetulleita kaikki vapaaehtoisesta mielenterveystyöstä kiinnostuneet. Jäsenenä voivat olla muun muassa alan ammattilaiset, mielenterveyskuntoutujat, omaiset ja heidän ystävänsä sekä perheenjäsenet. Yhdistyksen periaatteisiin ei kuulu voiton tai muun välittömän taloudellisen ansion hankkiminen. Yhdistyksellä on hallitus, joka käyttää toimeenpanovaltaa. (Sotkamon Mielenterveyden tuki ry säännöt, 2001.)

Yhdistys on vuosien varrella rahoittanut toimintansa erilaisilla avustuksilla, muun muassa Sotkamon kunnalta toimitilan vuokrana, Sotkamon seurakunnalta retkien, virkistyspäivien ja leirien muodossa, Mielenterveyden Keskusliitolta toiminta-avustuksena, TE-keskukselta eli Työvoima- ja elinkeinokeskukselta projektiavustuksena ja Raha-automaattiyhdistykseltä projekteihin. Lisäksi yhdistys on saanut varoja toimintaansa Koti Särkyneelle Mielelle keräyksen yhdistysosuudesta, omasta kahvilatoiminnasta, omien Käden Taidot -ryhmien tuotteiden myynnistä ja jäsenmaksuista sekä arpajaistuotoista. Vapaaehtoistyöllä on ollut erittäin suuri merkitys yhdistyksen toiminnassa. (Sotkamon Mielenterveyden tuki ry 2001.)

Sotkamon Mielenterveyden Tuki ry:n kaarisilta-projekti on opinnäytetyöni toimeksiantaja. Tässä opinnäytetyössä selvitän edellä mainittujen Ray:n rahoittamien projektien merkitystä Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:n jäsenille. Opinnäytetyöni nimi on Projektitoiminnan merkitys Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle. Käytin opinnäytetyöni aineistona projektien loppu- ja väliraporttia. Lisäksi hankin aineistoa haastatteluilla, jotka toteutin teemahaastatteluna. Haastatteluiden kysymykset nousivat loppu- ja väliraporttien aineistosta. Analysoin haastattelut induktiivisella sisällön analyysillä.

Opinnäytetyöstäni selviää muun muassa seuraavat asiat. Mitä projekti antaa ja vaatii yhdistykseltä? Mitä projektityö on? Mitä hyötyä projektista on Kainuun mielenterveyskuntoutujille ja heidän omaisilleen? Onko projektitoiminnan hyöty nähtävissä Kainuun kunnissa? Voisiko projektitoiminnalla kehittää Kainuun kuntien mielenterveyskuntoutujien ja heidän omaistensa kuntoutumista kolmannen sektorin alueella? Missä projektityö tehdään? Milloin projektityö tehdään?

Opinnäytetyöni keskeiset käsitteet ovat projektitoiminta, mielenterveys, mielenterveyskuntoutuja ja omainen. Projektitoiminnalla tarkoitetaan sitä, että sillä on alku ja loppu ja se on prosessiluonteinen. Suomenkielessä projekti-sanasta käytetään synonyyminä sanaa hanke. Projekti määritellään joukoksi ihmisiä ja muita resursseja, jotka on tilapäisesti koottu yhteen suorittamaan tiettyä tehtävää. (Karesvirta, 2004; Liikamaa, 2005; Pelin, 1999; Ruuska, 2005.)

Mielenterveyden määrittely koetaan usein vaikeaksi. Mielenterveyttä voidaan kuvata monin tavoin, mutta yhtenäistä kattavaa määritelmää ei liene olemassa. Määrittelyyn vaikuttavat monet tekijät, kuten aikakausi, kulttuuri, yhteiskunnan normit ja lainsäädäntö, mutta ennen kaikkea ihmisten omat tarpeet. (Hukkamäki, 1998.) Mielenterveyslaki määrittelee mielenterveyden seuraavasti: ”Mielenterveys ja mielenterveystyöllä tarkoitetaan yksilön psyykkisen hyvinvoinnin, toimintakyvyn ja persoonallisuuden kasvun edistämistä, sekä mielisairauksien ja muiden mielenterveydenhäiriöiden ehkäisemistä, parantamista ja lievittämistä.” (Mielenterveyslaki 1990/ 1116, 1 luku 1§.)

Mielenterveyskuntoutujalla tarkoitetaan mielenterveyshäiriöistä tai mielisairasta ihmistä, joka ottaa vastuun itsensä kuntoutumisesta omat voimavarat huomioon ottaen. (Lönngqvist ym., 1999.) Peruseriaatteena tulisi olla, että mielenterveyskuntoutus on palvelutoimintaa. Kuntoutuja on silloin palvelun käyttäjä. Kuntoutuja käyttää ammattihenkilöä apunaan ja tukiverkostoaan tarvitsemansa ajan. (Riikonen ym., 1996.)

Mielenterveyskuntoutujan omaisella tarkoitetaan Huttusen (2004) ja Lönngqvistin ym. (1999) mukaan henkilöä, joka on mielenterveyskuntoutujan sukulainen tai muuten hyvin läheinen ihminen. Omaisten arvostaminen ja huomioonottaminen kuntoutujan hoidossa on lisääntynyt psykiatrisessa hoidossa 1980-luvulta lähtien. Hyvänä vaihtoehtona asiantuntijoille tai ammattilaisille ovat mielenterveystyössä maallikot. Maallikkoja ovat muun muassa mielenterveyskuntoutujan omaiset, ystävät ja naapurit. (Huttunen, 2004; Lönngqvist ym., 1999; Muuriaho, 2000.)

Opinnäytetyöni aihe on mielestäni mielenkiintoinen ja ajankohtainen. Opinnäytetyö on eduksi muun muassa seuraavien projektien rahoitusta haettaessa, toimintojen suunnittelussa, kehittämisessä ja arvioinnissa. Opinnäytetyöllä on myös valtakunnallista hyötyä esimerkiksi järjestöille, jotka miettivät oman toimintansa kehitystä käyttäen opinnäytetyötäni tutkimustuloksia työvälineenä.

Opinnäytetyöprosessi kehittää ammatillista kasvua projektityöhön ja mielenterveystyöhön sekä auttaa ymmärtämään tutkimustiedon tärkeyden. Tulevana mielenterveyteen suuntautuvana sairaanhoitajana koen Kaarisilta-projektin erittäin hyvänä oppimisympäristönä. Saan tulevaan työhöni monipuolista kokemusta projektityöstä sekä työskennellessäni moniammatillisessa ohjaus- ja seurantaryhmässä.(Opinto-opas 2003-2004.)

1.2 Projektitoiminta

Projektisana on peräisin latinasta ja tarkoittaa ehdotusta tai suunnitelmaa. Suomenkielessä projekti-sanasta käytetään synonyyminä sanaa hanke. Projekti määritellään joukoksi ihmisiä ja muita resursseja, jotka on tilapäisesti koottu yhteen suorittamaan tiettyä tehtävää. Projektilla on kiinteä budjetti ja aikataulu. Projektilla on yksi tai useampi selkeä tavoite ja kun ne on saavutettu, projekti päättyy. Tavoite on tärkein, suunnittelu luo edellytykset ja hyvä vuoro-vaikutus ratkaisee. Projektin tavoitteiden saavuttamiseksi ryhmätyöskentely on ensiarvoisen tärkeää. Moniammatillinen ryhmä saa yleensä parhaan tuloksen. Projekti on myös aina oppimisprosessi, josta saatua tietoa tulisi hyödyntää seuraavissa projekteissa. Kahta samanlaista projektia ei ole, koska ihmiset ja ympäristötekijät muuttuvat ajassa. Projektia ei sellaisenaan voi toistaa.(Karesvirta, 2004; Liikamaa, 2005; Pelin, 1999; Ruuska, 2005.)

Raportit ja arviointi projektin vaikuttavuudesta projekteissa ovat perinteisesti rahoittajan edellyttämä vastine rahoitukselle. Niihin on jopa varattava erikseen budjetissa rahaa. Päädyttäessä arvioimaan projektia tulisi miettiä vastauksia muutamiin kysymyksiin: Miksi arvioidaan ja mitä sillä tavoitellaan? Mitä resursseja on käytettävissä? Kuka arvioinnin toteuttaa? ulkoinen vai sisäinen arviointi? Mitä työkaluja käytetään?(Karesvirta, 2004; Mäkinen ym., 2005.)

Projektien ulkopuolelta tulevan arvioinnin etuina on siis ulkoisen arvioinnin objektiivisuus, uusien näkökulmien ja näkemysten saaminen projektin käyttöön sekä mahdollisuus kokeilla omia oletuksia ulkopuolisella asiantuntijalla. Ulkopuolinen arviointi ei ole riskitöntä, koska ulkopuolisella saattaa olla erityispiirteiden liian suppea näkemys.(Karesvirta, 2004; Mäkinen ym., 2005.)

Projektin sisäiseen arviointiin eli itsearviointiin liittyy useita etuja ulkopuoliseen arviointiin verrattuna. Itsearvioinnin tuloksia on helpompi hyödyntää. Onnistunut itsearviointi lisää projektitiimin ymmärrystä hankkeen tavoitteista ja ominaispiirteistä.

Projektitiimi ja sidosryhmät todennäköisesti sitoutuvat paremmin arviointiprosessiin, kun ne saavat aktiivisesti olla mukana arvioinnissa. Itsearviointi on projektissa niin tärkeä elementti, että sen myötä projekti joko onnistuu tai epäonnistuu. (Karesvirta, 2004; Mäkinen ym., 2005.)

Itse projektitoimintaan sain tutustua Kaarisilta-projektin ohjaus- ja seurantaryhmässä sekä suuntautumisvaihtoehto-harjoittelussa (vehto-harjoittelu) Kaarisilta-projektissa. Ohjatussa harjoittelussa näin ja koin konkreettisesti, mitä hyötyä projektista on yhdistyksen jäsenille.

Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:n historian aikana on ollut kaksi pidempiaikaista projektia (Käden Taidot Kunniaan -projekti 1997-2001 ja Yhdessä Eteenpäin -projekti 2001-2004) jotka on rahoittanut Raha-automaattiyhdistys (Ray). Käden Taidot Kunniaan -kehittämiprojektin tavoitteet olivat mielenterveyskuntoutujien kuntouttavan työ- ja päivätoiminnan kokeilu Kainuussa. Yhdessä Eteenpäin -projektin tavoitteet olivat omais- ja perhekeskeisen mielenterveystyön kehittäminen Kainuussa. (Kirssi & Viuhkola, 2002.)

Vuonna 2005 alkanut Kaarisilta-projekti on myös Ray:n rahoittama hanke. Projektissa on kaksi työntekijää: projektipäällikkö Teija Mankinen ja toiminnanohjaaja Maija Leinonen. Kaarisilta-projektin toimintaa ja tavoitteita seurataan yhdistyksen hallituksessa sekä ohjaus- ja seurantaryhmässä. Projektille laaditaan vuosi- ja puolivuosisuunnitelmia, joita täydennetään tarpeen vaatiessa. Projektia seurataan myös väli- ja loppuraporttein. Kaarisilta-projektin toimintaan kuuluu Kainuun alueella (Karisilta-projektin esite syksy 2005):

- Yksilö ja ryhmämuotoiset toiminnot mielenterveyskuntoutujille ja omaisille
- Vertaisohjaajakoulutus ja työnohjaus ryhmien ohjaajille
- Potilas-, omais-, vapaaehtois- ja viranomaistahojen yhteistyön edistäminen ja kehittäminen yli kuntarajojen
- Yhteistyö ammatillisen- ja korkeakoulutuksen kanssa. Projekti on oppimiskenttänä opiskelijoille
- Yhteistyö maakunta-kuntayhtymän kanssa lähinnä mielenterveys- ja riippuvuushoitotyössä
- Tiedottaminen mielenterveyteen ja omaistoimintaan liittyvistä asioista
 - Oma tiedotuslehtinen Kaarisilta
 - Ilmoitukset ja lehtiartikkelit maakunnan lehdissä

Kahdeksan Kainuun kunnan alueella Kaarisilta-projektin tavoitteita ovat:

- Eri-ikäisten mielenterveyden edistäminen ja tukeminen
- Mielenterveyskuntoutujien ja omaisten toiminnallisten ryhmien järjestäminen ja kehittäminen
- Osaajien etsiminen ja kouluttaminen vertaisohjaajiksi
- Tiedottaminen mielenterveyteen ja omaistoimintaan liittyvistä asioista (Kaarisilta-projektin esite syksy 2005.)

Projektin yhteistyötahot ovat:

- Raha-automaattiyhdistys
- Sotkamon kunta
- Mielenterveyden Keskusliitto
- Hyvän Mielen talo ry.
- Kajaanin Ammattikorkeakoulu
- Kainuun Ammattiopisto
- Kainuun Maakunta kuntayhtymä / aikuisten mielenterveys- ja riippuvuuksienhoitoryhmän jäsenet
- Kainuun Riihi l. Kainuun yhteistyötä tekevät mielenterveysyhdistykset
 - Kuhmon vireys
 - Paltamon mielenterveysyhdistys Leppäkertut ry.
 - Puolangan Miete ry.
 - Vuolijoen HyMinä ry.
- Kainuun evankelisluterilaiset seurakunnat
- Mielenterveyskuntoutujat ja omaiset, läheiset ja tukihenkilöt

(Kaarisilta-projektin esite syksy 2005)

1.3 Mielenterveyden Keskusliitto

Mielenterveyden Keskusliitto (MTKL) on tunnettu ja arvostettu, toiminnassaan ja viestinnässään yhtenäinen. Asiatuntijajärjestönä MTKL on rohkeasti profiloituva, kansainvälistä yhteistyötä tekevä, kasvava ja yhteistyökykyinen mielenterveyspotilaiden ja -kuntoutujien asiakasnäkökulmaa edustava etu- ja palvelujärjestö. MTKL ottaa toiminnassaan huomioon myös omaiset. Liiton toiminta perustuu vertaistukeen ja kokemusasiantuntemukseen. (Mielenterveyden Keskusliiton esite 2005.)

MTKL on valtakunnallinen mielenterveyspotilaiden, kuntoutujien ja heidän läheistensä järjestö. Siihen kuuluu 170 jäsenyhdistystä eri puolilta Suomea ja niiden kautta yli 20 000 henkilöjäsentä. Liitto on Euroopan suurin mielenterveysalan järjestö. (Mielenterveyden Keskusliiton esite 2005.)

MTKL vaikuttaa sosiaali- ja terveydenhuollon sekä muun mielenterveyspotilaiden ja -kuntoutujien kannalta keskeiseen lainsäädäntöön. Liitto vaikuttaa myös lakien soveltamiskäytäntöihin. Kaiken vaikuttamistoiminnan lähtökohtana on ihmisoikeuksien ja perusoikeuksien turvaaminen. (Mielenterveyden Keskusliiton esite 2005.)

MTKL:n toiminnan päärahoittajana on Raha-automaattiyhdistys. Muita rahoittajia ovat Kansaneläkelaitos (Kela), työministeriö, opetusministeriö, ulkoministeriö ja turva-asumiskunnat. Varoja Mielenterveyden Keskusliitto on saanut myös Viola Raninin ja Julia Mannisen säätiöltä ja lisäksi käytössä on Riihisäätiön siirtyviä eriä. (Mielenterveyden Keskusliiton esite 2005.)

1.4 Raha-automaattiyhdistys

Raha-automaattiyhdistyksellä on lakiin perustuva yksinoikeus raha-automaatti- ja kasinopeli-toiminnan harjoittamiseen varojen hankkimiseksi terveyden ja sosiaalisen hyvinvoinnin edistämiseen. RAY:n yksinoikeusasema tunnustettiin EY:n tuomioistuimessa ja EU:n komissiossa 90-luvun lopussa eikä siihen lähivuosina kohdistu merkittäviä ulkoisia uhkia. (RAY:n avustustoiminnan esite 2002.)

