

KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaali-alan koulutusohjelma

Kannas Tiia

”TÄÄ ON MIUN PAIKKA” – KÄVIJÖIDEN KOKEMUKSIA  
YHTEISÖTALO SATAMASTA

Opinnäytetyö  
Kesäkuu 2020



**OPINNÄYTETYÖ**  
**Kesäkuu 2020**  
**Sosiaalialan Koulutus**

Tikkarinne 9  
80200 JOENSUU  
+358 13 260 600

Tekijä  
Tiia Kannas

Nimeke  
"TÄÄ ON MIUN PAIKKA" – KÄVIJÖIDEN KOKEMUKSIA YHTEISÖTALO SATAMASTA

Toimeksiantaja  
Yhteisötaalo Satama

#### Tiivistelmä

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää kävijöiden kokemuksia Yhteisötaalo Sataman toiminnasta. Laadullisessa opinnäytetyössä tutkittiin kävijöiden haastatteluin Yhteisötaaloista saatuja kokemuksia ja kehitysehdotuksia Sataman toiminnalle. Opinnäytetyön selvityksen aineisto kerättiin teemahaastattelun avulla. Haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluina, joissa osallistujia oli yhteensä viisi.

Tulosten mukaan Satamalle tultiin ensisijaisesti kohtaamaan muita ihmisiä. Satamalla saadut sosiaaliset kontaktit ja Sataman toiminnoista saadut positiiviset kokemukset tukivat kävijöiden hyvinvointia ja toivat vaihtelua arkeen. Sataman kävijät toivoivat toiminnan jatkuvan myös tulevaisuudessa.

Jatkokehitysmahdollisuutena voisi selvittää, kuinka Yhteisötaalo Sataman toiminnot ovat tukeneet kävijöiden fyysistä, psyykkistä sekä sosiaalista hyvinvointia ja osallisuutta.

Kieli  
suomi

Sivuja 53  
Liitteet 4  
Liitesivumäärä 5

Asiasanat  
Osallisuus, hyvinvointi, avoin kohtaamispaikka



**THESIS**  
**June 2020**  
**Degree Programme In Social Services**

Tikkarinne 9  
80200 JOENSUU  
+358 13 260 600

Author  
Tiia Kannas

Title  
"THIS IS MY PLACE" – VISITORS' EXPERIENCES OF COMMUNITY HOUSE SATAMA

Commissioned by  
Community House Satama

Abstract

The aim of this qualitative thesis was to examine visitors' experiences of community house Satama. In this qualitative thesis experiences and development ideas for community house Satama were examined through interviews of the visitors.

The thesis material was gathered with theme interviews. The interviews were conducted as individual interviews to five visitors. According to the material the primary reason for visiting community house Satama was to meet other people. Social contacts and positive experiences at community house Satama were considered to increase wellbeing and create change to everyday life. Visitors hoped that the operation at community house Satama continues also in the future.

An idea for future development would be to find out how operations of community house Satama have affected the visitors' physical, mental and social wellbeing and participation

Language  
Finnish

Pages 53  
Appendices 4  
Pages of appendices 5

Keywords  
Inclusion, wellbeing, open meeting place

## Sisältö

1	Johdanto .....	5
2	Osallisuus ja hyvinvointi.....	6
	2.1 Osallisuus ja osallisuuden kokemus.....	6
	2.2 Hyvinvointi ja elämänlaatu.....	8
	2.3 Yhteisöt ja yhteisöllisyys.....	9
	2.4 Hyvinvointia ja terveyttä edistävä toiminta kunnissa .....	11
	2.5 Osallisuuden edistäminen .....	12
	2.6 Ennaltaehkäisevän työn näkökulma.....	13
3	Matalan kynnyksen toiminta.....	14
	3.1 Matalan kynnyksen palvelut .....	14
	3.2 Kohtaamispaikkatoiminta .....	16
4	Aiemmat opinnäytetyöt .....	17
5	Opinnäytetyön lähtökohdat .....	19
	5.1 Opinnäytetyön toimintaympäristö .....	19
	5.2 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset .....	20
6	Opinnäytetyön menetelmät ja toteutus.....	20
	6.1 Laadullinen tutkimus .....	20
	6.2 Opinnäytetyöprosessi.....	21
	6.3 Teemahaastattelu ja haastattelun sisällön suunnittelu .....	26
	6.4 Aineiston hankinta .....	27
	6.5 Litterointi.....	29
	6.6 Aineiston analyysi .....	30
7	Tulokset .....	33
	7.1 Haastateltavien taustatiedot.....	33
	7.2 Kokemukset yhdenvertaisuudesta ja syrjimättömyydestä .....	34
	7.3 Kokemukset Yhteisötaivaan toimintaympäristöstä.....	34
	7.4 Kokemukset myönteisistä vuorovaikutussuhteista .....	35
	7.5 Kokemukset osallistumisesta ja osallisuudesta.....	37
	7.6 Kehittämisasiat ja toiveet .....	39
8	Pohdinta.....	41
	8.1 Johtopäätökset.....	41
	8.2 Menetelmän ja toteutuksen tarkastelu.....	43
	8.3 Eettisyys ja luotettavuus.....	45
	8.4 Oppimisprosessi.....	48
	8.5 Hyödynnettävyys ja jatkokehitysmahdollisuudet .....	49
	Lähteet.....	50

## Liitteet

Liite 1	Analyysipolku
Liite 2	Teemahaastattelun kysymysrunko
Liite 3	Mainos
Liite 4	Suostumuslomake

# 1 Johdanto

Sosiaalialan työn tavoitteena on ihmisten hyvinvoinnin lisääminen ja yksi ammatillisen toiminnan päämääristä on osallisuuden edistäminen (Kananoja, Lähteinen & Marjamäki 2011, 23; Talentia 2020). Matalan kynnyksen palveluiden ideana on tavoittaa palveluiden ulkopuolelle jääneitä ihmisiä ja madaltaa heidän kynnystään hakeutua tarvittavien palveluiden piiriin. Matalan kynnyksen palveluilla on yhteys sosiaaliseen osallisuuteen, jonka keskeisiä tekijöitä ovat palveluiden saatavuus ja saavutettavuus. (Leemann & Hämäläinen 2015, 1–4.) Laadullisen opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää matalan kynnyksen kohtaamispaikka Yhteisötalo Sataman kävijöiden kokemuksia Sataman toiminnoista.

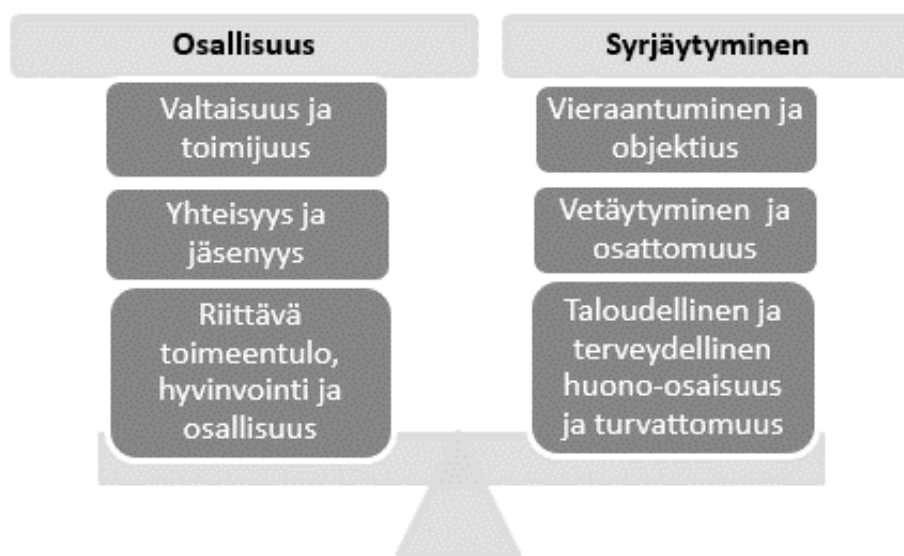
Yhteisötalo Satama toimii Joensuun keskustassa kohtaamispaikkana kaiken ikäisille ja eri elämäntilanteissa oleville ihmisille. Sataman toiminnan tavoitteena on matalan kynnyksen periaatteita noudattaen lisätä hyvinvointia ja osallisuutta sekä ylläpitää toimintakykyä. Paikan toiminta on Joensuun kaupungin hyvinvointipalveluiden omaa toimintaa. (Kiiskinen 2019.) Laadullisen opinnäytetyön selvityksen kohteeksi Sataman kävijäkokemukset valikoituivat opinnäytetyön tekijän aloitteesta ja kiinnostuksesta tutkia Satamalta saatuja kävijäkokemuksia. Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi Yhteisötalo Satama

Opinnäytetyössä esittelen työni kannalta keskeiset käsitteet ja aiheeseen keskeisesti liittyvät aiemmat opinnäytetyöt sekä niiden tulokset. Kuvaan opinnäytetyön tehtävän ja tutkimuskysymykset sekä perustelen opinnäytetyön menetelmällisiä valintoja. Esitän tulokset johtopäätöksineen ja arvioin kriittisesti opinnäytetyön menetelmällisiä valintoja sekä työn toteutusta. Lopuksi pohdin opinnäytetyön luotettavuutta ja eettisyyttä sekä oppimisprosessiani ja tuon esille opinnäytetyön jatkokehitysmahdollisuudet.

## 2 Osallisuus ja hyvinvointi

### 2.1 Osallisuus ja osallisuuden kokemus

Osallisuuden käsitettä voidaan lähestyä monesta näkökulmasta. Osallisuus on osallistumista, liittymistä ja liittämistä, mukaan ottamista, kuulumista, kiinnittymistä sekä kansalaisuutta. Se on kokemista, vaikuttamista, valinnanvapautta ja voimaantumista. Osallisuus on suhteissa olemista, yhteisyyttä, asiakaslähtöisyyttä sekä kaiken tämän järjestämistä ja johtamista ja sitä pidetään syrjäytymisen vastakohtana. Kuviossa 1 havainnollistan osallisuutta syrjäytymisen vastakohtana Raivion ja Karjalaisen mukaan. (Kivistö 2014, 42; Isola, Kaartinen, Leemann, Lääperi, Schneider, Valtari, Keto-Tokoi 2017, 3; Särkelä-Kukko 2019, 232; Raivio & Karjalainen 2013, 17.)



Kuvio 1. Osallisuus syrjäytymisen vastakohtana (mukailtu Raivio & Karjalainen 2013, 17.)

Osallisuus toimii vastakohtana syrjäytymiselle. Raivio ja Karjalainen jakavat osallisuuden kolmeen ulottuvuuteen, joita ovat having, acting ja be-longing. Having käsittää taloudellisen osallisuuden, joka tarkoittaa riittävää toimeentuloa ja hyvinvointia. Acting edustaa toiminnallista osallisuutta, joka näyttäytyy toimijuutena sekä valtaisuutena elämässä. Be-longing on yhteisöllistä osallisuutta, joka tarkoittaa jäsenyyttä ja kuulumista yhteisöihin. (Raivio & Karjalainen 2013, 16–17.)

Heikoimmassa asemassa olevilla ihmisillä suurimpana esteenä pidetään näköalattomuutta ja toivottomuuden tunnetta. Osallistumisen ja osallisuuden tunteen kautta heikoimmassakin asemassa olevat ihmiset voivat kiinnittyä samoihin merkitysjärjestelmiin, kuin paremmin voivat yhteiskunnan jäsenet, jolloin näköalattomuuden tilalle voi hahmottaa erilaisia mahdollisuuksia. Kun ihminen kokee olevansa merkityksellinen osa jotain kokonaisuutta, hän tuntee turvallisuutta, jolla taas on aineetonta köyhyyttä ehkäisevä vaikutus. Osallisuuden kokemuksesta voi seurata esimerkiksi terveyden parantuminen, jolloin osallisuudella on suora vaikutus esimerkiksi sosiaali- ja terveystalveluiden sekä sosiaaliturvan käytön vähenemiseen. (Isola 2019, 189.)

Osallisuus rakentuu osallisuudesta oman elämän vaikuttamisprosesseihin palveluissa, lähipiirissä, elinympäristössä niin yhteiskunnassa, kuin paikallisellakin tasolla. Arjessa osallisuuden kokemus rakentuu pienistä asioista, kuten kuulluksi ja nähdyksi tulemisesta. Yksilön tasolla osallisuuden kokemus syntyy silloin, kun yksilö tuntee kuuluvansa itselleen tärkeään ryhmään tai yhteisöön. Yhteisöjen tasolla osallisuus ilmenee vaikuttamismahdollisuuksina sekä yhteisöön kuuluvien jäsenten keskinäisenä luottamuksena ja arvostuksena. Yhteiskunnan tasolla osallisuus tarkoittaa mahdollisuuksien ja oikeuksien toteutumista. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019a; Särkelä-Kukko 2019, 233–234, 256.)

Osallistuminen on aktiivista toimintaa, jonka avulla yksilöiden on mahdollista päästä osaksi sosiaalisia verkostoja, jolloin he voivat kokea itsensä tarpeellisiksi ja kokea osallisuutta. Kokemus osallisuudesta vaikuttaa muun muassa siihen, kuinka suuren osan mahdollisesta toimintakyvystään ihminen pystyy ottamaan käyttöönsä. Osallistumisen kautta yksilöt voivat löytää oman paikkansa yhteiskunnassa. (Särkelä-Kukko 2019, 233; Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2019b; Ilmonen 2019a, 31; Ilmonen 2019b, 193; Isola 2019, 189; Leemann & Hämäläinen 2015, 3.)

Yhteiskuntamme hallinnollinen osallisuuskäsitys edustaa vahvaa toimimista, kuten kiinnittymistä ja yhteenkuuluvuuden tunteita yhteiskunnan toimintajärjestelmien tasolla, kuten työelämässä mukana oloa. Yksilöt voivat olla osallisena ja

mukana eri järjestöissä tai missä tahansa toiminnassa ilman, että he ottavat toimintaan aktiivisesti osaa, näin ollen osallisuus ei itsessään edellytä yksilöiltä mitään ja tästä syystä hallinnollinen puhe ei välttämättä vastaa ihmisten arjen kokemuksia osallisuudesta. Hallinnollisesta näkökulmasta yksilön heikolta tai pieneltä näyttävä osallisuus voi olla kokijalleen erittäin vahvaa ja merkityksellistä osallisuutta. (Ilmonen 2019a, 31; Särkelä-Kukko 2019, 231–232, 250.)

## 2.2 Hyvinvointi ja elämänlaatu

Hyvinvointi-käsite viittaa niin yksilölliseen kuin yhteisötason hyvinvointiin. Yksilöllinen hyvinvointi käsittää sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttamisen, onnellisuuden sekä sosiaalisen pääoman ja yhteisötason hyvinvointiin kuuluvat elinolot, kuten toimeentulo, työllisyys sekä työolot. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019c.) Yksilöllinen hyvinvointi voidaan jakaa kolmeen ulottuvuuteen, joita ovat koettu hyvinvointi, materiaallinen hyvinvointi sekä terveys. Koettua hyvinvointia kuvataan usein elämänlaadun avulla. Materiaaliseen hyvinvointiin liitetään muun muassa elintaso ja toimeentulo, ja hyvinvoinnin terveys-ulottuvuuteen sisältyy sosiaalinen, psyykinen ja fyysinen hyvinvointi. Yksilöllinen kokemus hyvinvoinnista vaihtelee, sillä jokainen yksilö luo oman käsityksen kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista ja siihen vaikuttavista tekijöistä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019c; Teppo 2015, 2–3.)

Keskeisiä hyvinvoinnin tekijöitä ovat elämänlaatu ja sosiaalinen koheesio. Elämänlaatu käsittää elinolojen parantamisen ja subjektiivisen hyvinvoinnin vahvistamisen ja sosiaalinen koheesio taas tarkoittaa eriarvoisuuden ja syrjäytymisen vähentämistä sekä sosiaalisten siteiden ja verkostojen vahvistamista. (Kananoja & Karjalainen 2017, 156–157.) Hyvinvointia voidaan kuvata osallisuutena tavanomaisiin yhteisö- ja yhteiskuntatason toimintoihin, jollaisia ovat esimerkiksi työ ja opiskelu sekä erilaiset harrastukset ja kansalaistoiminta. Yleisenä hyvinvointia kuvaavana tekijänä pidetään ihmisen vaikutusmahdollisuuksia sekä itsensä hyväksymistä ja myönteisiä ihmissuhteita. (Niemelä 2016, 99; Ojanen 2011, 20.)



Elämänlaatu käsittää koetun hyvinvoinnin, terveyden, sosiaaliset suhteet, psyykkisen hyvinvoinnin ja mielekkään tekemisen sekä elinympäristön. Näiden perustekijöiden mukaan ihmiset voivat kokea elämänsä hyväksi, tai heikoksi. (Vaarama, Mukkila & Hannikainen-Ingman 2014, 20, 22.) Elämänlaadun perustekijät toimivat itsessään yksilöiden voimavaroina ja energian lähteinä, mutta sen lisäksi ne vaikuttavat toinen toisiinsa. Esimerkkinä perustekijöiden vaikutuksista toisiinsa Leskinen ja Hult (2017) esittelevät työssä onnistumisen, joka vaatii useasti hyvää henkistä ja fyysistä toimintakykyä, mutta myös motivaatiota, johon ihmiset tarvitsevat henkistä hyvinvointia. Väsymys ja levon puute taas voivat näyttäytyä psyykkisinä oireina ja laskea ihmisten toimintakykyä huomattavasti ja näin ollen vaikuttaa negatiivisesti työssä onnistumiseen. (Leskinen & Hult 2010, 37, 39.)

Vaikka perustekijät ovat yhteydessä toisiinsa, ei koettu elämänlaatu kuitenkaan ole vain jonkin asian, kuten sairauden olemassa oloa tai sen puuttumista. Elämänlaatu voidaan kokea hyväksi, vaikka jokin elämänlaadun perustekijä ei olisi kunnossa. Koettuun elämänlaatuun vaikuttavat yksilön ikä, sukupuoli, sosiaalinen tausta, koulutustaso, ympäröivä kulttuuri, omat kokemukset ja uskomukset, odotukset, toiveet sekä havainnot. (Hämmäinen, Jokinen, Yesil, Hellstedt & Harjula 2009, 41.) Iästä riippumatta koettuun elämänlaatuun vaikuttavat tekijät olivat kaikilla ihmisillä lähes samoja, mutta niiden painotus muuttuu iän myötä. Vaaraman, Mukkilan ja Hannikainen-Ingmanin (2014) tutkimuksen mukaan 18–24-vuotiaana elämänlaadun moniulotteisuus on laajimmillaan ja tärkeiksi elämänlaadun tekijöiksi nousevat kaikki sosiaalisiin, psyykkisiin, fyysisiin ja ympäristöolottuvuuksiin sisältyvät tekijät. 25–69-vuotiaiden kohdalla elämänlaadun moniulotteisuus laskee ja painotukset muuttuvat. Yli 70-vuotiaiden ryhmässä tärkeimmiksi elämänlaadun tekijöiksi nousee terveys ja toimintakyky sekä toimeentulon riittävyys ja tyytyväisyys asuinympäristöön. (Vaarama, Mukkila & Hannikainen-Ingman 2014, 32.)