Vuoden 2002 alusta voimaan tulleen uuden arpajaislain (1047/2001) mukaisesti RAY:n pelitoiminnan tuotto jaetaan avustuksina yleishyödyllisten yhdistysten ja säätiöiden toimintaan ja hankkeisiin. RAY:n perustehtävä on näin ollen määritelty lainsäädännössä. Sen pohjalta RAY:n hallitus päättää avustustoiminnan suuntaviiva- ja painoaluelinjauksista, joilla luodaan sosiaali- ja terveystaloudelliset puitteet avustusten suuntaamiselle keskipitkällä aikavälillä. RAY on lajitellut avustukset kolmeen pääryhmään: yleisavustukset, kokeilu- ja kehittämisavustukset ja investointiavustukset. (RAY:n avustustoiminnan esite 2002.)

Raha-automaattiyhdistyksen avustuksilla toteutettavia kokeilu- ja kehittämisprojekteja on vuosittain käynnissä yli tuhat. Kokeilu- ja kehittämistoimintaan kohdistuu entistä suurempia tehokkuus- ja tuloksellisuusodotuksia. (RAY:n projektin hallinnan opas 2002.)

Projektiavustusten myöntämiskriteereihin ja käytön seurantaan kiinnitetään lisääntyvää huomiota. RAY:n hakemuskäsittelyssä ja avustusvalmistelussa keskeisempiä arvioinnin kohteita ovat projekteille asetetut tavoitteet ja niiden selkeys. Projektisuunnitelmien sosiaali- ja terveystaloudellinen merkitys ja innovatiivisuus sekä se, miten projektissa saatavia tuloksia aiotaan hyödyntää. (RAY:n projektin hallinnan opas 2002.)

2 MIELENTERVEYS, MIELENTERVEYSKUNTOUTUJA JA MIELENTERVESKUNTOUTUJAN OMAINEN

Mielenterveysongelmat ovat toiseksi yleisin syy, jotka liittyvät sairaseläkkeelle jäämiseen tänä päivänä, ja siksi niiden ehkäisy, varhainen toteaminen sekä hoito ovat kansantaloudellisesti merkittäviä tekijöitä. Mielenterveyskuntoutujilla voi olla useita läheisiä ihmisiä, omaisia. Ihmisten määrä, joita mielenterveysongelmat koskettavat joko välillisesti tai välittömästi, kasvaa voimakkaasti. On arvioitu, että lähes puolet mielenterveyden häiriöistä voidaan ehkäistä käyttämällä tehokkaita, kannattavia ja yksinkertaisia toimintatapoja. (Raitasalo, 2006.)

Taide- ja kulttuuritoiminta ovat vähitellen päässeet osaksi sosiaali- ja terveydenhuollon sekä hoitolaitosten arkea. Tähän ovat vaikuttaneet nykykansantaiteen ja luovien terapioiden synty osana hoitotyötä. Taiteella ja kulttuurilla on positiiviset vaikutukset sosiaali- ja terveydenhuoltoon. Sillä lisätään ihmisten sosiaalista ja yhteisöllistä hyvinvointia. (Hyypä & Liikanen, 2005.)

2.1 Mielenterveys

Huttunen (2004) ja Lönnqvist ym. (1999) ovat todenneet, että mielenterveys on oleellinen osa terveyttä. Maailman Terveysjärjestö (WHO) on määritellyt terveyden täydellisenä fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilana eikä vain sairauksien tai vammojen puuttumisena. Mielenterveys on kykyä reagoida rakentavasti ongelmiin. Mielenterveys on myös kykyä tehdä työtä ja rakastaa. Siihen kuuluu myös toimintakyvyn säilyttäminen mahdollisista oireista huolimatta. Kun oireet ovat pitkäkestoisia ja ne rajoittavat normaalia elämää huomattavasti, on kysymys häiriöstä tai sairaudesta. (Huttunen, 2004; Lönnqvist ym., 1999.)

Mielenterveys ei ole pelkkää mielen hyvinvointia tai ongelmattomuutta. Pelot, pettymykset, ahdistuneisuus, suru ja ajoittaiset nukahtamisvaikeudet ovat osa jokaisen elämää. Mielenterveyden häiriöiden tarkka määrittäminen on vaikeaa tai jopa mahdotonta, koska monet mielen oireet kuuluvat ajoittaisina myös normaaliin elämään. Mielenterveydenhäiriöistä on kyse, kun henkilön tunteet, mieliala, ajatukset tai käytös ovat muuttuneet niin, että ne haittaavat toimintakykyä tai aiheuttavat kärsimystä. Vakava mielenterveyden häiriö saattaa lamaannuttaa ihmisen kokonaan. (Huttunen, 2004.)

Mielenterveys ei vaikuta pelkästään sairastuneeseen ihmiseen, vaan myös omaisiin ja läheisiin. Mielenterveys vaikuttaa myös yhteiskuntaan muun muassa taloudellisesti. Kansainvälisesti Euroopan unioni edesauttaa mielenterveyden ongelmien hoitamisen ja ehkäisyn mainontaa ja tunnettavuutta. Tämä auttaa ihmisiä ymmärtämään ja tulemaan lähemmäksi mielenterveysongelmaisia. (Järvisalo, Andersson, Boedeker & Houtman, 2005; Leppo, 1997.)

2.2 Mielenterveyskuntoutuja

Lönnqvist ym. (1999) määrittelevät teoksessaan mielenterveyskuntoutujan seuraavasti: Mielenterveyskuntoutujalla tarkoitetaan mielenterveyshäiriöistä tai mielisairasta ihmistä joka ottaa vastuun itsensä kuntoutumisesta omat voimavarat huomioon ottaen. Motivaatio omassa kuntoutumisessa on myös elintärkeää kuntoutumiselle. Mielenterveyskuntoutujalle tehdään yksilöllinen kuntoutussuunnitelma hänen voimavarojensa mukaan. Kuntoutujalle tehdään välitavoitteet ja päätavoitteet. Mielenterveyskuntoutujan omaiset ovat myös avainasemassa prosessissa. Omaisten ja ystävien sekä mahdollisten työtovereiden hyvä suhde psyykkisistä ongelmista kärsivään ihmiseen useimmiten helpottaa sairaudesta toipumista. (Huttunen, 2004; Lönnqvist ym., 1999; Muuriaho, 2000.)

2.3 Mielenterveyskuntoutujan omainen

Huttusen (2004) ja Lönnqvistin ym. (1999) mukaan mielenterveyskuntoutujan omainen on henkilö, joka on mielenterveyskuntoutujalle sukulainen tai muuten hyvin läheinen ihminen. Omaisten arvostaminen ja huomioonottaminen kuntoutujan hoidossa on lisääntynyt psykiatrisessa hoidossa 1980-luvulta lähtien. Psykiatrisen hoidon siirtyessä yhä enenevässä määrin avohoitoon omaisten ja läheisten merkitys kasvaa mielenterveyskuntoutujan kuntoutumisessa. Mielenterveysongelmien hoito on perinteisesti ollut, ja on yhä myös tulevaisuudessa, asiantuntija- ja ammattilaiskeskeistä. Hyvänä vaihtoehtona asiantuntijoille tai ammattilaisille ovat mielenterveystyössä maallikot. Maallikkoja ovat muun muassa mielenterveyskuntoutujan omaiset, ystävät ja naapurit. (Huttunen, 2004; Lönnqvist ym., 1999; Muuriaho, 2000.)

Kuntoutujan toipumiselle on eduksi, että omainen tai läheinen on tukena heti hoidon alusta alkaen. Paitsi kuntoutujalle itselleen, sillä on merkitystä myös omaisille ja läheisille, kun he ymmärtävät, mistä kuntoutujan voinnissa tai kuntoutumisessa on kyse. Huolenpito sairastuneesta on aina arvokasta. (Huttunen, 2004; Lönnqvist ym., 1999; Mäkikyrö, 1998.)

Omaisten on muistettava huolehtia myös omasta hyvinvoinnistaan ja jaksamisestaan. Suuri osa psyykkisesti sairaiden omaisista käy läpi masennus- ja uupumusvaiheen myös itse. Omaiset tarvitsevat erityisesti tukea silloin, kun mielenterveysongelmasta kärsivä joutuu sairaalaan. Usein avuksi riittää sairausloma, mutta moni tarvitsee myös masennusta ja ahdistusta lievittävää lääkitystä. (Huttunen, 2004; Lönnqvist ym., 1999.)

Koko perhettä voidaan hoitaa ja tukea perhetapaamisten tai -terapioiden avulla. Kaikille perheterapia ei kuitenkaan riitä, tai terapiaa ei ole saatavilla. Monilla paikkakunnilla on kuitenkin omaisjärjestöjä, joiden toimintaan osallistuminen antaa sekä tietoa että uusia ymmärättäviä ystäviä. (Huttunen, 2004; Lönnqvist ym., 1999.)

3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSTEHTÄVÄ

Opinnäytetyön tarkoitus on kuvata projektitoiminnan merkitystä yhdistystoiminnalle, Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle. Opinnäytetyöstäni selviää muun muassa seuraavat asiat. Mitä projekti antaa ja vaatii yhdistykseltä? Mitä projektityö on? Mitä hyötyä projektista on Kainuun mielenterveyskuntoutujille ja heidän omaisilleen? Onko projektitoiminnan hyöty nähtävissä Kainuun kunnissa? Voidaanko projektitoiminnalla kehittää Kainuun kuntien mielenterveyskuntoutujien ja heidän omaistensa kuntoutumista kolmannen sektorin alueella? Missä projektityö tehdään? Milloin projektityö tehdään?

Opinnäytetyön tavoite on, että tutkimustuloksia voidaan hyödyntää, kun Sotkamon Mielenterveyden tuki ry kehittää ja suunnittelee toimintaansa sekä hakee rahoitusta toiminnalle. Opinnäytetyön tavoitteita on myös, että tutkimustuloksia hyödynnetään valtakunnallisesti kehitettäessä ja suunnitellessa yhdistystoimintaa sekä haettaessa rahoitusta projekteille.

Opinnäytetyö on oppimisprosessi, jonka avulla laajennan ja syvennän hoitotyön näkökulmaa ja ammatillista asiantuntijuutta mielenterveystyöhön suuntautuvana hoitotyön opiskelijana. Opinnäytetyö oppimisprosessina on herättänyt kiinnostuksen ja antanut aineksia uudelle ajattelulle tutkimustiedosta ja sen merkityksestä sekä opettanut ymmärtämään sitä.

Tutkimustehtävä on:

Projektitoiminnan merkitys Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle

4 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHTA

4.1 Opinnäytetyön suunnittelu

Varsinaisen opinnäytetyön toteutuksen aloittaminen vaatii hyväksytyyn opinnäytetyön aiheanalyysin, tutkimussuunnitelman sekä toimeksiantosopimuksen työn tilaajan kanssa (liite 1). Opinnäytetyön aiheanalyysiin ja tutkimussuunnitelmaan kuului aiheesta esityseminaarit yhtenä osana hyväksymistä. Näitä ennen on pitänyt olla myös hyväksytty suoritus hoitotyön tutkimuksen kursseilta.

Aiheanalyysi ja tutkimussuunnitelma ovat hyvä ja ehdottoman tärkeä pohja opinnäytetyön prosessissa ja sen onnistumisessa. Tätä ennen on täytynyt olla tiedossa opinnäytetyön aihe joka on ajankohtainen ja kiinnostaa, tekijää ja toimeksiantajaa. Suunnitelmaan tarvitaan myös koulun hyväksyntä aiheesta. Motivaatiota työn tekemiseen tarvitaan myös opinnäytetyön prosessin onnistumiseksi. Opinnäytetyötä suunnitellessani päätin pitää oppimispäiväkirjaa prosessin kulusta koko prosessin ajan. Tämän hyödyllisen neuvon saimme opettajilta. Oppimispäiväkirjaa pidettäessä muistaa paremmin vuoden takaisia asioita ja näin ollen se on yksi opinnäytetyön luotettavuuden mittari.

Sain aiheeni opinnäytetyöhön ollessani Kaarisilta-projektin ohjaus- ja seurantaryhmässä, jossa olen ollut projektin alusta saakka(v.2005).”Projektitoiminnan merkitys Sotkamon Mielen terveyden tuki ry:lle” aihe oli silloisista aiheista mielestäni mielenkiintoisin ja ajankohtaisin. Sotkamon Mielen terveyden tuki ry:n Kaarisilta- projekti on opinnäytetyöni toimeksiantaja.

4.2 Opinnäytetyön toteutus

Opinnäytetyössä teoriataustan tarpeellisuudesta on esitetty erilaisia näkökulmia. Tutki ja kirjoita -kirjassa todetaan, että opinnäytetyölle olisi aluksi laadittava tutkimuksen viitekehys ja tällä tarkoitetaan teorian hankintaa. Teoriaa ei pidetä tutkimuksessa vain toivottavana vaan suorastaan korvaamattomana.(Hirsjärvi ym., 2002.)

Opinnäytetyössäni olevan teoriaosan avulla selkiytän Sotkamossa mielenterveyskuntoutujien ja omaisten tarvetta yhdistystoimintaan. Aineistona käytän aikaisempia julkaisuja ja loppuraportteja projektitoiminnan merkityksestä. Käytän myös kahden aikaisemman projektin (Käden Taidot Kunniaan -projekti 1997-2000 ja Yhdessä Eteenpäin -projekti 2001-2004) loppuraportit ja selvitän näiden merkityksen Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle.

Rajaan opinnäytetyön aineiston keruun kahteen aikaisempaan projektiin (Käden Taidot Kunniaan -projekti 1997-2000 ja Yhdessä Eteenpäin -projekti 2001-2004) ja yhteen tällä hetkellä olevaan projektiin (Kaarisilta-projektiin 2005-2009) ja niiden merkitykseen Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle.

Opinnäytetyöstä selviää, mitä edellä mainitut projektit ovat antaneet yhdistykselle. Siitä selvitän myös, mitä projektit ovat vaatineet yhdistykseltä. Opinnäytetyöstä selviää myös projektien vaikuttavuus yhdistystoiminnalle.

Tein projektipäällikkö Teija Mankisen kanssa Kaarisilta-projektiin ensimmäisen väliraportin, joka on tämänhetkisen projektin välitulos. Olen mukana Kaarisilta-projektin ohjaus- ja seurantar ryhmässä. Tein suuntautumisvaihtoehtoharjoittelun (vehto-harjoittelu) Kaarisilta-projektissa. Sain ohjatussa harjoittelussa täsmätietoa projektin toiminnasta ja sen vaikutuksista Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle. Näin konkreettisesti, mikä merkitys mielenterveyskuntoutujille ja heidän omaisilleen on tästä projektityöstä. Onko sille kysyntää Kainuun eri kunnissa?

Aineiston hakuun käytin Raha-automaattiyhdistyksen ja Mielenterveyden Keskusliiton toimintaan liittyviä Internet-sivuja ja julkaisuja. Tutustuin myös aikaisempiin opinnäytetöihin, jotka käsittelevät Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:n projektitoimintaa. Aineistoon tutustumisen jälkeen käytin sisällönanalyysimenetelmää kahden edellisen projektin loppuraporttien analysoinnissa. Käytin myös tämän hetkistä Kaarisilta-projektin ensimmäistä väliraporttia aineistona sisällön analyysiä tehdessä. Aikaisempien projektien loppuraporttien ja Kaarisilta-projektin ensimmäisen väliraportin sisällön analyysin tulosten perusteella kokosin haastateltaville kysymykset, jotka nousivat loppu- ja väliraporteista.

Haastattelu on hyvä aineistonkeruumenetelmä, kun halutaan tutkia ihmisiä ja heidän mielipiteitään. Haastattelut voidaan jakaa kolmeen ryhmään: strukturoituun, avoimeen ja teema-haastatteluun. Strukturoidussa eli lomakehaastattelussa kysymykset ja väitteet on etukäteen määrätty. (Hirsjärvi ym., 2002; Hirsjärvi & Hurme, 2001; Tuomi & Sarajärvi, 2002.)