### **2.3 Yhteisöt ja yhteisöllisyys**

Yhteisö on monelle tuttu työ-, tai perhe-elämästä. Käsitteenä yhteisö ei rajoitu vain omaan perheeseen, tai työyhteisöön, sillä yhteisöiksi voidaan kutsua erilai-

sia ryhmiä esimerkiksi vuorovaikutuksen luonteen ja tavoitteiden mukaan. (Roivainen & Ranta-Tyrkkö 2016, 7.) Ihmiset rakentavat omaa verkostoaan läpi elämän ja syntyessään ihmiset saavat verkostoonsa ensimmäiset tärkeät ihmissuhteet, kuten perheen ja lähisuvun, joiden tarkoitus on turvata ihmiselämän ensimmäisten elinvuosien hoivantarve. Aikaisissa ihmissuhteissa olevat vauriot, tai suhteiden puuttuminen voivat johtaa aikuisiällä ongelmiin uusien suhteiden luomisessa ja niiden ylläpitämisessä. (Palonen 2009, 92.)

Yhteisöillä on sosiaalistava voima ja parhaimmillaan yhteisöt luovat sosiaalista turvallisuutta jäseniensä välillä. Yhteisöllisyys tarkoittaa kuulumisen tunnetta ja yhteisön jäsenten välistä vastavuoroisuutta sekä yhteistyötä. Yhteisöllisyyden periaatteisiin kuuluvat yhdenvertaisuus ja syrjimättömyys. (Lappalainen 2019, 135–137.) Yhdenvertaisuus tarkoittaa sitä, että ketään ei syrjitä ikään, kansalaisuuteen, kieleen, uskonnollisiin ja poliittisiin vakaumuksiin tai terveydentilaan katso-matta. Syrjimättömyydellä tarkoitetaan sitä, että henkilöä ei kohdella huonommin kuin muita minkään henkilökohtaisen ominaisuutensa vuoksi. (Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014; Pimiä 2017.) Yhteisöt voivat parhaimmillaan toimia yksilön voimavaroja lisäävänä lähteenä, mutta kolikolla on aina kääntöpuolensa, eikä kaikki sosiaalinen ole aina positiivista. Yhteisöt voivat pahimmillaan olla yksilöä tukahduttavia, mutta tästä huolimatta negatiiviset suhteet voidaan nähdä voimaannuttavina, sillä negatiiviset suhteet voivat kiihdyttää yksilöiden toimintaa, tunteita, ajattelua tai kriittistä asennetta enemmän, kuin positiiviset. (Korkiamäki, Nylund, Raitakari & Roivainen 2008, 11; Palonen 2009, 100–101.)

Yhteisö on perusta sosiaaliselle pääomalle, joka koostuu muun muassa ihmisten keskinäisestä luottamuksesta vastavuoroisesta tuesta ja jaetuista normeista. Korkiamäki avaa artikkelissaan Putnamin (2000) teoriaa, jossa keskeisessä asemassa on sosiaalisten verkostojen rakenne. Putnam erottelee teoriassaan sitovan ja yhdistävän sosiaalisen pääoman. Sitovalla sosiaalisella pääomalla tarkoitetaan tiiviiden yhteisöjen, kuten perheiden ja ystävyys-suhteiden kaltaisten yhteisöjen tuottamaa solidaarisuutta, luottamusta ja vastavuoroisuutta. Tällaista sosiaalista tukea pidetään ihmisille tärkeänä. Yhdistävä sosiaalinen pääoma taasen liittyy yhteen etäisempiä ystäviä, kuten työtovereita tai kavereiden kavereita. So-

siaalisen pääoman suurin hyöty pääsee esille yhdistävässä pääomassa, eli verkostoitumisessa ja yleistyneessä luottamuksessa sekä sellaisissa ihmissuhteissa, joiden kautta ihmiset pääsevät elämässään eteenpäin. (Korkiamäki 2016, 71–73.)

## **2.4 Hyvinvointia ja terveyttä edistävä toiminta kunnissa**

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on kunnan lakisääteinen perustehtävä. Hyvinvointia ja terveyttä edistävän toiminnan tavoitteena on lisätä terveyttä, hyvinvointia sekä toimintakykyä ja vahvistaa kuntalaisten osallisuutta ja sosiaalista turvallisuutta sekä näiden lisäksi ehkäistä sairauksia ja syrjäytymistä. Kunnissa hyvinvointia ja terveyttä edistävä toiminta on pääosin ennaltaehkäisevää työtä, esimerkiksi osallisuuden edistämistä. (Kuntalaki 410/2015; Terveydenhuoltolaki 1326/2010; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019d; Kaakkuriniemi & von Hertzen-Oosi 2019a, 192.)

Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen aktiivisuus ja toimintatavat eri kunnissa voivat poiketa toisistaan hyvin paljon. Laadukkaimmillaan kunnan jokainen sektori kehittää ja toimii aktiivisesti hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen eteen, kun taas pienimmällä panoksella toimivat kunnat ulkoistavat hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen sosiaali- ja terveystoimelle. Kunnassa hyvinvoinnin ja terveyden edistetään eri toimijoiden välisellä yhteistyöllä esimerkiksi julkisten tahojen, yritysten ja yleishyödyllisten yhteisöjen kesken. Asukkaiden hyvinvointi on yhteydessä kunnan hoitamiin tehtäviin, kuten koulutukseen, liikunta- ja kulttuuripalveluihin, liikennejärjestelyihin ja ympäristön tilaan. Kunnalla tulee olla terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi nimetyt vastuutahot ja kunta seuraa ja arvioi asukkaidensa terveyttä ja hyvinvointia sekä niihin vaikuttavia tekijöitä väestöryhmittäin. (Terveydenhuoltolaki 1326/2010; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019d; Kuntaliitto 2020.)

Kuntien hyvinvointityössä tärkeää ei ole vain terveyden edistäminen yleisesti, vaan kuntien tulee terveyden edistämisen lisäksi tunnistaa eri väestöryhmien terveydellisiä tarpeita sekä turvata jokaiselle hyvinvoinnin edellytyksiä. Kuntien on päätöksenteossaan ja ratkaisuisissaan huomioitava päätösten vaikutukset väestön

sosiaaliseen hyvinvointiin sekä terveyteen. Päätöksiä tehdessä kunnan on tärkeää tehdä ennakoarviointia siitä, kehen päätöksenteon vaikutukset kohdistuvat ja ovatko päätökset myönteisiä vai kielteisiä terveyden ja hyvinvoinnin kannalta. Arvioinnin avulla kunta voi edistää asukkaidensa yhdenvertaisuutta. (Kuntalaki 410/2015; Terveydenhuoltolaki 1326/2010; Rotko, Kauppinen & Palojärvi 2014, 24.)

Kuntaliiton mukaan kunnat tarjoavat kuntalaisille mahdollisuuksia aktiiviseen ja hyvinvoivaan elämään, mutta myös jokaisella kunnan asukkaalla on oma rooli hyvinvoinnin edistäjänä yksilö- ja yhteisötasolla. Kuntalaisen tehtävänä on omien voimavarojen puitteissa huolehtia omasta sekä lähiyhteisönsä hyvinvoinnista ja terveydestä. (Kuntaliitto 2020.) Kuntien terveyttä ja hyvinvointia edistävän työn avulla on mahdollista parantaa väestön elämänlaatua, hillitä sosiaali- ja terveydenhuollon menojen kasvua sekä lisätä työllisyyttä ja tuottavuutta (Lyytikäinen, Koivisto, Savolainen & Rotko 2017, 8, 22; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019d).

## **2.5 Osallisuuden edistäminen**

Osallisuuden edistäminen on osa Suomen hallituksen ja Euroopan unionin tavoitteita. Osallisuuden edistämisen avulla voidaan lisätä ihmisten hyvinvointia ja torjua köyhyyttä sekä ehkäistä syrjäytymistä. Osallisuutta voidaan edistää esimerkiksi sosiaali- ja terveyspalveluissa, työelämässä sekä vapaa-ajan palveluissa. Lähtökohtaisena ajatuksena osallisuuden edistämässä on yksilöiden hyvinvoinnin lisääminen, joka heijastuu yhteiskuntaan takaisin sosiaalisena kestävytenä, eheytenä ja luottamuksen lisääntymisenä. Osallisuustyö täydentää hyvinvointijärjestelmää ja parhaimmillaan työ yhdistää ihmiset, palvelut ja elinkeinoelämän toisiinsa (Raivio & Karjalainen 2013, 12, 16; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019e; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019f.)