Avoimessa haastattelussa selvitetään haastateltavan mielipiteitä ja ajatuksia vapaasti keskustellessa. Teemahaastattelu on lomake- ja avoimen haastattelun välimuoto. Teemahaastattelussa on tutkijalla tiedossa haastattelun teemat, mutta ei tarkkoja kysymyksiä. Haastattelua voidaan ohjata tarkentavin kysymyksin. (Hirsjärvi ym., 2002; Hirsjärvi ym., 2001; Tuomi ym., 2002.)

Valitsin opinnäytetyöhön lisäaineiston keruumenetelmäksi teemahaastattelun, koska mielestäni se sopii parhaiten ja mahdollistaa avoimien ja aitojen kokemusten saannin. Haastattelut tapahtuivat henkilökohtaisesti, aikaisemmin sovitussa paikassa sekä aikana. Sovin henkilökohtaisesti jokaisen haastateltavan kanssa paikasta ja ajasta, missä ja milloin haastattelu suoritetaan.

Ensimmäinen haastattelu tapahtui kodissani. Koin tämän hyväksi, koska tämä oli minun todella ensimmäinen haastatteluni. Paikka on tuttu ja turvallinen eikä ollut häiriötekijöitä. Myös haastateltavalle paikka sopi hyvin. Ennen haastattelua tarjosin hänelle kahvit. Samalla jutelimme tulevan haastattelun kulusta. Haastattelu oli kestoltaan 35 minuuttia.

Toinen haastattelu tapahtui haastateltavan työhuoneessa. Työhuone oli myös rauhallinen haastattelupaikaksi. Haastattelu keskeytyi yhden kerran, koska haastateltavan puhelin soi. Hänen oli pakko vastata siihen. Mielestäni puhelinsoitto ei häirinnyt merkittävästi haastattelua. Tämä haastattelu oli kestoltaan 22 minuuttia puhelinsoiton lisäksi.

Kolmas haastattelu tapahtui Kajaanin ammattikorkeakoululla. Olin varannut pienen luokahuoneen etukäteen, jotta haastattelupaikka ja -tilaisuus ovat rauhalliset. Tämä haastattelu toteutui ilman häiriötekijöitä. Kävimme kahvilla ennen haastattelua koulun kahviossa. Sovimme siinä samalla haastattelun kulusta ja aikataulusta. Kolmas haastattelu oli kestoltaan 41 minuuttia.

Nauhoitin kaikki haastattelut, että sain keskittyä pelkästään kuuntelemiseen eikä minun tarvinnut tehdä muistiinpanoja. Testasin myös nauhurin ennen jokaista haastattelua, että se toimii asianmukaisesti. Haastattelun kysymykset annoin haastateltaville hetkeä ennen nauhoitettavaa haastattelua jotta haastateltava sai tutustua kysymyksiin (liite 2). Haastattelua täydensin tarpeen mukaan lisäkysymyksin.

Hirsjärvi ym. (2002) ja Hirsjärvi ym. (2001) sekä Tuomi ym. (2002) toteavat teoksissaan, että haastateltavien tulee olla henkilöitä, joilla on omia kokemuksia tutkittavasta ilmiöstä, ja heidän on oltava halukkaita kertomaan myös omista kokemuksistaan. Haastateltavat valitaankin usein harkinnanvaraisesti.

Haastateltavat ovat Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:n perustajajäsen, joka on myös pitkäaikainen hallituksen jäsen, projektityöntekijä sekä Mielenterveyden Keskusliiton edustaja. Haastattelujen jälkeen tulimme projektipäällikön kanssa siihen johtopäätökseen, että on vielä hyödyllistä haastatella hallituksen jäseniä. Laitoin heille sähköpostitse kysymykset ajan sääntämisen vuoksi. (liite 3) Sain heiltä paluupostissa vastaukset pyytämiini kysymyksiin.

Opinnäytetyöni koostuu loppu- ja väliraporteista saadusta aineistosta sekä haastatteluista saadusta aineistosta. Lopputuloksena sain opinnäytetyöni tutkimustehtävään vastauksen, joka puolestaan antaa vastauksen projektitoiminnan merkityksestä Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle. Opinnäytetyön tutkimustuloksia voidaan hyödyntää yhdistystoimintaa kehitettäessä jopa valtakunnallisesti.

4.3 Aineiston analysointi

Sisällön analyysi on paljon käytetty analyysimenetelmä. Sitä käytetään kuitenkin monella eri tavalla. Keskeistä on kuitenkin huomata, että usein käytännössä eri analyysitavat kietoutuvat toisiinsa eivätkä suinkaan ole mitenkään selvärajaisia. Sisällön analyysi on menettelytapa, jolla voidaan analysoida dokumentteja objektiivisesti ja systemaattisesti. Sillä pyritään saamaan kuvaus tutkittavasta ilmiöstä yleisessä ja tiivistetyssä muodossa. (Eskola, & Suoranta, 1998; Kyngäs & Vanhanen, 1999; Tuomi ym., 2002.)

Sisällönanalyysillä tarkoitetaan kerätyn aineiston tiivistämistä niin, että tutkittavien ilmiöiden väliset suhteet saadaan selville. Olennaista on samanlaisuuksien ja erilaisuuksien erottaminen. Laadullisten aineistojen yksi rikkaus piilee erilaisten analysointitapojen runsaudessa. Jos yksi tapa ei tunnu johtavan mihinkään tai tunnu muuten toimivalta, voi soveltaa toista tapaa. (Eskola ym., 1998; Kyngäs ym., 1999; Tuomi ym., 2002.)

Luettaessa aineistoa mietitään koko ajan, kuka, missä, milloin, miksi ja mitä tapahtuu. Tämän jälkeen aineistoa pelkistetään kysymällä aineistolta esimerkiksi tutkimustehtävän mukaista kysymystä. Pelkistetyt ilmaisut kirjataan ylös samoilla termeillä kuin tekstin aineistossa. Sen jälkeen pelkistetyt ilmaisut kerätään listoiksi. (Eskola ym., 1998; Kyngäs ym., 1999; Tuomi ym., 2002.)

Tämän jälkeen tapahtuu ryhmittely, jossa jaetaan termit sopiviin samaa tarkoittaviin ryhmiin. Seuraavaksi samaa tarkoittavat ilmaisut yhdistetään ja annetaan kategorioille sisältöä hyvin ilmaiseva nimi. Sen jälkeen jatketaan edelleen yhdistäen alakategoriat yhdistävällä tekijällä yläkategoriaksi. (Eskola ym., 1998; Kyngäs ym., 1999; Tuomi ym., 2002.)

Analyysia voi vielä jatkaa etsimällä yhdistävän kategorian. Yhdistävän kategorian löytäminen ei ole aina tarkoituksenmukaista, se voi olla jopa teennäistä. Tämän jälkeen päästään aineiston johtopäätöksiin, tutkimustehtävän tuloksiin. Prosessista voidaan erottaa seuraavat vaiheet: aineistoon tutustuminen, aineiston pelkistäminen, aineiston luokittelu ja tulkinta sekä sisällönanalyysin luotettavuuden arviointi. (Eskola ym., 1998; Kyngäs ym., 1999; Tuomi ym., 2002.)

Aloitin aineiston analysoinnin lukemalla monta kertaa loppu- ja väliraportteja aina uudestaan ja uudestaan. Aineiston lukemisen jälkeen kirjasin alkuperäisiä ilmauksia aineistosta, jotka vastasivat kysymyksiini - Projektitoiminnan merkitys Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle. Tästä muodostuivat kysymykset haastatteluja varten (liite2).

Haastattelujen jälkeen purin kaikki haastattelut sanatarkasti, virheineen kaikkineen mitään poistamatta. Haastattelujen purkuun meni kymmenen tuntia, koska minulla ei ollut sanelun purkulaitetta. Aineistoa tuli 18 A4-sivua tietokoneella kirjoitettuna. Aineiston purun jälkeen aloitin alkuperäisten ilmaisujen hakemisen haastattelumateriaalista. Kysyin taas projektitoiminnan merkitystä Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle. Tämän vaiheen toteutin ”leikkaa ja liitä” -toiminnon avulla helpottaakseni ja nopeuttaakseni hiukan työtä ja ajankäyttöä.

Näin sain loppu- ja väliraporttien ja haastattelujen alkuperäisiä ilmaisuja 119 (liite4). Tästä jatkoin ryhmittelyllä, joista sain neljä alateemaa (liite5). Osan alkuperäisistä ilmaisuista ryhmittelin useampaan alateemaan kuuluvaksi. Numeroin alkuperäiset ilmaisut, joten pystyn myöhemmin tarvittaessa palaamaan niihin. Alateemat ovat mahdollistavia tekijöitä, haastetta tuovia tekijöitä, kehitettäviä tekijöitä ja toimintoja laajentavia tekijöitä.

Yläteemoja sain puolestaan kolme jotka ovat projektin antama tuki, projektin vaatima vastuu ja projektin kehitettäviä toimintoja (liite5). Projektitoiminnan arviointi toteutuu loppu- ja väliraporttien sekä haastattelujen pohjalta.

Tavoitteenani oli selvittää Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle projektitoiminnan merkitys. Aineistoa kerätessäni ja analysoidessani sain tulokseksi seuraavat kolme teemaa: projektin antama tuki, projektin vaatima vastuu ja projektin kehitettäviä toimintoja. Käsittelen teemoittain tulokset läpi loppu- ja väliraporttien sekä haastattelujen aineistojen tuomien kokemusten pohjalta. Teemat olen kuvannut niihin sisältyvien merkitysten pohjalta.

5 PROJEKTITOIMINNAN ARVIOINTI LOPPU- JA VÄLIRAPORTTIEN SEKÄ HAASTATTELUN POHJALTA

Yhdeksi yläteemaksi sain projektin antaman tuen, joka nousi hyvin merkitykselliseksi loppu- ja väliraporttien ja haastattelujen pohjalta. Projektin antama tuki- teeman alateemoiksi tuli mahdollistavia tekijöitä, haastetta tuovia tekijöitä, kehitettäviä tekijöitä ja toimintoja laajentavia tekijöitä. Kaikki alateemat siis sisältyvät projektin antaman tuen sisälle. Kun projekti on toimiva, se mahdollistaa aktivoimisen ja monenlaisen kuntouttavan viriketoiminnan. Projektitoiminta sisältää vertaistukea mielenterveyskuntoutujille, heidän omaisilleen sekä läheisilleen koulutettujen työntekijöiden ja yhteistyötahojen opastuksella.

5.1 Projektin antama tuki

Projektin antama tuki nousi jokaisesta alateemasta. Voidaankin katsoa, että tämä yläteema on hyvin merkityksellinen. Projektin antama tuki on todella tärkeää yhdistystoiminnassa. Siitä yhdistys saa rahallista ja toiminnallista tukea. Yhdistys on saanut työntekijät Kainuuseen. Työntekijöiden kautta on puolestaan saatu toimintaa monipuoliseksi ja melkein koko Kainuuta kattavaksi.

Projektin antaman tuen myötä on myös saatu mielenterveystyölle ja vapaaehtoistyölle näkyvyyttä. Tiedottaminen on tärkeä osa projektityötä. Projektin rahoituksen turvin on pystytty järjestämään monipuolista koulutusta ja virkistystoimintaa. Projekti on myös antanut tukea vaativissa tehtävissä, jotka ovat tulleet projektin myötä, kuten esimerkiksi hallitustyöskentely. Yhdistyksen jäseniä on koulutettu hallitustyöskentelyyn ja vertaisohjaajiksi.

Koulutustilaisuudet taas laajentavat toimintaa ja antavat yhä useammalle mahdollisuuden olla mukana yhdistystoiminnassa. Näin mielenterveyskuntoutuja tai omainen saa sisältöä elämänsä sekä uusia ihmissuhteita, tekemisen iloa ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Heillä on myös suurempi mahdollisuus vaikuttaa yhdistyksen kautta itseään koskeviin asioihin.

Projekti antaman tuen myötä on myös voitu kehittää ja laajentaa yhdistystoimintaa. Uusia yhdistyksiä on perustettu ja jäsenmäärät ovat lisääntyneet. Projektin rahoituksen myötä voidaan koko ajan suunnitella ja kehittää toimintaa.

5.1.1 Mahdollistavia tekijöitä

Projektin antama tuki -teeman alateemaksi kuului mahdollistavia tekijöitä. Tämä alateema on suurin ryhmä, johon sijoittui noin puolet pelkistetyistä alkuperäisistä ilmaisuista. Projektin myötä yhdistystoiminta on ollut aktiivisempaa, suunnitellumpaa ja kehityksellisempää, kun on saanut kokeilla eri toimintoja rahoituksen turvin. Yhteistyöverkosto on laajentunut lähes koko Kainuun alueelle, esimerkiksi yhteistyökumppanit Kajaanin ammattikorkeakoulu ja ammattiopisto ovat tuoneet opinnäytetyöt arviointivälineeksi projekteihin. Arviointi on välttämätöntä, sillä se ohjaa toimintaa ja arvioinnin avulla voi peilata projektin kulkua sen etenemisessä ja pysymisessä tavoitteessa.

Projekti on mahdollistanut rahoituksellaan myös tiedottamisen koko Kainuun alueelle. Näin mielenterveyskuntoutujat ja heidän omaisensa ja läheisensä ovat löytäneet projektin tarjoaman toiminnan. Julkisuus ja esilläolo ovat vaikuttaneet ihmisten asenteisiin myönteisesti mielenterveysongelmaisia kohtaan. Esimerkkejä loppu- ja väliraporttien sekä haastattelujen alkuperäisistä ilmaisuista:

”Mielenterveysyhdistysten voimavarojen tukemista ja itsetunnon vahvistamista mm. koulutukseen ja yhdessä tekemisen avulla.”

”Projektin aikana ilmapöytä mielenterveyskuntoutujia kohtaan on muuttunut myönteisempään suuntaan hyväksyttävämmäksi ja avoimemmaksi.”

”Projektin osallistumisen myötä ihmisille on tullut sisältöä elämään sekä uusia ihmisseubiteita, tekemisen iloa ja yhteenkuuluvuuden tunnetta” heillä on myös suurempi mahdollisuus vaikuttaa itseään koskeviin asioihin.”

”Paikalliset toimintapäivät ja koulutukset on nähty tärkeinä toimintoina mielenterveyskuntoutujille ja omaisille. Niistä on saatu ideoita yhdistystoimintoihin.”

”Mielenterveyskuntoutujia ja mielenterveysyhdistyksiä kuunnellaan ja heidän mielipiteitään kysytään yhä enenevässä määrin.”

”Yhdistystoiminta on koettu kuntoutujan elämää kohentavana tarjoamalla säännöllisyyttä ja mahdollisuutta vertaisten tapaamiseen.”

”Mielenterveyskuntoutajat ja myöhemmin omaiset ovat olleet hyvin vahvasti kehittämässä Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:n toimintaa näissä projekteissa. Eli se on ollut toimijalähtöistä ja se on myös tuonut tulosta.”

”Kuinka monta sairaalapäivää me ollaan pystytty torjumaan sillä, että ihmisillä on paikka ja aika minne mennä. Meillä on aina aikaa keskustella puhelimesta. Me ollaan tuttu ja turvallinen toimija. Meillä on myös työntekijöitä joilla on ammattikoulutus. Me tuemme terveyden huoltoa.”

”Tärkeä on ollut saada paikka, missä mielenterveyskuntoutajat voivat tavata toisiaan.”

” On saatu työntekijä Kainuuseen.”

5.2 Projektin vaatima vastuu

Toiseksi yläteemaksi sain projektin vaatiman vastuun, jolla on myös tärkeä rooli projektin onnistumisen kannalta. Tähän yläteemaan sisältyivät alateemat: haastetta tuovia tekijöitä, kehitettäviä tekijöitä ja toimintoja laajentavia tekijöitä. Projekti tarvitsee tavoitteita, toimintamalleja ja arviointia kehittyäkseen ja pysyäkseen rahoittajan vaatimissa raameissa. Kun projektin toiminta on laaja-alaista, se vaatii jämäkkää ja osaavaa hallinnointia. Kehittyäkseen ja pysyäkseen tavoitteissaan projektin täytyy olla jatkuvasti ajan hermolla ja pitää yhteistyökumppaneihin yhteyttä. Yhteistyökumppanit tuovat lisävastuuta, mutta myös osaamista toiminta-alueita laajentamalla. Projektin vaatimat vastuut koetaan joskus liian raskaiksi, mutta taustalla on ollut joko tietämättömyys, voimavarojen puute tai kateus. Ohjausryhmässä toimiminen on antanut hyviä kokemuksia. Siellä on saanut vaikuttaa toimintaan ja toiminta on ollut vastuullista, haastavaa ja kehittävää.