Osallisuuden edistäminen voi tapahtua monella tapaa, yksi tapa on tukea ihmisten osallistumismahdollisuuksia sekä vaikuttamismahdollisuuksia omassa elämässä, lähipiirissä sekä yhteiskunnan tasolla. Sen edistäminen voi olla oikeanlaista ja riittävää tukea arjesta selviytymiseen itsenäisesti, huomioiden yksilöiden

fyysinen, psyykinen ja taloudellinen puoli. Osallisuutta voi edistää myös tuke-  
malla yksilöiden työelämään pääsyä ja siellä pysymistä. Tällä edistämisellä luodaan  
pohjaa ihmisten aktiiviselle osallistumiselle, joka on vahvasti yhteydessä  
osallisuuden kokemukseen. Osallisuuden edistäminen on hyvinvointia ennalta tu-  
kevaa työtä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019a; Terveyden ja hyvinvoinnin  
laitos 2019f; Ilmonen 2019a, 31; Särkelä-Kukko 2019, 231–232, 250.)

Heikoimmassa asemassa oleva ihminen toimii hyvänä mittarina sille, onko osal-  
lisuutta edistävä toiminta ihmisiä tavoittava. Kun heikoimmassa asemassa olevan  
ihmisen on mahdollista ottaa toimintaan osaa sekä kuulua joukkoon, osallisuuden  
edellytykset ovat myös muille hyvät. Osallisuuden edistäminen voidaan nähdä  
investointina yhteiskunnassa. Jos ihminen on koko ajan ulkona kaikesta, on sillä  
negatiivisia vaikutuksia hänen toimintakykynsä sekä hyvinvointiinsa. Korjaavat  
hoitotoimenpiteet tulevat tällöin monta kertaa kalliimmaksi verrattuna pienillä kus-  
tannuksilla tuotettuihin osallistumismuotoihin, kuten mukanaoloon yhteisöissä.  
(Kaakkuriniemi & von Hertzen-Oosi 2019, 192.; Ilmonen 2019a, 31; Ilmonen  
2019b,193.)

## **2.6 Ennaltaehkäisevän työn näkökulma**

Ennaltaehkäisevän työn tarkoitus on ehkäistä ongelmien syntymistä ennalta.  
Työn tehtävänä on ennakoita ja ehkäistä sellaisia riskitekijöitä, jotka ovat, tai voi-  
vat olla haitallisia hyvinvoinnille. Työhön kuuluu haittojen ja riskien poistaminen,  
mutta myös olemassa olevien haittojen lieventäminen. Ennaltaehkäisevä työ  
nähdään usein vain sosiaali- ja terveydenhuollon tehtävänä, kuitenkin työ on yh-  
teisvastuullista toimintaa, mikä tarkoittaa, että vastuu työstä kuuluu sosiaali- ja  
terveydenhuollon lisäksi muillekin toimijoille. Lisäksi jokaisella yksilöllä on vastuu  
huolehtia itsestään sekä oman lähiyhteisönsä hyvinvoinnista voimavarojensa sal-  
limissa rajoissa. (Kananoja, Marjamäki & Lähtinen 2011, 152.)

Ehkäisevästä työstä on säädetty muun muassa laissa ehkäisevän päihdetyön jär-  
jestämisestä, jonka tarkoituksena on ennaltaehkäistä alkoholin, tupakan,  
huu§mausaineiden ja muiden päihtymiseen käytettävien aineiden sekä rahape-  
laamisen aiheuttamia haittoja. (Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä

523/2015.) Terveysthuoltolaissa säädetään sairauksien ennaltaehkäisystä sekä mielenterveyden ja elämänhallinnan edistämisestä (Terveysthuoltolaki 1326/2010). Sosiaalihuoltolaissa kunnallisten viranomaisten tehtävänä on poistaa epäkohtia ja ehkäistä epäkohtien syntyä jokaisessa ikäryhmässä. (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014).

Ehkäisevään työhön ei ole yhtä oikeaa toimintatapaa, vaan sitä toteutetaan usealla eri tavalla kunnissa. Esimerkiksi kuntien ennaltaehkäisevässä suunnittelussa ja toiminnassa huomioidaan asuminen, asuinympäristö, koulutus, työ, liikkuminen, lähipalvelut sekä vapaa-aika ja kulttuurin toimivuus, sillä näiden toimivuus vaikuttaa hyvin paljon siihen, onko ihmisten jokapäiväinen toimintaympäristö hyvinvointia tukeva vai sisältääkö se syrjäyttäviä elementtejä. Ehkäiseviä palveluita ovat esimerkiksi perhepalvelut, nuorisotyö, lähiliikunta ja koulujen tukipalvelut. Ennaltaehkäisevään työhön kuuluu olennaisesti varhainen puuttuminen, jolla voidaan tarkoittaa esimerkiksi lasten ja nuorten varhaista auttamista tarkoituksena ehkäistä syrjäytymistä ja näin ollen työtä painottamalla voidaan vähentää eriarvoistumista. Vaikka ennaltaehkäisevälle työlle on monia mahdollisia toimintatapoja ja palvelumalleja, kaikella ehkäisevällä työllä pyritään ehkäisemään ongelmien syntyä. Työn tarkoituksena on tarjota apua oikeaan aikaan ennen ongelmien kärjistyä. Ennaltaehkäisevällä työllä on mahdollista lisätä kuntalaisten hyvinvointia ja sitä kautta luoda kunnalle säästöjä. (Hannula & Kaukonen 2017; Kananoja ym. 2011, 153; Ehyt ry 2020.)

### **3 Matalan kynnyksen toiminta**

#### **3.1 Matalan kynnyksen palvelut**

Törmä kuvaa matalan kynnyksen käsitettä helppona pääsynä ja vaivattomana ryhtymisenä johonkin (Törmä 2009, 164). Matalan kynnyksen toiminnassa olennaista on asiakaslähtöinen orientaatio, jossa palvelut viedään lähelle ihmistä. Periaatteena on, että palvelua voi käyttää nimettömänä, joten tästä syystä henkilökohtaisia tietoja ei yleensä kirjata ylös. (Jämsén & Tahvanainen 2014, 22, 24.) Käsitteenä matalaa kynnystä on aloitettu käyttämään Suomessa 1980-luvulla

huumeiden käyttäjien hoitojärjestelmässä. Tuolloin matalan kynnyksen strategialla autettiin huumeiden käyttäjiä vähentämällä huumeista heille aiheutuvia haittoja, eikä palvelun saanti vaatinut palvelun käyttäjältä elämäntapamuutosta. Matalan kynnyksen käsite vakiintui käyttöön 1990-luvun puolessa välin, kun A-klinikasäätiö perusti ensimmäisen neulojen ja ruiskujen vaihtopisteen Helsingin Kallioon. Nykyään matalan kynnyksen käsite esiintyy palveluissa paljon aiempaa laajempaan ja tänä päivänä matalan kynnyksen palveluista puhutaan silloin, kun palveluun voi hakeutua ilman asiakkuutta, lähetettä, tai ajanvarausta. (Törmä 2009, 164–165.)

Suomessa jokaisella on oikeus saada erilaisia sosiaali-, terveydenhuollon-, ja hyvinvoinnin palveluita, mutta käytännössä palveluiden saanti ei ole jokaiselle mahdollista, sillä usein ne vaativat palveluun hakeutumista, joka taas edellyttää sitä, että yksilöllä on riittävät tiedot, taidot ja voimavarat hakeutua palveluiden piiriin. Palveluiden ulkopuolelle jäämisen syitä voidaan löytää niin yksilön tasolta, mutta myös palvelujärjestelmästä, sillä palvelun saatavuutta heikentäviä seikkoja ovat esimerkiksi vaikea tavoitettavuus ja pitkät jonot julkisissa palveluissa. (Leemann & Hämäläinen 2015, 1–4, 8; Törmä 2009, 164–165.)

Jämsén ja Tahvanainen jakavat matalan kynnyksen toiminnat kolmeen eri kategoriaan. Näitä ovat kohtaamispaikat, itsehoitopisteet sekä matalan kynnyksen julkiset palvelut. Matalan kynnyksen kategorisoinnissa erilaisille toiminnoille ei voida vetää täysin suoraa rajapintaa, sillä toimintojen ideat sekoittuvat käytännön tasolla usein keskenään. Itsehoitopisteet ovat kaikille avoimia ja maksuttomia pisteitä, jotka ovat vapaasti käytettävissä ja jotka toimivat usein julkisten tilojen, tai yhdistysten tiloissa avointen ovien periaatteella. Hyvänä esimerkkinä tällaisesta toiminnasta ovat terveystieteet, joissa voi omatoimisesti muun muassa mittauttaa verenpaineensa ja saada tietoa terveyden ja hyvinvoinnin edistämisestä. (Jämsén & Tahvanainen 2014, 22–23.) Matalan kynnyksen julkiset palvelut tarjoavat kävijöilleen asioimisapua, jolla voidaan saavuttaa puuttunut yhteys esimerkiksi oppilaitokseen, työvalmentajaan, tai terveydenhoitajaan. Asioimisapu ja neuvonta ovat perustavanlaatuisia palveluita silloin, kun ihminen ei osaa, tai ei pysty hoitamaan asioitaan yksin. (Isola ym. 2017, 26, 45; Jämsén & Tahvanainen 2014, 23–24.)

Käyttäjilleen matalan kynnyksen palvelupisteet edustavat kevyttä hallintorakennetta, ja niihin voi niin sanotusti vain kävellä sisään ilman byrokraattisia prosesseja, kuten asiakkuutta. (Jämsén & Tahvanainen 2014, 23–24). Matalan kynnyksen palvelut tarjoavat usein päivätoimintaa sekä kohtaamis- ja harrastusmahdollisuuksia, joissa voi harjoitella ja ylläpitää sosiaalisia taitoja sekä päästä sosiaalisiin verkostoihin. Matalan kynnyksen tilat vahvistavat autonomiaa, etenkin jos niissä tarjotaan vaihtoehtoista tekemistä, erilaisia ryhmiä tai yksilöllistä tukea. Tällaisten tilojen luonteeseen kuuluu, että niissä mietitään ja ideoidaan toimintaa yhdessä osallistujien kanssa. Asiakkaiden aktivointi, voimaantuminen ja oma-aloitteisuuden harjoittaminen kuuluvat keskeisiin toimenpiteisiin ja tavoitteisiin. (Leemann & Hämäläinen 2015, 3; Isola ym. 2017, 26.) Kananojan ja Karjalaisen mukaan matalan kynnyksen palvelut ovat osoittautuneet otolliseksi tavaksi käynnistää ja vahvistaa yhteistyötä ongelmien kärjistymisen ehkäisemiseksi (Kananoja & Karjalainen 2017, 161).

### **3.2 Kohtaamispaikkatoiminta**

Kohtaamispaikat ovat matalan kynnyksen periaatteella toimivia tiloja, jotka voivat olla kaikille avoimia, tai kohdennettu jollekin tietylle ikä-, tai asiakasryhmälle. Tietyille asiakas-, tai ikäryhmälle suunnatuissa kohtaamispaikoissa paikan sisältö voidaan kohdentaa yhden asiakasryhmän tarpeita ja toiveita vastaavaksi. Esimerkkejä kohdennetuista kohtaamispaikoista ovat perheille suunnatut perheentalot, nuorille ja asunnottomille suunnatut yökahvilat ja mielenterveys- ja päihdekuntoutujille suunnatut päivätoimintakeskukset. Kohtaamispaikkojen palvelun sisältö muotoutuu kävijäkunnan ja kohderyhmän tarpeiden mukaan. (Jämsén & Tahvanainen 2014, 23.)

Kohtaamispaikat poikkeavat toisistaan toiminnan luonteen, sisällön ja toimintamahdollisuuksiensa suhteen. Paikoissa yleistä on toimia jokaiselle jotakin -periaatteella, huomioiden osallistujien kiinnostus, motivaatio ja tarpeet. Toimintaan ei ole pakko osallistua, vaan kohtaamispaikkaa voi käyttää myös vapaamuotoiseen oleskeluun. (Miikkulainen & Niskanen 2007, 15, 18.) Kohtaamispaikkatoimin-



nassa ominaista on yhdessä tekemisen periaate, jolla pyritään vahvistamaan kokemusta osallisuudesta. Palvelun luonteeseen kuuluu, että toimintaa toteutetaan yhdessä kävijöiden kanssa ja usein aktiiviset kävijät antavatkin oman panoksensa toiminnan ideointiin, suunnitteluun ja toteutukseen. (Hokkanen 2014, 67; Isola ym. 2017, 26; Jämsén & Tahvanainen 2014, 22–23.) Ikääntyvälle väestölle kohtaamispaikat voivat toimia väylänä yhteiskunnalliseen osallistumiseen ja omatoimisuuden ylläpitämiseen. (Miikkulainen & Niskanen 2007, 18).

Osallisuuden lisääminen on kohtaamispaikkatoiminnassa ominaista ja osallisuus toimii vastavoimana syrjäytymiselle. Kohtaamispaikat täydentävät sosiaalipalveluita, sillä kohtaamispaikkojen tuottama vertaistuki on sellaista, jota ei voida korvata millään muulla palvelulla. Paikka voi toimia kuntouttavana ja elämönhallintaa tukevana paikkana, sillä kohtaamispaikoissa kävijöillä on mahdollisuus yhteisen toiminnan kautta kokea olevansa osa yhteisöä. Yhteisöön ja yhteenkuuluvuuden tunteella on voimaannuttava vaikutus ihmisten elämään. (Jämsén & Tahvanainen 2014, 22; Miikkulainen & Niskanen 2007, 32.)

#### **4 Aiemmat opinnäytetyöt**

Yksi käyttäjien kokemukseen perustuvan laadullinen tutkimus on Ville Vierimaan (2015) laadullinen opinnäytetyö Olkkarin kävijöiden kokemuksista. Olkkari on kokemusasiantuntijoiden yhteydenpitoon ja matalan kynnyksen toimintaan tarkoitettu paikka, joka on käynnistynyt vuonna 2010 Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin Pohjanmaa-hankkeessa. Opinnäytetyössä selvitettiin matalan kynnyksen kohtaamispaikka Olkkarin merkitystä sekä vaikutusta kävijöiden elämään ja hyvinvointiin. Opinnäytetyön aineisto kerättiin teemahaastattelun avulla, johon Vierimaa haastatteli seitsemää Olkkarin kävijää, jotka olivat iältään noin 30–60-vuotiaita. Selvityksen tuloksissa käy ilmi, että Olkkari oli kävijöilleen tärkeä ja merkittävä paikka, jossa kävijät saivat itselleen vertaistukea ja kokemuksen osallisuudesta, jolla oli positiivisia vaikutuksia kävijöiden itsetuntoon. Paikalla oli kävijöilleen positiivinen merkitys, joka heijastui myös Olkkarin ulkopuolisessa elämässä. (Vierimaa 2015, 2, 6, 23–24, 26–37.)

Niina Jalon (2015) laadullinen opinnäytetyö tutki kävijöiden kokemuksia avoimesta kohtaamispaikasta Kiesissä. Kiesi on Kaarinassa sijaitseva mielenterveyskuntoutujien matalan kynnyksen kohtaamispaikka, jonne ovat tervetulleita kaikki toiminnasta kiinnostuneet. Opinnäytetyön aineisto kerättiin puolistrukturoitujen yksilöhaastattelujen sekä kyselylomakkeen avulla. Kyselylomakkeeseen vastasi 26 kävijää ja yksilöhaastatteluun osallistui kuusi kävijää. Haastattelusta selvisi, että Kiesin toimintaan sisältyvä ryhmätoiminta koettiin monipuoliseksi ja tärkeäksi. Kävijät kokivat Kiesin tarjoaman toiminnan mielekkääksi. Kiesi vaikutti kävijöiden arkeen muun muassa päivärytmin muodossa, liikuntatottumuksia lisäämällä ja antamalla intoa harrastuksiin. Kävijät kertoivat oppineensa uusia taitoja, kuten ihmisten arvostusta, taidetta, käsitöitä ja karaokea ja osa haastateltavista oli siirtänyt taitoja myös vapaa-ajalleen. (Jalo 2015, 2, 7, 26, 31–36.)

Annika Forth ja Jasmin Laine (2015) tarkastelivat opinnäytetyössään Turun NMKY:n nuorten aikuisten matalan kynnyksen kohtaamispaikka Toivon merkitystä kävijöiden arjessa. Toivo on suunnattu 17–28-vuotiaille nuorille, joilta puuttuu säännöllinen tekeminen arkisin, tai joille muut palvelut ovat sellaisenaan riittämättömiä. Toivon tarkoituksena on mahdollistaa nuorten keskinäinen kohtaaminen paikassaan, jossa jokainen kävijä huomioidaan yksilönä sekä osana yhteisöä. Opinnäytetyön selvitys toteutettiin teemahaastatteluna ja haastatteluun osallistui 10 henkilöä, jotka olivat iältään 21–29-vuotiaita. Tuloksista selviää, että Toivossa käynnit olivat lisänneet kävijöiden sosiaalisia kontakteja ja arjen yksinäisyyden oli koettu vähentyneen Toivossa käymisen myötä. Jokaisessa haastattelussa nousi esille arjen parantuminen, jonka syyksi kerrottiin sosiaalisten verkostojen laajeneminen, kuten ystävien löytäminen Toivosta. Kohtaamispaikka Toivo vaikutti tulosten mukaan positiivisesti kävijöiden mielenterveyteen sekä fyysiseen jaksamiseen. (Forth & Laine 2015, 2, 6, 26–27, 30, 32, 35, 38–44.)

## 5 Opinnäytetyön lähtökohdat

### 5.1 Opinnäytetyön toimintaympäristö

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi matalan kynnyksen kohtaamispaikka Yhteisötalo Satama, jonka toiminta on osa Joensuun kaupungin hyvinvointipalveluiden omaa kaikille avointa ja maksutonta toimintaa. Sataman toiminnan tavoitteena on lisätä hyvinvointia ja osallisuutta sekä ylläpitää toimintakykyä. Matalan kynnyksen kohtaamispaikka Satama on ollut toiminnassa elokuusta 2017 lähtien. Yhteisötalo Satama on avoinna arkisin kello 10.00–15.00. (Kiiskinen 2019; Yhteisötalo Satama 2020.)