5.2.1 Haastetta tuovia tekijöitä

Projektin vaatima vastuu -alateemaksi kuului haastetta tuovia tekijöitä. Haastetta tuovia tekijöitä -alateema on hyvin oleellinen osa projektin toimintaa. Useamman henkilön tehdessä päätöksiä syntyy eroavuuksia toimintamalleihin ja päätöksiin. Tietämättömyys ja kateus lisäävät myös haasteita projektitoimintaan. Yhdistystoimintaan sitoutuneisuus ja vapaaehtoistoiminta tuovat haasteita projektitoimintaan.

Vapaaehtoistoiminta lisää projektissa työntekijän vastuuta ja jaksamista. Vapaaehtoistoiminnan varattomuus puhutti usein yhdistystoiminnassa. Projektin myötä varainhankinta on aktivoitunut ja projektirahoitus on tuonut uusia mahdollisuuksia toimintaan.

Mielenterveyskuntoutujana vastuunottaminen projektin hallinnosta ja toiminnasta koettiin ongelmana projektin alkuaikoina. Tällä hetkellä hallituksessa on mielenterveyskuntoutujia, heidän omaisiaan ja ammattihenkilöitä, joten vastuun ottaminen on jakautunut. Pitkien matkojen ja vaikeiden kulkuyhteyksien ongelmaa ratkottiin järjestämällä toimintaa ympäri Kainuuta tarpeen mukaan. Esimerkkejä loppu- ja väliraporttien sekä haastattelujen alkuperäisistä ilmaisuista:

”Ohjausryhmässä toimiminen on haasteellista ja kehittävää ja siellä on voinut vaikuttaa toimintaan.”

”Kainuun mielenterveysyhdistysten verkostotyötä ajatellen ongelmaksemme muodostuivat pitkät matkat ja vaikeat kulkuyhteydet yhdistysten välillä.”

”Kuntoutujien ja yhdistysten varattomuus puhutti monesti.”

”Projektin kohderyhmän, mielenterveyskuntoutujien oma jaksaminen ja terveydentilassa tapahtuvat muutokset ovat vaatineet jatkuvaa keskustelua ja avoimuutta.”

”Sairaana ihmisen vastuunottaminen projektin hallinnoinnista, sekä koulutuksen puute projektista vastaavan yhdistyksen hallitustyöskentelyyn koettiin ongelmana.”

”Sitoutuminen ja vastuunotto ovat olemassa olevia haasteita edelleen, sillä henkilökohtaiset ja yhdistykselliset ristiriitatilanteet vievät paljon energiaa.”

”Ja kyllä täytyy sanoa, että niin Sotkamon yhdistys kuin muukin yhdistys on käynyt tosi kivisen tien siinä, että mitä on olla projektin hallinnoija ja miten se rahoitus haetaan ja se, että mitä on se projektin sisältö. Eli projektitihan ovat hyvin korvamerkittyä toimintaa.”

”Ja alussa kun lähdetään tämmöistä projektia suunnittelemaan tai toteuttamaan. Niin täytyy kyllä tehdä se oma asia niin tärkeäksi ja niin hyväksi ja uskottavaksi. Kun yhdistys lähti ensimmäistä projektia vievänsä eteenpäin, voin sanoa, että asenneilmasto mielenterveyskuntoutujia kohtaan oli paljon, miten sen nyt sanoisi tuota tiukempi.”

”Että ajateltiin, että mielenterveyskuntoutuja ovat kykenemättömiä tekemään tämmöisiä suuria ratkaisuja.”

”Aina kun raha astuu kuvioihin, niin on myös tullut sitä kateutta ja epätietoisuutta siitä, että mihin se raha käytetään. Joskus on ajateltu, että kun projektirahoitus tulee, sen pitäisi tulla vaan omalle pankkitilille.”

”Ja kyllähän se on sitten, että toiminnan luonne muuttuu kun muuttuu myös sitten valitettavasti nämä rahoituskuviot, että joutuu luopumaan jostakin semmoisesta mitä on saanut sen rahoituksen turvin.”

”Toimijoiden jaksaminen on vaikuttanut oleellisesti yhdistysten sisäisiin toimintoihin ja yhteistyöhön muiden yhdistysten kanssa.”

5.3 Projektin kehitettäviä toimintoja

Kolmanneksi yläteemaksi sain projektin kehitettäviä toimintoja. Tällä yläteemalla on myös suuri merkitys projektin onnistumiselle ja kehittymiselle. Tähän yläteemaan sisältyi mahdollistavia tekijöitä, haastetta tuovia tekijöitä, kehitettäviä tekijöitä ja toimintoja laajentavia tekijöitä. Projektissa kaikki toiminta on kehitettävää, mutta jotkut ovat avaintekijöitä projektin onnistumiselle. Projektin toimintaa kehitettäessä on otettava huomioon ympäristö ja siinä toimivat yhteisöt. Yhteisössä toimijoiden jaksaminen ja yhdessä tekeminen on otettava myös huomioon. Arviointi on ydinasioita projektin kehitykselle. Projektin toimintojen kehittäminen tuo mukanaan usein toiminnan laajentumisen ja sen tuoman vastuun. Toiminnan laajentumisen myötä myös esilläolo ja julkisuus tuovat toimintaan muutosta.

5.3.1 Kehitettäviä tekijöitä

Projektin kehitettäviä toimintoja alateemaksi kuului kehitettäviä tekijöitä. Se on myös yksi tärkeimmistä osa-alueista projektitoiminnassa ja sen onnistumisessa. Toimintamme projektissa on tavoitteiden mukaista kohderyhmälle suunnattua ja yhdistysten ja niissä toimivien henkilöiden aktivoimista. Koulutuksen järjestäminen ja asiantuntijaluennot ovat projektin tuomia toimintoja yhdistyksen jäsenille. Näihin osallistuvien ihmisten voimavarojen tukeminen yhdessä tekemisen avulla on myös yksi projektin toimintamalleja. Uusien mielenterveysyhdistysten perustaminen kehittää ja laajentaa toimintaa yhä useamman ulottuville.

Arviointi, positiivinen ja negatiivinen palaute ovat kehityksen mittareita ja elintärkeitä myös projektissa. Esimerkkejä loppu- ja väliraporttien sekä haastattelujen alkuperäisistä ilmaisuista:

”Meillä on ollut koko ajan halu tehdä yhteistyötä ja saada näkyvyyttä toiminnallemme ja edesauttaa asenteiden muutosta mielenterveysasioita kohtaan.”

”Uusien mielenterveysyhdistysten perustaminen Kainuuseen.”

”Paikalliset toimintapäivät ja koulutukset on nähty tärkeinä toimintoina mielenterveyskuntoutujille ja omaisille. Niistä on saatu ideoita yhdistystoimintoihin.”

” mielenterveyskuntoutujia ja mielenterveysyhdistyksiä kuunnellaan ja heidän mielipiteitään kysytään yhä enenevässä määrin.”

”Koko projektin ajan olemme arvioineet edistymistä. Arviointi on ollut tärkeä osa mielenterveyshäiriön kehittämistä yhä laadullisemmaksi kokonaisuudeksi.”

”Projektin kohderyhmän, mielenterveyskuntoutujien oma jaksaminen ja terveydentilassa tapahtuvat muutokset ovat vaatineet jatkuvaa keskustelua ja avoimuutta.”

”Toimijoiden jaksaminen on vaikuttanut oleellisesti yhdistysten sisäisiin toimintoihin ja yhteistyöhön muiden yhdistysten kanssa.”

”Alussa projektin ohjausryhmän ongelmaksi muodostui toimintamallin puute.”

”Kainuun alueen mielenterveysyhdistykset toimivat hajallaan, kukin yksin.”

”Eli meidän täytyi miettiä, että mitä me halutaan tehdä ja millä aikavälillä, millä ajanjaksolla me halutaan tehdä ja se, että kuka tekee.”

Olemme niin ihmisten tasolla tässä toiminnassa, että he iloitsevat kanssamme uusista projekteista ja huolehtivat siitä milloin ne loppuvat. Tietämättömyys tulevaisuudesta on raskasta niin asiakkaille kuin itse henkilökunnallekin.”

*”Mutta ainahan on muistettava, silloin kun suunnitellaan projekteja. Mitä projektin rahoituksen päätty-
misen jälkeen jää sitten siitä niin kun elämään, vaikka pienempikin muotoisena.”*

5.3.2 Toimintoja laajentavia tekijöitä

Projektin antaman tuen, projektin vaatiman vastuun ja projektin kehitettäviä toimintoja alateemaksi kuului toimintoja laajentavia tekijöitä. Projektin toiminnan kasvaessa ja kehittyessä toiminta laajenee ja vastuu sekä haasteet kasvavat. Projektissa uusien yhdistysten perustaminen on tullut ajankohtaiseksi.

Yhteistyöverkostot ovat laajentuneet ja sen myötä yhteistyökumppanien määrä sekä tietämys ja tunnettavuus mielenterveysyhdistysten toiminnasta ovat lisääntyneet. Projektin toiminnan laajentuessa on työntekijöiden lisätarve kasvanut yhdestä työntekijästä kahdeksi työntekijäksi.

Toiminnan laajentuminen on mahdollistanut maakunta-kuntayhtymän kanssa yhteistyön ja osavastuun ottamisen suunnittelussa ja toiminnassa mielenterveyskuntoutujien ja heidän omaistensa ja läheistensä hyvinvoinnista yhteiskunnassa. Projektissa toimintojen laajentuessa yhdistystoiminnassa on tapahtunut hallinnollista laajentumista. Esimerkkejä loppu- ja väliraporttien sekä haastattelujen alkuperäisistä ilmaisuista:

”Uusien mielenterveysyhdistys perustaminen Kainuuseen.”

”Projektin aikana yhteistyöverkostomme on laajentunut lähes koko Kainuun alueelle. Merkittävänä yhteistyökumppanina ovat olleet koko ajan Kajaanin ammattikorkeakoulu ja Kajaanin ammattiopisto. Projektimme ja sen kautta saatu myönteinen palaute, julkisuus ja esilläolo ovat edesauttaneet myös yhteistyötä kuntien ja muiden yhteistyötahojen kanssa.”

”Tietoisuus tekemämme mielenterveystyön tärkeydestä, sen laadusta ja monipuolisuudesta ovat edesauttaneet yhdistysten toimitilojen ja toiminta-avustusten saamista.”

”Oma osaaminen, lähinnä käden taidot ovat kehittyneet ja sitä kautta myös oma varainhankinta on tehostunut.”

”Koko projektin ajan olemme arvioineet edistymistä. Arviointi on ollut tärkeä osa mielenterveystyön kehittämistä yhä laadullisemmaksi kokonaisuudeksi.”

”Projektin aikana yhdistystoiminnot ovat tulleet suunnitellummaksi, tavoitteellisimmaksi ja monipuolisemmiksi.”

”Päätimme yhdistää voimamme ja perustimme Kainuun Riiben, jonka pohjalle aloimme rakentaa projekteja.”

” Täällä Sotkamossa se yhteistyö on ollut konkreettisinta. Me on hyvin paljon tehty yhteistyötä Sotkamon Mielenterveysyksikön kanssa ja sieltä on tuettu meidän toimintaa kaiken aikaa. Yksi muu tärkeä yhteistyökumppani on Sotkamon ev.lut. seurakunta.”

” Kun saimme omaisia hallitukseen, se oli todella iso voimavara, eli tuli sellainen uusi tapa kehittää sitä työtä.”

” Projektit ovat tuoneet myös sen, että toimintaa täytyy suunnitella, toiminnalla täytyy olla tietty tarkoitus. On tärkeää, että me arvioidaan projektin toimintaa. Toimintaan on tullut sellainen tietty jäämäkkyys. Yhdistyksellä täytyy olla myös raha-asiat kunnossa, koska meillä on ulkopuolinen rahoitus. Mielenterveyden tuki ry:n hallitustoiminta on vuosi vuodelta kehittynyt yhä vastuunottavaisemmaksi. Siellä uskalletaan ottaa vastuuta ja jakaa sitä.”

” Meillä on vuosi vuodelta jäsenmäärä noussut. Silloin kun minä ensimmäisiä kertoja tulin Mielenterveysyhdistyksen toimintaan oli n. 20-30 jäsentä. Nyt meillä on reilu 80 jäsentä.”

” Meihin otetaan yhteyttä, toimintaamme pidetään tärkeänä. Olemme aloittaneet vertaisohjaaja koulutuksen, missä vertaisohjaajat pääsevät tekemään tätä työtä.”

” Joo tuota projektien myötä ensinnä meidän toiminta keskittyi kuntoutujiin kanssa työskentelyyn, mutta nythän on sitten tullut voimakkaasti mukaan myös työskentely omaisten kanssa. Omaiset on tullut mukaan näitten projektien myötä toimintaan.”

” Hallituspohjan laajentuminen.”

” Projektit ovat edesauttaneet yhdistyksen toimintaa ja tunnettavuutta mm. yleisissä tiedotusvälineissä ja paikallisissa lehdissä Ilmoitukset ja tapahtumien uutisointi, Toimintamme tunnettavuutta projektit ovat myös edesauttaneet mm. järjestetyt tilaisuudet, koulutukset, tutustumiset, vierailut ja erilaiset ryhmät.”

” Maakuntahallinnon sosiaalipuolen yhteistyö, aikuisten mielenterveys riippuvuuksien hoitosuunnittelussa.”

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimus ei ole valmis, vaikka tulokset on analysoitu. Analysoidut tulokset tulisi selvittää ja tulkita. Tulkinnalla tarkoitetaan sitä, että tutkija pohtii analyysin tuloksia ja tekee niistä omat johtopäätökset. Tulkintaan kuuluu myös aineiston analyysissä esiin tulevia merkityksiä ja niiden selkiyttämistä ja pohdintaa. (Eskola ym., 1998; Hirsjärvi ym. 2002.)

Opinnäytetyön tutkimustulosten ja johtopäätösten tarkoituksena on kehittää ja antaa suuntaa-antava työväline, kun yhdistykset hakevat rahoitusta omille projekteilleen. Yhdistykset ja rahoittajat näkevät muun muassa opinnäytetyön tutkimustuloksista ja johtopäätöksistä kokemu- ja kehitysprojektien prosessin ja resurssit sekä mahdollisen tavoitteisiin pääsyn. Tutkimustehtäväni opinnäytetyössäni on: Projektitoiminnan merkitys Sotkamon Mielen terveyden tuki ry:lle.

Sain vastauksen tutkimustehtävään analysoidessani kerättyä aineistoa. Käden Taidot kunniaan -projekti on kehittänyt mielen terveysongelmaisten kuntouttavaa työ- ja päivätoimintaa Kainuussa. Yhdessä Eteenpäin -projekti on kehittänyt omais- ja perhekeskeistä mielen terveyttä Kainuussa. Kaarisilta-projekti on kehittänyt ja kehittää mielen terveyskuntoutujien ja omaisten yksilö- ja ryhmätoimintoja Kainuussa. Näiden toiminta ja yhdistystoiminta ovat olleet merkityksellistä mielen terveyskuntoutujille ja heidän omaisilleen ja läheisilleen. Projektien antama tuki mielen terveysyhdistyksen jäsenille (kuntoutujille, omaisille, läheisille ja muiden asiasta kiinnostuneille) on käsin kosketeltavaa ja nähtävää opinnäytetyön tutkimusaineistosta päätellen.