Satamalle voi tulla lukemaan päivän lehden, tapaamaan muita ihmisiä tai osallistumaan erilaisiin toiminnallisiin tuokioihin. Satamalta löytyy lautapelejä, liikuntavälineitä, soittimia sekä tarvikkeita niin neulontaan, maalaukseen kuin leivontaan. Kävijöistä noin 60 prosenttia on ikäihmisiä ja 40 prosenttia työikäisiä. Kävijöiden toimintakykyä lisätään yhdessä tekemisen periaatteella. Kävijät voivat osallistua talon arkisiin tehtäviin, kuten leipomiseen ja pihatöihin, toimintaan osallistuminen on aina vapaaehtoista. (Kiiskinen 2019; Yhteisötalo Satama 2020.) Yhteisötalo Satama toimii monisukupolvisena kohtaamispaikkana, jonka ideana on saattaa eri-ikäisiä ja eri elämäntilanteissa olevia ihmisiä luontevasti yhteen. Hyvinvointia edistetään tarjoamalla taide- ja kulttuurikokemuksia, joiden kautta kävijöillä on mahdollisuus kokea uusia elämyksiä ja tunnetiloja niin tekijänä, kuin kokijana. Kävijöillä on myös mahdollisuus suunnitella ja toteuttaa toiminnan sisältöä itse. (Kiiskinen 2019.)

Satamalla kävijät kohdataan yksilöllisesti, ammatillisesti ja tasa-arvoisesti. Satamalla kuunnellaan, kannustetaan ja tuetaan ihmisiä. Yhteisötalo Satama auttaa kävijöitään tarpeen mukaan eteenpäin erilaisten palveluiden, kuten mielenterveys- ja päihdepalveluiden, KELAn sekä työllisyyspalveluiden piiriin, lisäksi Satamalta saa apua erilaisten lomakkeiden ja kaavakkeiden täyttämiseen. Kävijöitä aktivoidaan myös muiden kohtaamispaikkojen, tapahtumien ja harrastusten piiriin esimerkiksi vinkkaamalla ja mainostamalla erilaisista tapahtumista, palveluista ja harrastetarjonnasta. Yhteisötalo Satama tekee tiivistä yhteistyötä ammatillista

koulutusta tarjoavan Riverian sekä Karelia-ammattikorkeakoulun kanssa tarjoamalla opiskelijoille eri pituisia harjoittelupaikkoja. (Kiiskinen 2019; Yhteisötalo Satama 2020.)

## 5.2 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää kävijöiden kokemuksia Yhteisötalo Sataman toiminnoista. Selvityksen on tarkoituksena palvella Satamaa tulevaisuudessa sellaisissa tilanteissa, joissa Sataman toiminnan sisältöä ja siitä syntyneitä kävijäkokemuksia halutaan esitellä. Tässä opinnäytetyössä tutkimuskysymyksiä oli kaksi, jotka valikoituivat yhdessä toimeksiantajan kanssa opinnäytetyön selvityksen reunaehdoja määriteltäessä:

1. Millaisia kokemuksia kävijöillä on Yhteisötalo Satamalla käynneistä ja Satamalla järjestettävistä toiminnoista?
2. Millaisia kehittämisideoita ja toiveita kävijöillä on Yhteisötalo Satamalle?

## 6 Opinnäytetyön menetelmät ja toteutus

### 6.1 Laadullinen tutkimus

Tämän opinnäytetyön tutkimus on laadullinen. Laadullisen tutkimuksen lähtökohdaksi pidetään todellisen elämän kuvaamista ja tavoitteena on ilmiöiden ymmärtäminen tutkittavien näkökulmasta. Laadullinen tutkimus keskittyy nimensä mukaisesti tutkimaan määrän sijasta laatua. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 173.)

Laadullinen tutkimus alkaa aiheen valinnasta. Aihetta valitessa on syytä pohtia ja tarkastella tutkimustehtävää, aiheesta kertovaa kirjallisuutta, aineiston keräämistä ja sen analyysiä, raportin kirjoittamista ja jo seuraavia tutkimuksia aiheesta. Valintakriteereitä tutkimukselle ovat muun muassa se miten kiinnostava aihe on,

miten aiheesta on saatavilla tietoa ja onko aihe sellainen, että tutkijan kyvyt pääsevät esille ja onko aihe toteutettavissa ajallisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 174.)

Aiheen hahmottelun jälkeen laadullisessa tutkimuksessa on vuorossa aiheeseen liittyvään kirjallisuuteen tutustuminen, joka auttaa hahmottamaan tutkimustehtäviä oman alan näkökulmasta. Tutkimustehtävän määrittelyn jälkeen alkaa pohdinta siitä, miten tehtävään olisi järkevää hakea ratkaisua. Tässä vaiheessa perehdytään aiempaan tutkimustietoon sekä laadullisen tutkimusotteen metodologiaan. Riippuen siitä minkälaisen laadullisen tutkimuksen perinteen polkuja selvitys etenee, aineiston keruu ja analyysi voivat olla tiukasti yhteen kietoutuneita tai sitten täysin erillisiä tapahtumia toisistaan. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 175.)

Opinnäytetyön aihe valikoitui omasta kiinnostuksestani selvittää matalan kynnyksen kohtaamispaikka Yhteisöotalo Sataman kävijöiden kokemuksia. Valitsin laadullisen tutkimusmenetelmän opinnäytetyöhön, sillä laadullisen tutkimuksen ideana on kuvata todellista elämää. Tutkimusmenetelmän valintaa ohjasi erityisesti opinnäytetyön selvityksen aihe.

## 6.2 Opinnäytetyöprosessi

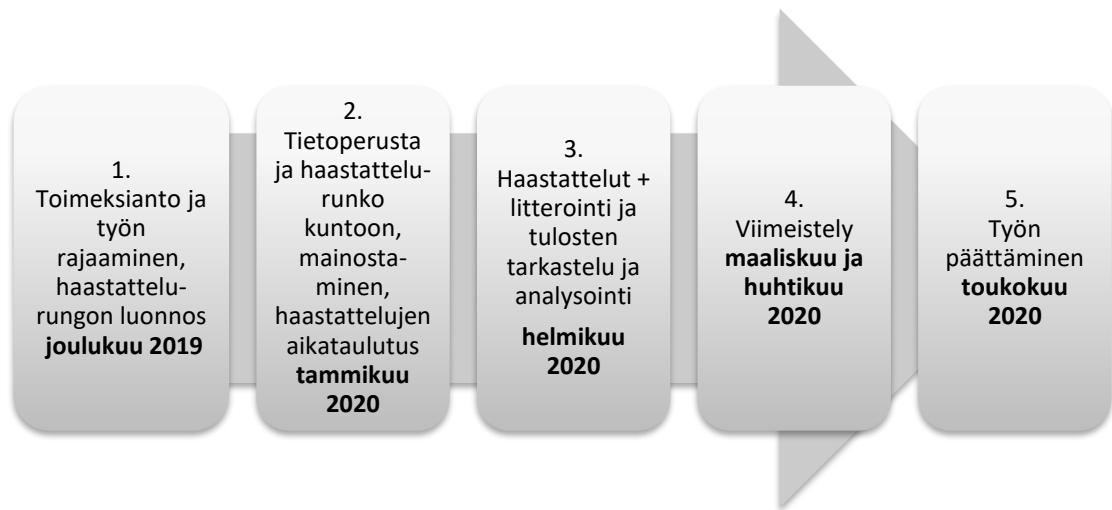
Vilkan mukaan tutkimusprosessin kulku voidaan jakaa viiteen vaiheeseen (Vilka 2015, 56).



Kuvio 2. Opinnäytetyöprosessin kulku (mukailtu Vilka, 2015, 56.)

Prosessissa neljä ensimmäistä osiota nivoutuvat tiiviisti yhteen. Tutkimusta ohjaavat päätökset tehdään ideatasolla ja sitoutumisvaiheessa. (Vilka 2015, 56.) Kun tutkimuksen aihe on valikoitu, tutkija tarkentaa ideatasolla sitä, mitä ollaan tutkimassa (Vilka 2015, 59). Ideatasolla tutustuin eri tutkimusmenetelmien mah-

dollisuuksiin ja niiden käytettävyyteen opinnäytetyön selvityksessä. Tässä vaiheessa opinnäytetyö sai karkeat raamit ja menetelmälliset valinnat selkeytyivät, luonnostelin paperille opinnäytetyön tavoitetta ja tutkimuskysymyksiä. Aloitin haastattelurungon työstämisen ja luonnostelin työn aikataulutusta. Opinnäytetyön aikataulutusta olen alusta asti kuvannu kuvion 3 avulla.



Kuvio 3. Opinnäytetyön aikataulutus (Kannas 2020)

Opinnäytetyön etenemisen kannalta ei ollut tarpeellista aikatauluttaa työskentelyä päiväkohtaisesti, sillä opinnäytetyö on toteutettu yksin, jonka vuoksi kuukausitavoitteet olivat riittäviä. Opinnäytetyön teon aikana osallistuin lukupiiriin, eli opinnäytetyön ohjaukseen. Aloitin opinnäytetyön teon tutustumalla Yhteisötalo Sataman toimintakertomukseen sekä matalan kynnyksen kohtaamispaikoista aiemmin tehtyihin opinnäytetöihin.

Sitoutumisvaiheeseen kuuluvat tutkimussuunnitelman, tutkimuslupien sekä rahoitussuunnitelman teko (Vilkkä 2015, 57). Rahoitussuunnitelmaa ei opinnäytetyölle ollut tarvetta tehdä, sillä opinnäytetyöstä ei tullut kuluja. Tutkimussuunnitelma on kirjallinen sopimus toteutettavasta tutkimuksesta ja tutkimuskäytännöistä, joka syntyy ideavaiheen pohdintojen ja muistiinpanojen pohjalta. Suunnitelmassa ilmenee tutkimuksen kannalta oleellisia asioita. (Vilkkä 2015, 75–76.) Sitoutumisvaiheeni ajoittui joulukuulle 2019 ja tammikuulle 2020. Tein opinnäytetyön tutkimussuunnitelman tutkimuslupahakemuksen liitteeksi. Tutkimusluvut allekirjoitettiin joulukuussa 2019 ja niiden lisäksi teimme erillisen toimeksiantosopimuksen Yhteisötalo Sataman kanssa.