Projektin antama toiminta auttaa mielen terveysyhdistyksen jäseniä pitämään päivä- ja viikkorytmiä ja näin ollen myös tapaamaan vertaisia. Viriketoiminnalla, koulutuksilla ja asiantuntija luennoilla saadaan mielen terveysyhdistyksen jäsenet eri kunnista yhteen ja näin saadaan yhdistystoiminta ja projektin toimintaa laajenemaan ja verkostoitumaan. Muuriaho (2000) toteaa tutkimuksessaan, että sosiaalisten kontaktien hakeminen ja ryhmässä oleminen on mielen terveyskuntoutujille ja heidän omaisilleen tärkeää. Näin he voivat vaihtaa kokemuksia vertaisten kesken ollessaan yhdessä.

Projektin antaman tuen myötä mielenterveysyhdistyksen jäsenet ovat saaneet paikan, jossa he tapaavat vertaisiaan ja jossa ryhmätoiminta tapahtuu. Se on myös paikka, jossa heitä kuunnellaan ja heille on aikaa. Myös Muuriaho (2000) toteaa tutkimuksessaan, että mielenterveyskuntoutujille ja heidän omaiselleen on tärkeää, että heillä on tilat, joissa he tapaavat vertaisiaan ja saavat tukea ja ammattiapua selviytyäkseen sairauden kanssa.

Projektin myötä yhteistyökumppanien määrä on kasvanut ja monipuolistunut. Esimerkiksi Kajaanin ammattikorkeakoulu ja ammattiopisto ovat tulleet mukaan, ja se on ollut yksi kehitysaskel projektitoiminnassa. Arviointi on tullut mukaan esimerkiksi opinnäytetöiden muodossa. Projektitoiminta tarvitsee kehittyäkseen itsearviointia ja siinä ohjaus- ja seurantaryhmän palaute ja väli- ja loppuraportit sekä toimintaryhmien palautteet ovat hyviä työvälineitä.

Uusikylä ja Mäkinen (2005) toteavat teoksessaan, että itsearviointi on käytännön menettelytapa, jonka avulla projektit itse voivat koota kriittistä palautetta projektinsä toiminnasta ja tuloksista sekä tarpeen vaatiessa tehdä korjaavia toimenpiteitä. Vähintään yhtä tärkeää kuin tulosten seuranta on koko itsearviointi. Luomalla yhteisiä foorumeita, joilla projektitiimi, ohjausryhmä ja projektin keskeiset sidosryhmät voivat vaihtaa näkemyksiään ja peilata kokemuksiaan, lisätään yhteistä ymmärrystä toiminnan tavoitteista ja menettelyistä.

Projektin tuoman julkisuuden ja esilläolon myötä tiedottaminen on noussut tärkeäksi työvälineeksi. Julkisuuden myötä on tapahtunut asennemuutosta myönteisempään suuntaan mielenterveysyhdistyksen jäseniä kohtaan. Tiedottaminen on taas projektin rahoituksen myötä mahdollista. Myös Hyypä ja Liikanen (2005) toteavat tutkimuksessaan, että julkisuuden tuomaa asennemuutosta on tapahtunut mielenterveysongelmaisia kohtaan. Kulttuuri ja taide yhdistettynä terveyteen ovat myös edesauttaneet tätä. Tästä onkin hyvä esimerkki, tällä hetkellä elokuvateattereissa esitettävä Kalteva torni -elokuva. Elokuva kertoo mielisairaasta miehestä ja hänen unelmistaan ja harhoistaan. Elokuva antaa julkisuutta mielenterveysongelmille, ja näin tapahtuu myönteistä asennemuutosta asiaa kohtaan.

Yhteistyö maakunta-kuntayhtymän kanssa on tuonut vastuuta ja tunnettavuutta yhdistystoiminnalle ja projektitoiminnalle. Projektin työntekijät ovat saaneet olla kehittämässä ja ilmaisemassa omia ehdotuksiaan mielenterveysongelmaisten kuntoutukseen maakunta-kuntayhtymän työryhmässä.

Projektin tukemana on pystytty järjestämään melkein koko Kainuun alueelle erilaisia kuntouttavia ryhmätoimintoja, joissa projektityöntekijät käyvät ohjaamassa ja olemassa tukena sekä saatavilla. Tämä toiminta on elintärkeää monelle yhdistykselle ja jäsenille. Tällä hetkellä projektin työntekijät käyvät kahdeksan kunnan alueella ohjaamassa ryhmiä.

Projektin tuoman tuen myötä on myös yhdistystoiminta nousussa, jäsenmäärät ovat moninkertaistuneet ja sen myötä myös oma varainhankinta parantunut. Ei pelkästään Sotkamon mielenterveysyhdistys ole saanut hyötyä projekteista vaan melkein koko Kainuun alueen mielenterveysyhdistykset ovat hyötäneet niistä.

Projektitoiminnan laajentumisen seurauksena on myös tullut vastuuta hallinnoivalle yhdistykselle eli Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle. Hallitustyö on koettu haastavaksi ja voimavaroja vieväksi. Hallitustyössä on koettu ja tehty suuriakin muutoksia matkan varrella. Tällä hetkellä hallitustyöskentely on tasapainossa. Hallituksessa on mielenterveyskuntoutujia, omaisia ja ammattilaisia ottamassa yhdessä vastuuta yhdistystoiminnasta ja siinä olevasta projektin toiminnasta.

Lippo (1997) toteaa tutkimuksessaan, että mielenterveyskuntoutujalle olisi annettava myös vastuuta ja mahdollisuus kehittää omaa toimintaa kuntoutuakseen. Ammattihenkilöiden antama tuki mielenterveyskuntoutujien vastuunottamisessa on edellytys onnistumiselle. Vastuunottaminen ja onnistuminen siinä tukevat puolestaan itsetuntoa ja näin ne edesauttavat kuntoutumiseen.

Käden Taidot kunniaan -projektin alkuaikoina tietämättömyys ja toimintamallien puute aiheuttivat sitoutumattomuutta ja väärinkäsityksiä rahavarojen käytöstä yhdistysten kesken. Tuohon aikaan oli ohjaus- ja seurantaryhmällä myös sitoutumattomuutta toimintaan. Toiminta kaipasi kaikilta selkeämpää vastuunottoa. Projekti- ja yhdistystoiminnan kehittyessä ovat ohjaus- ja seurantaryhmä sitoutuneet toimintaan.

Projektien tavoitteet ovat suurimmalta osalta täyttyneet ja moni toiminta on jäänyt elämään ja elää tällä hetkelläkin. Kaarisilta-projektin toiminta kehittää tällä hetkellä mielenterveyskuntoutujien ja omaisten yksilö- ja ryhmätoimintaa, joka on saanut omaiset vielä tehokkaammin mukaan yhdistystoimintaan. Toiminta on tavoitteellista ja merkityksellistä mielenterveyskuntoutujille, omaisille ja kaikille jotka ovat toiminnassa mukana, esimerkiksi yhteistyökumppaneille.

Opinnäytetyön tutkimustuloksista selviää, sekä myös Pelin (1999) ja Ruuska (2005) toteavat teoksissaan, että projektia suunniteltaessa on varattava riittävästi aikaa, niin että pystyy tekemään tarkan ja tavoitteellisen suunnitelman. On otettava huomioon monia asioita, joita halutaan tehdä. Missä tehdään, milloin tehdään ja kuka tekee. Kuka kantaa vastuun ja kuka hallinnoi. Minkälaista toimintaa tehdään, kuka rahoittaa ja mitä. Onko työntekijöitä vai tehdäänkö kaikki vapaaehtoistyöllä, sekä monia muita asioita. On tehtävä se oma asia niin tärkeäksi ja niin hyväksi sekä uskottavaksi, että niiden kautta jaksaa tehdä sitten sitä toimintaa, jolle rahoitusta hakee.

7 POHDINTA

7.1 Opinnäytetyöprosessi

Opinnäytetyön tekeminen tuntui ensin vaikealta, koska en oikein tiennyt, miten jatkaisin suunnitelman jälkeen. Suunnitelmassa kyllä lukee tarkalleen, mitä ja milloin pitää tehdä. Ajankäytön ja muun tekemisen organisointi oli välttämätöntä. Pitkät koulupäivät, pakolliset läsnäolot oppitunneilla keväällä ja pitkä koulumatka sekä syksyinen harjoittelu Kajaanissa ovat hiukan hankaloittaneet aikataulua.

Kiinnostuin tästä aiheesta ollessani Kaarisilta-projektin ohjaus- ja seurantaryhmässä. Mielestäni se oli sopiva aihe opinnäytetyölle. Aihe koskettaa mielenterveysongelmaisia ja heidän yhdistystoimintaansa ja on lähellä sydäntäni sekä tulevaa työtäni sairaanhoitajana. Vaihtoehtoisina ammattiopintoina minulla on mielenterveystyö. Olen myös aktiivinen vapaaehtoistyöntekijä SPR:ssä ja kriisityössä. Yhdistystoiminta on myös lähellä minua.

Mielenterveystyö ja projektitoiminta yhdistettynä olivat minulle mieleinen ohjattu harjoittelupaikka, jossa sain myös hyvän pohjatiedon ja aktiivista ohjausta opinnäytetyölle. Se on motivoinut opinnäytetyön tekemistä ja eteenpäin viemistä. Ohjatussa harjoittelussa oli antoisaa nähdä asiakkaiden saama todellinen hyöty Kaarisilta-projektista ja toisaalta yrittäjämäisyys projektityössä. Projektipäällikköä voidaan verrata työssään yrittäjäksi lähes joka osa-alueella. Näin ollen ohjatussa harjoittelussa ja opinnäytetyön tekijänä ymmärsin myös rahoittajan merkityksen projektityössä.

Näin myös projektin toimintaa projektipäällikön ja projektin toiminnanohjaajan näkökulmasta katsottuna, kun he ottivat minut mukaan työhönsä. Projektipäällikön ja projektin toiminnanohjaajan työ on monitahoista. Heidän täytyy heittäytyä koko persoonallaan työhön, jos he aikovat onnistua työssään. Mielenterveystyö sinänsä on mielestäni juuri sellaista, jota tehdään omalla persoonalla, ja siksi työnohjaus tässä työssä on ensiarvoisen tärkeää.

Kaarisilta-projekti on mielestäni hyvä esimerkki jatkuvasta kehittämistyöstä ja onnistuneesta yhdistystoiminnasta. Tämän ovat saaneet aikaan aikaisemmat projektit, virkeä yhdistystoiminta ja motivoituneet työntekijät. Ammattikorkeakoulun kanssa tehty yhteistyö ja opinnäytetyöt ovat myös auttaneet kehittämistyössä ja toiminnan arvioinnissa.

Opinnäytetyötä tehdessäni ymmärsin, mitä varten sitä tehdään ja miten sitä voidaan hyödyntää Kaarisilta-projektin toiminnassa ja kehittämisessä. Opinnäytetyön tekemisen voin kokea todella merkitykselliseksi ja arvokkaaksi työksi. Omalle työlleen saa myös näkyvyyttä ja hyödynnettävyyttä projektissa.

Yhteistyö on toiminut hyvin niin opinnäytetyön toimeksiantajan, Kajaanin ammattikorkeakoulun opettajien kuin opponenttiopiskelijoidenkin välillä. Olen saanut myös arvokasta apua tiedon haussa ammattikorkeakoulun kirjaston virkailijoita. Tämä on ollut tärkeä osa työtäni. Haastattelut jotka tein opinnäytetyöhöni, onnistuivat myös hyvin. Opinnäytetyön haastattelut olivat elämäni ensimmäiset viralliset haastattelut.

Erityisen hyvänä kokemuksena ja tiedonlähteenä pidän Kaarisilta-projektia, jossa sain olla mukana toteuttamassa Kaarisilta-projektin tavoitteita ohjatussa vehto-harjoittelussa. Olen myös mukana Kaarisilta-projektin ohjaus- ja seurantaryhmässä, jossa suunnitellaan ja arvioidaan projektin tavoitteita. Ohjaus- ja seurantaryhmä on moniammatillinen tiimi, jossa saan kehittää ammatillista asiantuntijuuttani mielenterveyteen suuntautuneena hoitotyön opiskelijana.

Opinnäytetyön aineistoa analysoidessani tuntui välillä, että kaikki hienot termit pyörivät vain päässäni eikä siitä tule mitään selvää. Välillä taas kaikki näytti todella kirkkaalta mielessä ja tiesin, mitä pitää tehdä seuraavaksi. Aineiston analysointi on mielestäni vaikein ja haastavin vaihe opinnäytetyön prosessissa. Unohtamatta raportointia, joka on ehkä yksi tärkeimpiä osia tutkimusprosessissa.

Opinnäytetyötä tehdessäni olen pitänyt oppimispäiväkirjaa, joka on ollut hyvä työväline ja ”muistipaikka”, kun on tarvinnut tarkistaa jotain aikaisemmin tapahtunutta. Olen tarkistanut siitä monta kertaa asioita, jotka olisin muuten unohtanut kokonaan. Opinnäytetyöprosessi on kestoltaan sen verran pitkä, että tärkeitäkin asioita voi unohtaa, jos niitä ei ole kirjannut muistiin. Oppimispäiväkirjan pito on lisännyt opinnäytetyöni luotettavuutta mielestäni tuntuvasti.

Opinnäytetyöhön ja siihen ”kuuluvaan” oheistyöhön on kulunut aikaa oletettua enemmän. Esimerkiksi olen ollut opinnäytetyöprosessia koskevassa lehdistöhaastattelussa. Haastattelu julkaistiin Kainuun Yrittäjät ry:n tiedotuslehdessä. Artikkelin käsitteli aihetta ”Opinnäytetöistä hyötyä yrityksille”. Tiedotuslehti ilmestyi lokakuussa 2006.

Artikkelia varten haastateltiin myös opinnäytetyöni toimeksiantajaa Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:n ja Kaarisilta-projektin projektipäällikköä Teija Mankista. Artikkeleihin haastateltiin myös Kajaanin ammattikorkeakoulusta työelämäsuhteiden edistäminen tietoverkkojen avulla -hankkeen projektipäällikköä Rauni Leinosta ja atk-suunnittelijaa Marek Pappia ja opiskelukaveriani Miia Komulaista. Artikkelit antoi julkisuutta ja näkyvyyttä opinnäytetöillemme, toimeksiantajallemme sekä ammattikorkeakoululle sekä yhteistyölle. Yhteistyö on tärkeä osa opinnäytetyöprosessissa. Työelämäsuhteiden edistäminen tietoverkkojen avulla -hankkeeseen liittyi myös valtakunnallisen esitteen tekeminen, johon minua ja opiskelukaveriani Miia Komulaista haastateltiin ja kuvattiin syksyllä 2006.

Toimeksiantaja on järjestänyt myös julkistamistilaisuuden, jossa esitän opinnäytetyöni. Tilaisuudessa esitellään myös kaksi muuta Kaarisilta-projektiin valmistunutta opinnäytetyötä. Opinnäytetyötäni hyödynnetään ja markkinoidaan projektin yhteistyötahoille. Yhteistyökumppaneita ovat muun muassa projektien päärahoittaja Raha-automaattiyhdistys ja Mielen­terveyden Keskusliitto. Mielen­terveyden Keskusliiton kautta opinnäytetyötäni voidaan hyö­dyntää eri jäsenyhdistyksissä.(Mankinen 2006.)

Opinnäytetyöni julkaistaan ja saadaan hyödynnettäväksi monelle taholle, esimerkiksi lehdistölle ja Kaarisilta-projektin omaan julkaisuun sekä Kajaanin ammattikorkeakoululle.(Mankinen, 2006.) Opinnäytetyöni on suuntaa-antava työväline, kun yhdistykset hakevat rahoitusta omille projekteilleen. Yhdistykset ja rahoittajat näkevät muun muassa opinnäytetyöstäni kokeilu- ja kehitysprojektien prosessin ja resurssit sekä mahdollisen tavoitteisiin pääsyn.

Kajaanin ammattikorkeakoulun Viisari-lehdessä on keväällä 2007 artikkeli, joka käsittelee opinnäytetyöprosessia ja sen tekemistä opiskelijan näkökulmasta. Myös tähän haastateltiin minua ja opiskelijakaveriani Miia Komulaista. Kaikki nämä haastattelut ja julkisuus ovat motivoineet ja auttaneet opinnäytetyön tekemisessä ja tavoitteisiin pääsemisessä.