Haastattelurungon (liite 1) luominen on ollut opinnäytetyössä oma prosessinsa, jonka työstäminen alkoi jo ideatasolla joulukuussa 2019. Haastattelurunkoa lähdin luomaan alustavien tutkimuskysymysten pohjalta erilaisiksi teemakokonaisuuksiksi. Ideatasolla muotoilin ensiksi muutamia kysymyksiä, joilla hain suuntaa opinnäytetyön selvitykselle. Alustavan haastattelurungon valmistuttua sain kommentit niin toimeksiantajalta, kuin myös hänen esimieheltään ja reunaehdoja opinnäytetyön selvitykselle tarkennettiin yhdessä toimeksiantajan kanssa. Käytännössä tämä tarkoitti sitä, että tietyt kysymykset ja aiheita syvennettiin ja osasta haastattelurungon kysymyksistä luovuttiin kokonaan. Rajauksen jälkeen haastattelurunko oli luonnosteltu karkeiksi teema-alueiksi ja kysymyksiksi. Tämän avulla pääsin työstämään mainosta (liite 2) tulevista haastatteluista. Mainos julkaistiin Satamalla heti tammikuun 2020 alussa. Mainoksessa ilmoitetut teemat löytyivät lopullisesta haastattelurungosta, mutta kysymykset teemojen sisällä muokkautuivat vielä useaan otteeseen mainoksen ilmestymisen jälkeen. Tärkeimmäksi haastattelurungon toimivuutta mittaavaksi tekijäksi nousi testihaastattelu, jonka avulla huomasin, että kysymykset olivat hieman liian strukturoituja ja tästä syystä muotoilin kysymyksiä avoimemmaksi. Testihaastattelun perusteella yksi kysymys jäi kokonaan pois ja viimeisen pienen muutoksen haastattelurunkoon tein juuri ennen ensimmäisen haastattelun alkua.

Tutkimuksen toteuttaminen tarkoittaa käytännön toteutusta suunnitelman mukaisesti. Toteuttamiseen sisältyy neljä pääkohtaa, joita ovat aineiston hankinta ja sen muokkaaminen sellaiseen muotoon, jossa sitä voidaan tutkia, analyysi ja tulosten tulkinta. Toteuttamiseen kuuluu lisäksi, että tuloksista tehdään johtopäätökset ja pohditaan hyödynnettävyyttä ja jatkokehitysmahdollisuuksia. (Vilka 2015, 79.) Ennen kuin haastattelut voitiin aloittaa, minun oli löydettävä haastateltavat henkilöt selvitystä varten. Yhteisötalo Satamalla olleen mainoksen (liite 2) ansiosta mukaan ilmoittautui kaksi henkilöä. Kävin mainostamassa haastatteluja Yhteisötalo Satamalla ja sain kahden itse ilmoittautuneen lisäksi mukaan kolme henkilöä.

Aineiston hankinta tapahtui teemahaastattelun avulla helmikuussa 2020. Haastatteluun osallistui yhteensä viisi henkilöä, joista kaksi olivat miehiä ja kolme naisia. Ennen haastattelujen alkua jokainen haastateltava oli nähnyt mainoksen

(Liite 1) jossa kerrottiin opinnäytetyön selvityksen aiheesta Ennen haastatteluaikojen sopimista haastateltavat allekirjoittivat suostumuslomakkeen (Liite 3) jossa haastateltavat antoivat muun muassa suostumuksen kokemustiedon keräämiseen ja heillä oli tieto siitä, mihin tietoa tullaan käyttämään. Tämän jälkeen sovimme haastattelupäivän, -paikan ja alkamisajan. Jokainen haastattelu tapahtui sovittuna päivänä ja vain yhden haastattelun alkamisajankohtaa jouduttiin siirtämään haastateltavan pyynnöstä. Haastattelupaikkoina toimivat kolmessa haastattelussa Yhteisöotalo Sataman tilat, yhdessä haastattelussa haastateltavan koti ja yksi haastattelu toteutui muissa tiloissa. Tilat valikoituivat haastateltavien toiveiden mukaisesti sekä mahdollisuuksien mukaan käyttää Sataman tiloja.

Haastatteluja edelsi vapaamuotoinen keskustelu, jolla pyrin luomaan haastattelutilanteesta mahdollisimman luonnollisen ja vapautuneen. Yleisen keskustelun lisäksi kävin ennen haastattelun alkua läpi nauhoitukseen liittyviä asioita, kuten selkeän puheäänien käyttö ja varmistin ennen haastattelun alkua, että nauhoitus sopi haastateltavalle. Muistutin siitä, että haastattelussa ei ole oikeita tai vääriä vastauksia ja ettei ole olemassa sellaista asiaa, jota haastattelussa ei saisi sanoa. Lisäksi muistutin mahdollisuudesta keskeyttää haastattelu missä vaiheessa tahansa ja taukojen mahdollisuudesta. Jokainen haastattelu tallennettiin ja haastattelurungon teemat käytiin läpi siinä järjestyksessä, joka oli keskustelun kannalta luontevaa. Haastatteluiden kesto vaihteli reilusta puolesta tunnista hieman yli kolmeen vartiin ja haastattelun päättymiseen liittyi vapaamuotoinen keskustelu sekä haastateltavan kiittäminen.

Ensimmäinen aineiston muoto oli tallenne, josta litteroin aineiston tutkittavaan muotoon Word-tekstinkäsittelyohjelmalla. Ennen litterointia kuuntelin nauhoitteen kertaalleen läpi ja tämän jälkeen ryhdyin kirjoittamaan. Tallenteet litteroin sanasta sanaan auki samana päivänä, kun haastattelu toteutui. Käytin litteroinnissa erilaisia symboleita, joilla kuvasin litteroijan lisäämiä sanoja, epävarmasti kuultuja sanoja sekä kesken jääneitä lauseita ja sanoja. Litterointi oli hidasta ja tarkkuutta vaativaa puuhaa. Kun haastattelu oli litteroitu, kuuntelin tallenteen uudestaan ja samalla tarkistin, että litteroitu teksti vastaa tallennetta. Totesin toisen kuuntelukierroksen olevan hyväksi, sillä sen avulla pystyin välttämään mahdolliset virheet.



Opinnäytetyön analyysi toteutui teemoittelun avulla. Litteroinnin jälkeen koodasin aineiston karkeasti kahden tutkimuskysymyksen alle. Koodausta tehdessä havaintoyksikköinä toimivat lauseet, jotka vastasivat tutkimuskysymyksiin joko Satamalta saaduista kokemuksista, tai terveisistä ja kehitysideoista. Tällä tavalla aineistosta rajautuivat pois sellaiset lauseet, jotka eivät vastanneet tutkimuskysymyksiin. Koodaus tapahtui leikkaa ja liimaa tyyppisesti. Ensimmäiseksi tulostin litteroidun tekstin paperille, josta leikkasin tutkimuskysymyksiin vastaavia lauseita ja jaottelin ne tutkimuskysymysten alle. Koodauksen jälkeen minulla oli kolme nippua lauseita, joista kahdessa oli vastauksia tutkimuskysymyksiin ja yksi nippu käsitti pois rajatun aineiston. Tarkastelin pois rajatun aineiston vielä kertaalleen kriittisesti, sillä ajatuksella, jos sieltä löytyisi jotain sellaista yhdistävää tekijää, mikä ei liity tutkimuskysymyksiin, mutta mikä olisi hyvä tuoda esille tuloksia tarkastellessa. Poisjätetyt lauseet eivät sisältäneet yhdistäviä tekijöitä, joten aineiston rajaus ei tästä syystä myöskään muuttunut. Aineiston rajauksen jälkeen jaottelin tutkimuskysymyksiin vastaavat lauseet yhdistävien tekijöiden mukaan ja aloitin aineiston teemoittelun. Lopulliset teemat vastaavat tutkimuskysymyksiin Satamalla syntyneistä kokemuksista ja kehitysideoista sekä terveisistä. Tuloksia esitellessä pyrin jättämään oman tulkintani mahdollisimman pieneksi, sillä halusin esittää haastateltavien sanoman sellaisena, kuin se oli haastattelussa minulle esitetty. Tuloksien tulkinta tapahtui lähinnä aineiston koodauksen aikana lopullisten teemojen kautta.

Tutkimusprosessin neljäs vaihe on kirjoittaminen. Kirjoittaminen ei ole vain erillinen vaihe tutkimuksessa, vaan se on osa tutkimusta aina ideatasolta lähtien. Opinnäytetyössä kirjoittamista ovat erilaiset muistiinpanot ja väliraportit. (Vilka 2015, 79–80.). Kirjoittamista tapahtui opinnäytetyönprosessin aikana niin raportoinnissa, kuin myös ideoidessa muistiinpanoina, pidin myös päiväkirjaa ja yksi suuritöisin kirjoittaminen raportoinnin ohella oli haastattelusta syntyneiden tallenteiden litterointi. Tutkimusprosessin viimeinen vaihe on tutkimuksen tiedottaminen. Opinnäytetyön kohdalla tiedottaminen on sitä, että tutkimustulokset saataan toimeksiantajan hyödynnettäväksi (Vilka 2015, 85). Opinnäytetyön valmistuttua toimitin toimeksiantajalle opinnäytetyön sähköpostitse.