Posterin tekeminen vei myös oman aikansa, mutta sen tekeminen oli rentouttavaa kirjallisen työn jälkeen (liite 6). Yksin tekemisen helppous tai vaikeus on tullut huomattua tässä opinnäytetyön prosessissa. Helppoa on ollut silloin, kun ei ole tarvinnut sopia keneenkään kanssa, milloin tehdään ja kuka tekee mitäkin. Vaikeus on tullut vastaan puolestaan siinä vaiheessa kun tarvitsisi toisen näkökulmaa ja toisen ajatuksia kirkastamaan asian.

Hakemalla aktiivisesti opinnäytetyön ohjausta olen korjannut toisen näkökulman puutetta, jota olen saanut toimeksiantajalta ja opinnäytetyön ohjaajilta.

Perhe on ollut mukana opinnäytetyöni prosessissa monella tavalla. Aviomies ja tyttäreni ovat antaneet minulle aikaa ja tehneet puolestani paljon kotitöitä. Aviomies on toiminut myös toisen näkökulman antajana siltä osin, kun on tiennyt asiasta. Suuri kiitos kuuluu heille myös tämän työ onnistumisesta.

Oppimiskokemuksena opinnäytetyöni on itselleni mahdollisuus kehittyä ja kasvaa moniammatillisessa tiimissä ja ottaa vastuuta sekä raportoida tuloksista. Tärkeänä ja tavoitteisiin pääsynä näin opinnäytetyöprosessissa ohjauksen tärkeyden niin toimeksiantajan puolelta kuin ammattikorkeakoulun puolelta. Itseä kiinnostava aihe opinnäytetyössä sekä motivaatio ja halu tehdä opinnäytetyötä ovat myös edellytys onnistumiselle. Opinnäytetyön prosessiin kuuluu myös markkinointi, joka on samalla itsensä markkinointia hoitotyöntekijänä.

Jatkotutkimusaihe nousi mieleeni jo haastattelujen aikana, vaikka itse en sitä vielä silloin tiedostanutkaan. Jatkotutkimusaiheeksi esittäisin seuraavaa: Miten saataisiin pidempiaikainen jatkuvuus toiminnalle? Sotkamon Mielen terveyden tuki ry on saanut kolme pitkää projektia, jotka on rahoittanut Raha-automaattiyhdistys. Sotkamon Mielen terveyden tuki ry:llä on muutoksen aika Kaarisilta-projektin jälkeen (2005- 2009). Rahoitus olisi turvattava toiminnalle, niin, että toiminta saataisiin pysyväksi ilman projektirahoitusta. Raha-automaattiyhdistys myöntää kohdennettua A-avustusta, joka on tarkoitettu pitkäaikaiseen toimintaan. Toiminnan merkityksellisyyden kannalta olisi ensiarvoisen tärkeää, että toiminta jatkuisi.

Mönkäre (2006) toteaa, että Ray-avustuksia ei voida myöntää julkisiin menoihin eikä yritysmuotoihin. Tuki ei saa aiheuttaa vähäistä suurempaa kilpailuhaittaa. Kansalaisjärjestöt joutuvat entistä huolellisemmin pohtimaan tehtäväänsä. Autonomiansa säilyttääkseen järjestöistä ei voi tulla kuntien tehtävien suorittajia eivätkä ne voi myöskään asettua markkinavoimien vietäväksi, yritysten kaltaisiksi toimijoiksi. Myös kuntarahoituksen ja Ray- rahoituksen väliin olisi kyettävä piirtämään selkeämpi raja.

7.2 Luotettavuus

Luotettavaan tutkimuksen kriteereihin kuuluu uskottavuus, todeksi vahvistettavuus, toistettavuus ja merkityksellisyys. Uskottavuudella pyritään selvittämään, miten totuus on muodostunut opinnäytetyön ja vastaajien välillä. Todeksi vahvistaminen tarkoittaa taas sitä, että tulokset perustuvat saatuihin tietoihin ja teoriaan eivät tutkijan omiin käsityksiin. Tutkija ei saa ”ylitulkita” aineistoa eikä innostua löytämään siitä merkityksiä, jotka eivät kuulu tutkittavan ongelman ja sen taustana olevien teoreettisten lähtökohtien piiriin. (Hirsjärvi ym., 2002; Kinnunen & Löytty, 2002.)

Toistettavuus tutkimuksen luotettavuuden kriteerinä on merkittävä, jos aikaisemmat tutkijat ja tutkimukset ovat arvostettuja. Merkityksellisyys lisää luotettavuutta haastateltavien tuntemisena. Tutkimustulosten aitous ja merkityksellisyys samoin kuin niiden teoreettisen yleisyyden taso välittyvät lukijalle raportista. (Hirsjärvi ym., 2002; Syrjälä ym., 1996.)

Opinnäytetyötä tehdessäni raportoin opinnäytetyöni eri vaiheet yksityiskohtaisesti. Merkitsen lähdeviitteet mahdollisimman tarkasti opinnäytetyöhön saadakseni lisää luotettavuutta. Hain opinnäytetyöhöni luotettavuutta etsimällä mahdollisemman uusia sekä tunnettuja tutkimuksia ja aineistoa. Luotettavuuden peilinä pidetään tutkijan ja tutkimuksen tunnettavuutta sekä tuoreinta tutkimusta alalta. (Tuomi ym., 2002.)

Aineiston keräämiseen käytin riittävästi aikaa, ja haastateltavat olivat ennestään tuttuja. Tiesin heidän motivaationsa haastattelua kohtaan. Tämä lisää myös tutkimuksen tuloksen luotettavuutta. Haastattelu aineiston (nauhat) säilytän luotettavassa ja turvallisessa paikassa, kunnes saan luvan hävittää ne. Tällä myös kuvaan tutkimukseni tulosten luotettavuutta. Hirsjärvi ym. (2001) sekä Tuomi ym. (2002) toteavat teoksissaan, että kun tutkimukselle annetaan riittävästi aikaa, sitä voidaan pitää yhtenä kriteerinä luotettavuudelle.

Myös aineiston analysointiin käytin riittävästi aikaa. Näin ollen sain tutkimustuloksesta luotettavan. Purin aineiston sanatarkasti vaihe vaiheelta jättämättä mitään pois. Säilytän opinnäytetyöni aineistoa turvallisessa paikassa, josta hävitän ne vasta luvan saatuani. Tämä vahvistaa opinnäytetyöni luotettavuutta. Pidin oppimispäiväkirjaa koko opinnäytetyöprosessin ajan. Opinnäytetyöprosessi on kestoaltaan sen verran pitkä, että tärkeitäkin asioita voi unohtaa jos niitä ei ole kirjannut muistiin. Oppimispäiväkirjan pito on lisännyt opinnäytetyöni luotettavuutta mielestäni tuntuvasti.

Opinnäytetyöni tutkimuksen tulosten toistettavuus tuli mielestäni esille aineiston analyysivaiheessa, kun samat asiat alkoivat tulla esille useita kertoja. Olen kuvaillut myös aineiston analyysimallin, jolla analysoin aineiston. Se tuo tutkimustuloksiin luotettavuutta, ja sen voi toteuttaa uudelleen. Menetelmien selittäminen ja kuvaaminen mahdollistaa myös sen, että lukija voi arvioida käytettyjen menetelmien ja niiden avulla saatujen aineistojen asianmukaisuutta, tulosten luotettavuutta ja edustavuutta.(Hirsjärvi ym., 2002.)

Opinnäytetyön tulosten pohdinta ja johtopäätösten teko sekä analyysivaihe ovat mielestäni tärkeimpiä osa-alueita opinnäytetyöprosessissa. Olen huomannut, että tämä prosessi on opettanut minua pohtimaan asioita monesta näkökulmasta. Myös tämä tuo mielestäni opinnäytetyöhön luotettavuutta.

7.3 Eettisyys

Tiedonhankintatapoihin on kiinnitettävä huomiota laadullisessa sekä myös määrällisessä tutkimuksessa. Tutkimusteksti on tutkijan tulkinta tietystä aineistosta ja tietyistä lähteistä. Tutkijan edellytetään noudattavan työssään eettisiä periaatteita. Tärkeitä eettisiä periaatteita ovat tiedonantajan vapaaehtoisuus, henkilöllisyyden suojaaminen ja luottamuksellisuus. Tutkimuseettiset kysymykset nousevat erityisen tärkeiksi silloin, kun tutkimuksessa on muiden avusta riippuvaisia ihmisiä. Tutkimuksen päämääränä on totuuteen pyrkiminen ja hyvinvoinnin lisääminen eikä tutkimuksella saa vahingoittaa tiedonantajaa.(Hirsjärvi ym., 2002; Kuula, 2006; Vilkkä ym., 2003.)

Terveysten- ja sairaanhoidossa eettisen pohdinnan tehtävänä on tiedostaa ja analysoida eettisiä ongelmia, esittää ratkaisuja ja perustella ne. Eettisessä pohdinnassa tarvitaan teorioita. Etiikan kehityksen myötä on kehittynyt useita teorioita, jotka soveltuvat myös hoitoetiikan teoreettisiksi apuvälineiksi.(Kalkas & Sarvimäki, 1994.)

Opinnäytetyöni haastateltavat ovat työntekijöitä ja olen saanut heiltä suullisen suostumuksen haastatteluun. Eettiset periaatteet sitovat minua myös heidän haastatteluissaan. Heitä on kohdeltava kunnioittavasti ja rehellisesti sekä luottamuksella tutkimuksen aikana. Säilytän ja käsittelen haastattelu- ja opinnäytetyöaineistoa luottamuksellisesti ja turvallisesti. Hävitän materiaalin vasta opinnäytetyön julkaisemisen jälkeen.

Etiikka moraalisenä näkökulmana on osa arkista elämää. Se on mukana tilanteissa, joissa ihminen pohtii asennettaan omiin ja toisten tekemisiin, sitä mitä voi sallia, mitä ei ja miksi. Eettinen ajattelu on kykyä käsitellä sekä omien että yhteisön arvojen kautta sitä, mikä jossain tilanteessa on oikein tai väärin. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan hyvien tieteellisten käytäntöjen ohjeiden lähtökohtana on ajatus siitä, että tutkimuksen luotettavuuden ja uskottavuuden takaa parhaiten hyvien tieteellisten menettelytapojen noudattaminen. Eettisesti hyvä tutkimus edellyttää tieteellistä tietoa, taitoja ja hyviä toimintatapoja kaikkia yhteistyökumppaneita kohtaan. (Kuula, 2006.)

LÄHTEET

- Eskola, J., Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Hirsjärvi, S., Hurme, H. 2001. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2002. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Hukkamäki, R. 1998. Mielenterveyskuntoutus – haaste yhteistyölle. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura ry.
- Huttunen, M., O. 2004. Lääkkeet mielen hoidossa. Tampere: Tammerpaino Oy.
- Hyyppä, M., T., Liikanen, H-L. 2005. Kulttuuri ja Terveys. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Järvillehto, J., Andersson, B., Boedeker, W., & Houtman, I. 2005. Mental disorders as a major challenge in prevention of work disability: experiences in Finland, Germany, the Netherlands and Sweden. Helsinki: Printed by Edita Prima Ltd.
- Kalkas, H., Sarvimäki, A. 1994. Hoitotyön etiikan perusteet. Keuruu: Kustannusosakeyhtiö Otava.
- Karesvirta, P. 2004. Oppiminen työelämäprojektissa. Ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden kokemukset työelämäprojektissa oppimisesta. Kasvatustieteiden tiedekunta, Kasvatustieteiden ja opettajakoulutuksen yksikkö. Oulun yliopisto.
- Kinnunen, M. & Löytty, O. 2002. Tieteellinen kirjoittaminen. Tampere: Tammer- Paino Oy.
- Kirssi, M. & Viuhkola, J. 2002. Yhdessä Eteenpäin- Mielenterveysongelmaisten omaisten ryhmätoiminnan kehittäminen. Kajaanin ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.
- Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Kyngäs, H., Vanhanen, L. 1999 / 1. Sisällön analyysi. Hoitotiede vol.11.

- Leppo, K. 1997. Mielekäs elämä! – ohjelman esisuunnitelma – työryhmän muistio. Sosiaali- ja terveysministeriön työryhmämuistioita 1997 / 12. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Liikamaa, P. 2005 / 7. Projektivillitys lyönyt jo yli. Dialogi Tampere: Uusi Kivipaino Oy.
- Lönnqvist, J., Heikkinen, M., Henriksson, M., Marttunen, M. & Partonen, T. 1999. Psykiatria. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy
- Mielenterveyslaki. 14.12.1990/1116. 1 luku 1§.// www.finlex.fi/lains/index.html. 2.12.2005
- Mielenterveyden Keskusliiton esite 2005.
- Mielenterveyden Keskusliitto. // www.mtkl.fi/jarjesto/tietoa/tavoittet.html. 29.9.2005
- Muuriaho, J. 2000. Apua oma- apuryhmistä. Tutkimus Mielenterveyden Keskusliiton oma- apuryhmistä ja niiden vaikutuksista mielenterveyskuntoutujien psyykkiseen hyvinvointiin. Pro gradu- tutkielma. Vantaa: Mielenterveyden Keskusliitto ja Printaway Oy.
- Mäkikyrö, T. 1998. Schizophrenia. Diagnosis, early sosial factors and comorbidity. Oulu: Oulu university press.
- Mäkinen, A-K., Uusikylä, P. (toim.) 2005. Tiedosta – Arvioi – Paranna: Itsearviointi ESR-projektien kehittämisen välineenä. Työministeriö
- Mönkäre, S. 2006.9.27 Tiedote. RAY ei voi tukea järjestöjen markkinaehtoisia palveluja. <http://www.ray.fi/raytietoa/medianurkka/tiedote.php?id=93&l1=1> 18.10.2006
- Opinto-opas. 2003-2004. Kajaanin ammattikorkeakoulu. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Pelin, R. 1999. Projektihallinnan käsikirja. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Raitasalo, R. 2006 / 1. Mielenterveyden häiriöiden aiheuttamat haitat lisääntyneet. Kelan Sanomat. Tuusula: Kansaneläkelaitos
- RAY:n avustustoiminnan esite 2002. RAY:n avustustoiminnan suuntaviivat ja painoalueet.
- RAY:n projektin hallinnan opas 2002.

Riikonen, E., Nummelin, T., & Järvikoski, A. 1996. Mielenterveyskuntoutuksen kehitystarpeet. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Helsinki: Stakes.

Ruuska, K. 2005. Pidä projekti hallinnassa, suunnittelu, menetelmät, vuorovaikutus. Tampere: Tammer-Paino Oy

Syrjälä, L., Ahonen, S., Syrjäläinen, E. & Saari, S. 1996. Laadullisen tutkimuksen työtapoja. Rauma: West Point Kirjapaino Oy

Tuomi, J., Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä:Gummerus Kirjapaino Oy.

Vilka, H., Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä:Gummerus Kirjapaino Oy.

JULKAISETTOMAT LÄHTEET

Kaarisilta-projektin esite. 2005. syksy.

Kaarisilta-projekti. 1.3.2005-31.12.2009. Mielensterveyskuntoutujien ja omaisten yksilö- ja ryhmätoimintojen kehittäminen Kainuun alueella. 2006. 1. väliraportti.

Käden Taidot kunniaan –projekti. Mielensterveyskuntoutujien kuntouttavan työ- ja päivätoiminnan kokeilu- ja kehittämisprojekti Kainuussa 1997-2000. Loppuraportti.

Mankinen, T. Keskustelu 12.1.2006.

Sotkamon Mielensterveyden tuki ry. 2001. 10v.-historiikki.

Sotkamon Mielensterveyden tuki ry. 2001. säännöt

Yhdessä Eteenpäin –projekti. Omais- ja perhekeskeisen mielensterveystyön kehittäminen Kainuussa 2001-2004. Loppuraportti



**TOIMEKSIANTOSOPIMUS
OPINNÄYTETYÖT
MUUT OPPIMISPROJEKTIT**

Päiväys
27.03.2006

**TOIMEKSIANTOSOPIMUS OPISKELIJATYÖNÄ TEHTÄVISTÄ OPINNÄYTETÖISTÄ JA
MUISTA OPPIMISPROJEKTEISTA**

TOIMEKSIANTAJAN TIEDOT

Toimeksiantaja	Sotkamon Mielenterveyden tuki ry / Kaarisilta- projekti
Osoite ja puhelinnumero	Akkoniementie 9, 88600 SOTKAMO, 08 666 1179
Työn ohjaaja toimeksiantajan puolelta	Projektipäällikkö Teija Mankinen

TOIMEKSIANNON KUVAUS

Toimeksiannon kuvaus (mahdollinen liite, projek- tikuvaus yms)	Projektitoiminnan merkitys Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle
Aikataulu	Valmiin työn luovutus 22.11.2006
Kustannusarvio ja kustan- nusvastuu	Tarvittaessa laskutus kuitteja vastaan sovitusti
Loppuotoksen muoto	Opinnäytetyö

TOIMEKSIANNON TEKIJÄT KAJAANIN AMMATTIKORKEAKOULUSSA

Toimeksiannon tekijät ja yhteystiedot (opiskelijat)	Satu Tervo Kirkkotie 5 88600 SOTKAMO 040 7515140
Toimeksiannon ohjaaja Kajaanin amk:ssa	Lehtori Raila Ahonen Kajaanin ammattikorkeakoulu 08 6189 9256
Työstä tehdään	<input checked="" type="checkbox"/> opinnäytetyö <input type="checkbox"/> muu, mikä

Satu Tervo
Tekijöiden allekirjoitukset

Teija Mankinen *Ilona Lusa*
Toimeksiantajan allekirjoitus

HYVINVOINTI
Sairaanhoitajakoulutus
Terveystieteidenkoulutus
PL 52, (Ketunpolku 4)
87101 Kajaani
Puh. (08) 6189 9612
Faksi (08) 6189 9620

PALVELUT
Restonomikoulutus
PL 52, (Ketunpolku 3)
87101 Kajaani
Puh. (08) 6189 9610
Faksi (08) 6189 9620

PALVELUT
Tradenomikoulutus
PL 52, (Kuntokatu 5)
87101 Kajaani
Puh. (08) 6189 9454
Faksi (08) 6189 9424

TEKNOLOGIA
Insinöörikkoulutus
PL 52, (Kuntokatu 5)
87101 Kajaani
Puh. (08) 6189 9611
Faksi (08) 6189 9620

KAJAANIN AMMATTIKORKEAKOULU

TOIMEKSIANTOSOPIMUS
OPINNÄYTETYÖT
MUUT OPPIMISPROJEKTIT

2

TOIMEKSIANNON KUVAUS

Tavoitteet Toimeksiantajan kannalta	Saada tiivistettyä ja koostettua tietoa projektien merkityksestä Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle. Raportti on hyödyksi ja esimerkiksi tulevia hankkeita varten meille ja muille järjestöille.	
Opiskelijoiden oppimisen kannalta	Saan kehittää ammatillista asiantuntijuuttani mielenterveyteen suuntautuvana hoitotyön opiskelijana moniammatillisessa tiimissä Pääsen tutustumaan projektityöhön käytännön kentällä. Sisäistän tutkimusprosessin ja sovellan sen käytäntöön opinnäytetyötä tehdessäni.	
Keskeiset tuotokset (raportit, suunnitelmat, tuotokset, esitteet, tietokoneohjelmat, tilaisuudet yms.)	Raportti projektitoiminnan merkityksestä Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle.	
Sovitut kokoukset ja raportoinnit	Suullinen raportointi seminaareissa, palavereissa ja ohjaus- ja seurantaryhmässä	
Projektin resurssit		
1. Toimeksiantaja	Käytännön ohjausta, harjoittelupaikka, kustannus resurssit	
2. Opiskelijat	Teoriatieto, suunnittelu, toteutus → Opinnäytetyö	
3. Ammattikorkeakoulun ohjausresurssit	Teoriatunnit, ohjaus, seminaarit ja ohjaus- ja seurantaryhmässä	
Kustannusarvio ja kustannusvastuu Materiaalit Laittekustannukset Opiskelijoiden palkkiot Ohjaavan opettajan palkkiot Matkakustannukset Muut	Arvio	Vastuu
Muuta Luottamuksellisuus Tekijänoikeudet Laskutus	Vaitiolovelvollisuuteen liittyvät asiat normaalin käytännön mukaan. Tarvittaessa laskutus kuitteja vastaan sovitusti.	

Sopimuksessa noudatetaan Kajaanin ammattikorkeakoulun vakioehtoja opiskelijatyönä tehtävistä toimeksiannoista.

HYVINVOINTI
Sairaanhoitajakoulutus
Terveydenhoitajakoulutus
PL 52, (Kerunpolku 4)
87101 Kajaani
Puh. (08) 6189 9612
Faksi (08) 6189 9620

PALVELUT
Restonomikoulutus
PL 52, (Kerunpolku 3)
87101 Kajaani
Puh. (08) 6189 9610
Faksi (08) 6189 9620

PALVELUT
Tradenomikoulutus
PL 52, (Kuntokatu 5)
87101 Kajaani
Puh. (08) 6189 9454
Faksi (08) 6189 9424

TEKNOLOGIA
Insinöörikkoulutus
PL 52, (Kuntokatu 5)
87101 Kajaani
Puh. (08) 6189 9611
Faksi (08) 6189 9620

HAASTATTELUN KYSYMYKSET

1. Kerro minkälaista oli Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:n toiminta ennen projekteja?
2. Minkälaisia muutoksia, vaatimuksia projektit ovat tuoneet mukanaan Sotkamon Mielen-terveyden tuki ry:n toimintaan? Vai onko niitä tullut.
3. Miten projektit ovat edesauttaneet Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:tä?
 - Miten yhteistyö on Sotkamon mielenterveyden tuki ry:n projekteissa toiminut (onnis-
tunut) muiden organisaatioiden kanssa? Kertoisitko konkreettisia esimerkkejä tästä?
 - Onko toiminnan asema vakiintunut? Entäs onko toiminnalla selvästi nähtävissä
brandy:ä? Entäs sisältö, toiminta ja tulevaisuus?
4. Jos projektit loppuvat, miten käy Sotkamon Mielenterveys tuki ry:n?
5. Jaksavatko kuntoutujat ja omaiset ilman työntekijää (vetäjää) jatkaa toimintaa tällaisena
kun se täällä hetkellä on?
6. Miten saataisiin pidempiaikainen jatkuvuus toiminnalle?
7. Voisiko toimintanne muuttua niin, että se kuuluisi yleisen terveydenhuollon alaisuuteen?
8. Onko yleistä, että näin monelle projektille peräkkäin saa rahoituksen?
9. Valtakunnallisesti, millä tasolla Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:n projektit ovat toimin-
nallisesti, esimerkillisesti?

HAASTATTELUN LISÄ KYSYMYKSET

1. Miten projektit ovat vaikuttaneet Sotkamon Mielen terveyden tuki ry:n hallitustyöskentelyyn?
2. Onko projektit edesauttaneet Sotkamon Mielen terveyden tuki ry:n tunnettavuutta ja toimintaa? Miten?
3. Miten projektit ovat vaikuttaneet yhteistyöhön muiden yhteisöjen kanssa?

ANALYYSIPROSESSIN ETENEMINEN

PELKISTETTY ALKUPERÄINEN ILMAUS (ARABIALAISIN NUMEROIN ILMOITETTU) ALATEEMA (ROOMALAISIN NUMEROIN ILMOITETTU)

I Mahdollistavia tekijöitä

1. *"Toimintamme tarkoituksena on ollut yhdistysten ja niissä toimivien henkilöiden aktivoiminen."*
2. *"Olemme kehittäneet uusia toimintamuotoja ja malleja."*
3. *"Ryhmät ovat myös edesauttaneet yhdistysten omaa varainhankintaa."*
5. *"Tärkeä on ollut saada paikka, missä mielenterveyskuntoutujat voivat tavata toisiaan."*
6. *"Projekti on edesauttanut mielenterveysyhdistysten erilaisten toimintojen sisällöllistä monipuolistumista ja vakiinnuttamista."*
7. *"Mielenterveysyhdistysten voimavarojen tukemista ja itsetunnon vahvistamista mm. koulutukseen ja yhdessä tekemisen avulla."*
9. *"Mielenterveyskuntoutujien osallistuminen ja omasta itsestä huolehtiminen ovat kohentuneet huomattavasti."*
10. *"Tärkeäksi on koettu yhteistyö-, vuorovaikutustaitojen oppiminen, samoin kuin itsekunnioitus sekä toisten auttaminen ja kunnioitus."*
12. *"Projektin aikana ilmapiiri mielenterveyskuntoutujia kohtaan on muuttunut myönteisempään suuntaan, hyväksyvämmäksi ja avoimemmaksi."*
13. *"Yhteistyökumppanit ja jäsenet ovat tulleet toimintoihin mm. henkilökohtaisten kontaktien, lehti-ilmoituksen, mielenterveysyksiköiden, sairaalan ja yhdistyskirjeiden kautta."*
14. *"Jäsenmäärä on noussut jokaisessa yhdistyksessä ja yhdistykset ovat pystyneet palkkaamaan työntekijöitä mm. yhdistelmätukimahdollisuuden myötä."*

15. ”Yhdistykset ovat saaneet tukea toisiltaan ja ovat vahvistuneet. Yhteishenki on noussut ja on opittu yhteenkuuluvuuden tunnetta.”
16. ”On saatu työntekijä Kainuuseen.”
17. ”Yhteishenki on noussut ja on opittu tiimityöskentelyyn, osaamisen ja jakamiseen sekä oman työn arviointiin ja kehittämiseen.”
18. ”Projektin osallistumisen myötä ihmisille on tullut sisältöä elämään sekä uusia ihmisseubteita, tekemisen iloa ja yhteenkuuluvuuden tunnetta” heillä on myös suurempi mahdollisuus vaikuttaa itseään koskeviin asioihin.”
19. ”Paikalliset toimintapäivät ja koulutukset on nähty tärkeinä toimintoina mielenterveyskuntoutujille ja omaisille. Niistä on saatu ideoita yhdistystoimintoihin.”
20. ”Kuntien merkitys omien mielenterveysyhdistysten tukijoina on ollut merkittävä.”
21. ”Projektin aikana yhteistyöverkostomme on laajentunut lähes koko Kainuun alueelle. Merkittävänä yhteistyökumppanina ovat olleet koko ajan Kajaanin ammattikorkeakoulu ja Kajaanin ammattiopisto.”
22. ”Mielenterveyskuntoutujia ja mielenterveysyhdistyksiä kuunnellaan ja heidän mielipiteitään kysytään yhä enenevässä määrin.”
25. ”Tietoisuus tekemämme mielenterveystyön tärkeydestä, sen laadusta ja monipuolisuudesta ovat edesauttaneet yhdistysten toimitilojen ja toiminta-avustusten saamista.”
26. ”Oma osaaminen, lähinnä käden taidot ovat kehittyneet ja sitä kautta myös oma varainhankinta on tehostunut.”
28. ”Projektityöntekijöiden antama tuki yhdistyksille.”
29. ”Projektin aikana yhdistystoiminnot ovat tulleet suunnitellummaksi, tavoitteellisimmaksi ja monipuolisemmiksi.”
30. ”Yhdistysläiset ovat saaneet lisää itsevarmuutta ajaakseen edelleen eteenpäin omia etujaan.”
35. ”Arviointi on välttämätöntä, sillä se on ohjannut toimintaamme. Arvioinnin avulla olemme peilanneet projektin kulkua sen etenemiseen ja pysymiseen tavoitteissa.”

55. ”Mielenterveyskuntoutajat ja myöhemmin omaiset on ollut hyvin vahvasti kehittämässä Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:n toimintaa näissä projekteissa. Eli se on ollut toimija lähtöistä ja se on myös tuonut tulosta.”

64. ”Kun saimme omaisia hallitukseen, se oli todella iso voimavara, eli tuli sellainen uusi tapa kehittää sitä työtä.”

70. ”Kuinka monta sairaala päivää me ollaan pystytty torjumaan sillä, että ihmisillä on paikka ja aika minne mennä. Meillä on aina aikaa keskustella puhelimessa. Me ollaan tuttu ja turvallinen toimija. Meillä on myös työntekijöitä joilla on ammattikoulutus. Me tuemme terveyden huoltoa.”

II Haastetta tuovia tekijöitä

36. ”Ohjausryhmässä toimiminen on haasteellista ja kehittävää ja siellä on voinut vaikuttaa toimintaan.”

37. ”Kainuun mielenterveysyhdistysten verkostotyötä ajatellen ongelmaksemme muodostuivat pitkät matkat ja vaikeat kulkenyttydet yhdistysten välillä.”

38. ”Kuntoutujien ja yhdistysten varattomuus puhutti monesti.”

39. ”Projektin kohderyhmän, mielenterveyskuntoutujien oma jaksaminen ja terveydentilassa tapahtuvat muutokset ovat vaatineet jatkuvaa keskustelua ja avoimuutta.”

40. ”Toimijoiden jaksaminen on vaikuttanut oleellisesti yhdistysten sisäisiin toimintoihin ja yhteistyöhön muiden yhdistysten kanssa.”

41. ”Myös kateus, että muilla menisi paremmin kuin itsellä, sekä taloudelliset seikat ja sitoutuminen ovat olleet puheenaiheita.”

42. ”Sairaana ihmisen vastuun ottaminen projektin hallinnoinnista, sekä koulutuksen puute projektista vastaavan yhdistyksen hallitustyöskentelyyn koettiin ongelmana.”

43. ”Toimijoiden iäkkyyys ja jaksamisen asettamat rajoitukset oli huomioitava koko ajan toiminnoissamme.”

44. ”Sitoutuminen ja vastuunotto ovat olemassa olevia haasteita edelleen, sillä henkilökohtaiset ja yhdistykselliset ristiriitatilanteet vievät paljon energiaa.”

45. *"Alussa projektin ohjausryhmän ongelmaksi muodostui toimintamallin puute."*
46. *"Taustalla on ollut mm. tietämättömyyttä, voimavarojen puutetta, ennakkoluuloja, tottumattomuutta yhteistyöhön ja kateutta."*
47. *"Vaikka yleisesti ottaen olemme toimineet "yhteen hiileen puhaltaen", mielenterveysyhdistysten yhteistyö on myös rakoillut ja se on ollut ajoittain vaikeaa."*
48. *"Kainuun alueen mielenterveysyhdistykset toimivat hajallaan, kukin yksin."*
51. *"Osaamisen ja tietojen vaihto vähäistä yhdistysten välillä."*
52. *"koulutus, edunvalvonta, tempaukset ja toimintapäivät olivat hyvin vähäisiä ja joka yhdistys järjesti omansa."*
53. *"Toiminta päällekkäistä."*
63. *"Jos ajatellaan, että Mielenterveys tuki ry:n hallituksessa oli alun perin aika paljon mielenterveyskuntoutujia, ihmisiä, jotka ovat itse sairastuneita. Siellä saattoi aika ajoin olla aika kipeitäkin ihmisiä ja heidän piti ottaa sitä vastuuta."*
84. *"Ja kyllä täytyy sanoa, että niin Sotkamon yhdistys kuin muukin yhdistys on käynyt tosi kivisen tien siinä, että mitä on olla projektin hallinnoija ja mitenkä se rahoitus haetaan ja se, että mitä on se projektin sisältö. Eli projektitihan ovat hyvin korvamerkittyä toimintaa."*
85. *"Ja se mikä on Sotkamonkin yhdistyksen pitänyt ratkaista tässä, että mikä on sitä osaamista mitä yhdistys voi antaa. Eli ei lähdetä taistelemaan samoilla kentillä kun tämä virallinen julkinen palvelun tuotanto. Ja se tämä muut organisaatiot se, että yksinhän ei yhdistys pysty toimimaan laaja-alaisesti. Eli tuota, se on vaatinut yhdistykseltä siitä, että ollaan yhteyksissä, ensinnäkin meillä on tämä kattojärjestö Mielenterveyden keskusliittoon ja lisäksi, sitten paikallisiin muihin toimijoihin ja julkisen palvelun tuottajiin."*
86. *"Ja alussa kun lähdetään tällaisista projektia suunnittelemaan tai toteuttamaan. Niin täytyy kyllä tehdä se oma asia niin tärkeäksi ja niin hyväksi ja uskottavaksi. Kun ensimmäistä projektia yhdistys lähti viemään eteenpäin voi sanoa myös, että asenneilmasto mielenterveyskuntoutujia kohtaan oli paljon, miten sen nyt sanoisi tuota tiukempi."*
87. *"Että ajateltiin, että mielenterveyskuntoutuja ovat kykenemättömiä tekemään tällaisia suuria ratkaisuja."*

89." *Projektit tuovat paljon uusia toimintoja, mutta se on vain yksi osa sitten sitä yhdistyksen toiminnasta, että Sotkamolla niin kuin monella muullakin yhdistyksellä oli tässä matkanvarrella niin kun vaarana se, että yhdistys ja projekti oli niin kuin sama asia eli projekti nielaisi yhdistyksen. Mutta siitä minun mielestä on päästy eli yhdistyskin itse puhuu että meillä on semmoinen toiminta, Kaarisilta toiminta."*

90." *Niin kun rohkeutta ottaa sitä vastuuta, että projektit ovat 3- 5-vuotisia."*

91." *Sotkamolla on tullut jo rohkeutta sanoa jo joistakin jutuista, että eipä tämä ollut oikein matkalle menevää, vaan ottaa ja jättää. Ja myös se, että on rohkeutta myös ottaa vastaan sitä negatiivista palautetta siitä projektin kohderyhmältä ja sitten myös muilta toimijoilta että miksi te ette tee näin ja niin ja noin."*

92." *Ja kun on kysymys aina projektista, pitäisi muistaa se arviointi, niin kun lähdetään tekemään heti siinä alussa. Ja riippuu miten laaja projekti on, että ja mitä sillä sitten haetaan."*

101." *Aina se ei ole ollut helppoa ei missään nimessä, koska ne omat tunteet ja kokemukset ja ehkä ennakokuluut on ollut mukana."*

102." *Aina kun raha astuu kuvioihin, niin on myös tullut sitä katentta ja epä tietoisuutta siitä, että mihin se raha käytetään. Joskus on ehkä ajateltu, että kun projektirahoitus tulee, sen pitäisi tulla vaan omalle pankkitilille."*

103." *Toimintahan muuttuu ihan totaalaisesti jos projektit loppuvat. Silloin ei yhdistyksellä ole työntekijää. Jos niin käy se jää vapaaehtoisten vastuulle ja jos jotakin työtä tehdään vapaaehtoisesti, niin täytyy muistaa se oma jaksaminen ja siitä toiminnasta pitää myös saada itselle jotakin, eikä pelkästään antaa omia voimavaroja."*

109." *Kyllähän se on aika rassaavaa kun aina, kun on nähty tämä projektin merkitys, niin on aina pitänyt uudelleen hakea projektia. Se olisi todella suuri asia, että saataisiin tällaiseksi pysyväksi tämä yhdistys."*

111." *on muistettava, että projektit tulevat ja menevät, mutta yhdistys on olemassa. Eli se, että yhdistys ei elä pelkästään projektista, niin silloin menee hyvin."*

115." *Eli tuota on yhdistyksellä mahdollisuus hakea raha-automaattiyhdistykseltä niin sanottua kohdennettua A- avustusta. Joka on tämmöinen toistuva avustus, jolla pyöritetään jotakin toimintaa ihan niin kun pitempään, vuodesta vuoteen. Onhan siinäkin määräaikoja, mutta se ei ole projekti luontoista. Mutta tosiasiaan on viimevuosina ollut, että kohdennetut Aa:t ovat tosi tiukassa."*

III Kehitettäviä tekijöitä

4. *"Meillä on ollut koko ajan halu tehdä yhteistyötä ja saada näkyvyyttä toiminnallemme ja edesauttaa asenteiden muutosta mielenterveysasioita kohtaan."*
8. *"Uusien mielenterveysyhdistysten perustaminen Kainuuseen."*
19. *"Paikalliset toimintapäivät ja koulutukset on nähty tärkeinä toimintoina mielenterveyskuntoutujille ja omaisille. Niistä on saatu ideoita yhdistystoimintoihin."*
22. *"mielenterveyskuntoutujia ja mielenterveysyhdistyksiä kuunnellaan ja heidän mielipiteitään kysytään yhä enenevässä määrin."*
34. *"Koko projektin ajan olemme arvioineet edistymistä. Arviointi on ollut tärkeä osa mielenterveytyön kehittämistä yhä laadullisemmaksi kokonaisuudeksi."*
39. *"Projektin kohderyhmän, mielenterveyskuntoutujien oma jaksaminen ja terveydentilassa tapahtuvat muutokset ovat vaatineet jatkuvaa keskustelua ja avoimuutta."*
40. *"Toimijoiden jaksaminen on vaikuttanut oleellisesti yhdistysten sisäisiin toimintoihin ja yhteistyöhön muiden yhdistysten kanssa."*
45. *"Alussa projektin ohjausryhmän ongelmaksi muodostui toimintamallin puute."*
48. *"Kainuun alueen mielenterveysyhdistykset toimivat hajallaan, kukin yksin."*
54. *"Eli meidän täytyi miettiä, että mitä me halutaan tehdä ja millä aikavälillä, millä ajanjaksolla me halutaan tehdä ja se, että kuka tekee."*
71. *Olemme niin ihmisten tasolla tässä toiminnassa, että he iloitsevat kanssamme uusista projekteista ja huolehtivat siitä milloin ne loppuvat. Tietämättömyys tulevaisuudesta on raskasta niin asiakkaille kuin itse henkilökunnallekin."*
116. *"Mutta ainahan on muistettava, silloin kun suunnitellaan projekteja. Mitä projektin rahoituksen päättymisen jälkeen jää sitten siitä niin kun elämään, vaikka pienempikin muotoisena."*

IV Toimintoja laajentavia tekijöitä

8. *"Uusien mielenterveysyhdistysten perustaminen Kainuuseen."*
11. *"Kainuun alueella mielenterveysyhdistys sisäinen verkosto on vahvistunut."*
16. *"On saatu työntekijä Kainuuseen."*
13. *"Yhteistyökumppanit ja jäsenet ovat tulleet toimintoihin mm. henkilökohtaisten kontaktien, lehti-ilmoituksen, mielenterveysyksiköiden, sairaalan ja yhdistyskirjeiden kautta."*
14. *"Jäsenmäärä on noussut jokaisessa yhdistyksessä ja yhdistykset ovat pystyneet palkkaamaan työntekijöitä mm. yhdistelmätukimahdollisuuden myötä."*
20. *"Kuntien merkitys omien mielenterveysyhdistysten tukijoina on ollut merkittävä."*
21. *"Projektin aikana yhteistyöverkostomme on laajentunut lähes koko Kainuun alueelle. Merkittävänä yhteistyökumppanina ovat olleet koko ajan Kajaanin ammattikorkeakoulu ja Kajaanin ammattiopisto."*
23. *"Tiedottaminen on ollut yksi tärkeimmistä teemoistamme. Tiedotuskanaviamme ovat olleet paikallislehdet, ja-radio, yhdistysten jäsenpostit ja kirjeet, omat julkaisut, maakunta kuntayhtymän työpisteet ja Kajaanin ammattikorkeakoulu sekä ammattiopisto."*
24. *"Projektimme ja sen kautta saatu myönteinen palaute, julkisuus ja esilläolo ovat edesauttaneet myös yhteistyötä kuntien ja muiden yhteistyötahojen kanssa."*
25. *"Tietoisuus tekemämme mielenterveystyön tärkeydestä, sen laadusta ja monipuolisuudesta ovat edesauttaneet yhdistysten toimitilojen ja toiminta-avustusten saamista."*
26. *"Oma osaaminen, lähinnä käden taidot ovat kehittyneet ja sitä kautta myös oma varainhoito on tehostunut."*
34. *"Koko projektin ajan olemme arvioineet edistymistä. Arviointi on ollut tärkeä osa mielenterveystyön kehittämistä yhä laadullisemmaksi kokonaisuudeksi."*
28. *"Projektityöntekijöiden antama tuki yhdistyksille."*
29. *"Projektin aikana yhdistystoiminnot ovat tulleet suunnitellummaksi, tavoitteellisimmaksi ja monipuolisemmaksi."*

49. ”Päätimme yhdistää voimamme ja perustimme Kainuun Riiben, jonka pohjalle aloimme rakentaa projekteja.”

50. ”Toimintamme tarkoitus on ollut yhdistysten ja niissä toimivien henkilöiden aktivointi.”

56. ”Täällä Sotkamossa se yhteistyö on ollut konkreettisinta. Me on hyvin paljon tehty yhteistyötä Sotkamon Mielenterveys yksikön kanssa ja sieltä on tuettu meidän toimintaa kaiken aikaa. Yksi muu tärkeä yhteistyö kumppani on Sotkamon ev.lut. seurakunta.”

57. ”Työntekijä yksin ei siis ole antanut suuntaa vaan ollut tämmöisenä edesauttajana ja ohjaamassa, neuvomassa, tukemassa, toimimassa. Tärkeää on ollut sitten myös yhteistyö Kainuun muiden mielenterveys yhdistysten ja mielenterveys yksiköiden kanssa.”

58. ”Me on jatkuvasti mietitty, että mitä me voidaan tarjota. Meillä on ollut koulutuspäiviä, virkistyspäiviä. On kehitetty kädentaidot osaamista, omaistoimintaa ja lähdetty siitä, että tehdään yhteistyötä mahdollisimman monien tahojen kanssa. Viime vuosina on yhä enemmän tehty yhteistyötä ammattikorkeakoulun ja ammattiopiston kanssa. Sieltähän on tullut meidän projektille konkreettisenä etuna myös tämä suunnittelu ja arviointi ja kehittämisen.”

59. ”Hetki niitä tuloksia ei ole tullut, mutta se että meillä on ollut mahdollisuus kokeilla ja kehittää toimintaa ja se, että hyvän rahoituksen turvin siihen on ollut mahdollisuus. Sanotaan, että projekti on ollut sellainen oppimiskokemus, niin työntekijöille, yhteistyökumppaneille kuin sitten näille ihmisille, jotka ovat toimineet tässä meidän projektissa. Se, että tämä maakunta- kuntayhtymä on kanssa mahdollistanut sen, että me oltiin suunnittelemassa sitä yhteistyötä, miten kolmas sektori voi olla mukana Mielenterveys ja riippuvuushoito-työryhmässä ja että, mikä on se meidän rooli tässä kokonaisuudessa. Mitä enemmän me tiedotetaan tästä toiminnasta, sitä paremmin meidän huomioidaan.”

64. ”Kun saimme omaisia hallitukseen, se oli todella iso voimavara, eli tuli sellainen uusi tapa kehittää sitä työtä.”

66. ”Projektit ovat tuoneet myös sen, että toimintaa täytyy suunnitella, toiminnalla täytyy olla tietty tarkoitus. On tärkeää, että me arvioidaan projektin toimintaa. Toimintaan on tullut sellainen tietty jäämäkkyys. Yhdistyksellä täytyy olla myös raha-asiat kunnossa, koska meillä on ulkopuolinen rahoitus. Mielenterveyden tuki ry:n hallitustoiminta on vuosi vuodelta kehittynyt yhä vastuunottavaisemmaksi. Siellä uskalletaan ottaa vastuuta ja jakaa sitä.”

- 67.” Meillä on vuosi vuodelta jäsenmäärä noussut. Silloin kun minä ensimmäisiä kertoja tulin Mielenterveysyhdistyksen toimintaan oli n. 20- 30 jäsentä. Nyt meillä on reilu 80 jäsentä.”
- 68.” Vuosien saatossa olemme yrittäneet kehittää tätä toimintaa tällaiseksi kokonaisuudeksi ja osaksi maakunnallista mielenterveystyötä. Sille on tilaus, edelleenkin pitää kehittää meidän rooliamme. Tällä hetkellä toimimme kahdeksan kunnan alueella, mikä on aika iso alue.”
- 69.” Meihin otetaan yhteyttä, toimintaamme pidetään tärkeänä. Olemme aloittaneet vertaisohjaaja koulutuksen, missä vertaisohjaajat pääsevät tekemään tätä työtä.”
- 70.” Kuinka monta sairaala päivää me ollaan pystytty torjumaan sillä, että ihmisillä on paikka ja aika minne mennä. Meillä on aina aikaa keskustella puhelimesta. Me ollaan tuttu ja turvallinen toimija. Meillä on myös työntekijöitä joilla on ammattikoulutus. Me tuemme terveyden huoltoa.”
- 76.” Joo tuota projektien myötä ensinnä meidän toiminta keskittyi kuntoutujien kanssa työskentelyyn, mutta nythän on sitten tullut voimakkaasti mukaan myös työskentely omaisten kanssa. Omaiset on tullut mukaan näitten projektien myötä toimintaan.”
- 78.” On tunnettua tämä meidän toiminta. Näistä projekteista tulee hyvin paljon asiaa myös tuonne terveydenhuollon puolelle. Myös tämä tiedottaminen paikallislehdissä, Sotkamo lehdessä ja Kainuun sanomissa, eli on myös tullut ihan kaikkien tietoisuuteen. Tämä on myös hienosti alentanut kynnystä keskustella ja herättänyt keskustelua. Tämä on myös sellaista asenteisiin vaikuttamista täällä Sotkamossa, tämä yhdistyksen toiminta.”
- 94.” Hallitusohjan laajentuminen.”
- 97.” Ulkopuoliset palvelut (tilitoimistopalvelut).”
- 98.” Projektit ovat edesauttaneet yhdistyksen toimintaa ja tunnettavuutta mm. yleisissä tiedotusvälineissä ja paikallisissa lehdissä Ilmoitukset ja tapahtumien uutisointi, Toimintamme tunnettavuutta projektit ovat myös edesauttaneet mm. järjestetyt tilaisuudet, koulutukset, tutustumiset, vierailut ja erilaiset ryhmät.”
- 99.” Yhteistyö ja avustaminen Kainuussa uusien Mielenterveys yhdistysten perustamisessa.”

ANALYYSIPROSESSIN ETENEMINEN

Alateema

Yläteema

I Mahdollistavia tekijöitä (64)

II Haastetta tuovia tekijöitä (39)

a) Projektin antama tuki (I, II, III, IV)

III Kehitettävää tekijöitä (12)

b) Projektin vaatima vastuu(II, III, IV)

IV Toimintoja laajentavia tekijöitä (40)

c) Projektin kehitettäviä toimintoja

(I, II, III, IV)

Pelkistettyjä alkuperäisiä ilmaisuja on 119 kpl. Pelkistettyjen alkuperäisten ilmaisujen määrä ilmoitettu suluissa arabialaisin numeroin, joista alateema muodostuu. Yläteema muodostuu puolestaan neljästä alateemasta, jotka on merkitty roomalaisin numeroin.

MJF



Projektitoiminnan merkitys Sotkamon Mielenterveyden tuki ry:lle

"Projektin aikana ilmapiiri mielenterveyskuntoutujia kohtaan on muuttunut myönteisempään suuntaan, hyväksyvämmäksi ja avoimemmaksi."

"Tärkeää on ollut saada paikka, missä mielenterveyskuntoutajat voivat tavata toisiaan."



Kaarisilta-projekti v. 2005 - 2009



Käden Taidot kunniaan - projekti
v. 1997- 2000

Yhdessä Eteenpäin - projekti
v. 2001 - 2004

**Tervetuloa:
Opinnäytetyön esitys
2.11.2006
klo 8.00- 9.30
Luokka: TA21L161**

**Tekijä: Satu Tervo
sth3sb / mttvehto**