### 6.3 Teemahaastattelu ja haastattelun sisällön suunnittelu

Laadullista tutkimusmenetelmää käyttäessä tutkimusaineistoa voidaan kerätä useilla tavoilla. Teemahaastattelu on yleinen tutkimushaastattelun muoto ja se on vaihtoehto laadullisessa tutkimusmenetelmässä lomakehaastattelulle sekä avoimelle haastattelulle. Teemahaastattelun oletuksena on, että sen avulla voidaan tutkia kaikkia yksilön kokemuksia, ajatuksia ja tunteita. Haastattelussa korostetaan haastateltavien tulkintoja asioista. Tutkimuksissa haastattelut voidaan toteuttaa niin ryhmissä, pareittain kuin myös yksilöhaastatteluina. Näistä yksilöhaastattelu on tavallisin omakohtaisen kokemuksen tutkimiseen. (Vilkkä 2015, 122–124; Hirsjärvi & Hurme 2010, 48, 61; Tuomi & Sarajärvi 2018, 87–88.)

Teemahaastattelu on puolistrukturoitu menetelmä, joka on lähempänä strukturoimatonta, kuin strukturoitua. Teemahaastattelu etenee ennalta valittujen teemojen ja niihin liittyvien tarkentavien kysymysten varassa, teemahaastattelun teema-alueet ovat kaikille samat. Teemahaastattelu eroaa muista puolistrukturoiduista haastatteluista sillä, että siitä puuttuu kysymysten tarkka muoto ja järjestys, jolloin haastattelun kysymyksissä voidaan edetä siinä järjestyksessä, joka on luontevaa haastattelun kulun kannalta. Teemojen käsittelyjärjestyksellä ei ole merkitystä tutkimushaastattelun aikana, sillä tavoitteena on, että kaikista teemoista vastaajat voivat antaa oman kuvauksensa ja haastatteluteemat on käsitelty vastaajan kannalta luontevassa järjestyksessä. Tämä vapauttaa pääosin haastattelun tutkijan näkökulmasta ja tuo tutkittavien äänen kuuluviin. (Vilkkä 2015, 124; Hirsjärvi & Hurme 2010, 48.)

Haastattelurungon sisältö tulee suunnitella ennakkoon. Teemahaastattelurungon suunnittelussa keskiöön nousevat teemat ja haastattelurunko edustaakin lähinnä luetteloa niistä asioista, joista haastattelun aikana keskustellaan. Haastattelutilanteessa niin haastattelija kuin myös haastateltava itse tarkentavat kysymyksiä. Se, kuinka erilaiset ilmiöt konkretisoituvat haastattelussa ovat yhteydessä haastateltavaan ja hänen sen hetkiseen elämäntilanteeseen sekä siitä, kuinka pitkälle teemaa jatketaan ja syvennetään. Tutkimushaastatteluille ominaista on, että tutkimukselle osoitetaan kannanotto hypoteesi, teemahaastattelussa hypoteesit ovat kyseenalaisia, eikä erilaisista ilmiöistä ole sen vuoksi välttämätöntä edes keskustella teemahaastattelussa. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 66–67.)

Valitsin teemahaastattelun, sillä sen avulla voidaan selvittää omakohtaista kokemusta. Haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluna, sillä halusin suojata haastatteluun osallistuneiden henkilöiden yksityisyyttä. Puolistrukturoitu haastattelumenetelmä mahdollistaa keskustelun, jossa haastateltavan oma ääni, kokemus ja merkityksenanto pääsevät oikeuksiinsa, tämä ohjasi haastattelurungon kysymyksiä eniten. En halunnut osoittaa ennalta valmiita ilmiöitä tai merkityksiä asioille, vaan haastattelurungon kysymykset suunnittelin sillä ajatuksella, että kokemus nousee toiminnasta ja se on jokaiselle henkilökohtainen. Tavoitteeni oli, että haastateltavat itse nimeävät teemat, joita tuloksissa tarkastelin. Tutkimuskysymyksiin nähden haastattelua oli syytä rajata jollain tapaa, ja tästä syystä täysin avoin ja vapaa haastattelu ei tullut kysymykseen, teemahaastattelun teemat olivat sopivia rajaamaan haastattelua. Haastattelurunkoon (liite 2) tuli yhteensä 17 kysymystä, joista kuudessa kysymyksessä oli perässä lisäkysymyksiä merkitty kirjaimin a, b ja c. Lisäkysymykset esitettiin tarvittaessa, ellei ensimmäinen kysymys vastannut niihin.

#### **6.4 Aineiston hankinta**

Tutkimuksen aihe ohjaa haastateltavien valintaa ja toisinaan voi olla mielekästä valita haastateltaviksi sellaisia henkilöitä, joilla on omakohtaista kokemusta tai asiantuntemusta tutkimusaiheesta. Haastateltavien määrä vaihtelee tutkimuksen tarkoituksen mukaan. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 58; Vilkkä 2015, 135.) Haastateltavien valintaan vaikutti se, että Yhteisötalo Satama edustaa monisukupolvista kohtaamispaikkaa ja kävijäkunta koostui opinnäytetyön teon hetkellä hyvin eri-ikäisistä ihmisistä. Tästä syystä pyrin valikoimaan haastatteluun eri sukupuolta edustavia, mutta myös eri-ikäisiä ihmisiä, niin nuoria kuin ikääntyneitäkin. Iän lisäksi valintakriteerinä haastateltavien valinnassa oli se, ettei haastateltavalla saanut olla taustaa Yhteisötalo Sataman ohjaajana, sillä kokemus käynneistä olisi saattanut muokkautua niin sanotusti enemmän työtehtävien kuin kävijän näkökulmasta. Lopullinen haastateltavien joukko koostui hyvin eri-ikäisistä ja eri sukupuolta edustavista ihmisistä.

Aineiston hankinnan ajankohdan tutkija voi päättää itse. Ajankohtaa päätettäessä on otettava huomioon, ettei haastatteluja yleensä ajoiteta alkamaan aikaisin aamulla eikä myöhään illalla. Arkipäivät sopivat haastatteluun viikonloppua paremmin. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 73.) Haastattelua tehdessä on huomioitava haastattelupaikka, jonka valintaan vaikuttaa muun muassa tutkimus sekä haastateltavat. Paikkana voi toimia lähes mikä tahansa, mutta usein paikkana toimii julkinen tila, työpaikka, tai koti. Tutkijan tulee tutustua haastattelupaikkaan ennen haastattelujen alkua, sillä teemahaastattelussa tärkeää on hyvä kontakti haastateltavan ja haastattelijan välillä. Siksi on tärkeää löytää haastattelulle rauhallinen tila ja ennaltaehkäistä häiriötekijöiden, kuten melun määrää. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 73–74.)

Yleensä teemahaastattelut tallennetaan ja usein haastateltavien suhtautuminen tallentamiseen on neutraalia. Tallentamisen avulla mahdollistetaan haastatteluiden luonteva eteneminen nopeasti, ilman ylimääräisiä katkoja. Tallennuksen avulla haastatteluista voidaan säilyttää sellaisia asioita, jotka muuten menetettäisiin. Ilman tallentamista haastatteluiden muistaminen sanatarkasti on vähintään haasteellista, ellei mahdotonta. Tästä syystä haastattelun tallentaminen on välttämätöntä ja aineiston käsittelyä on syytä pohtia tallennusmuotoa valitessa. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 75, 92–93.) Kun haastattelijasta pystyy toimimaan ilman kyniä ja papereita, se mahdollistaa haastattelutilanteessa luontevan ja keskustelemaan sekä vapautuneen tunnelman. Teema-alueiden ulkoa osaaminen vähentää papereiden tarvetta ja haastattelijan tehtävänä on huolehtia, että haastattelu pysyy annetuissa teemoissa. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 92; Vilka 2015, 126).

Opinnäytetyön ollessa laadullinen ja tutkimuskohteen ollessa kokemus, lopulliseksi haastateltavien määräksi valitsin viisi henkilöä. Haastateltavien valintakriteereinä toimi osallistumishalukkuus, vapaaehtoisuus ja Sataman kävijyys sekä haastateltavan ikä. Ikä valikoitui valintakriteeriksi, sillä Satama edustaa monisukupolvista kohtaamispaikkaa ja eri-ikäisiä ihmisiä haastatteleamalla pyrin saamaan aineiston, joka edustaa mahdollisimman laajalla ikäotannalla Yhteisötalo Sataman kävijäkuntaa (Kiiskinen 2019). Haastattelut toteutuivat 3.–7.2.2020. Haastattelun alkamisaika valikoitui haastateltavan toiveesta. Haastatteluista kolme toteutui Yhteisötalo Sataman tiloissa, yksi haastateltavan kotona ja yksi

muissa tiloissa. Eri tilat valikoituivat mahdollisuuksien mukaan käyttää Sataman tiloja sekä haastateltavien omasta toiveesta. Valitsin tallentaa teemahaastattelut, jotta en menettäisi haastattelusta mitään osioita. Tallentimena toimi oma matkapuhelimeni, jossa oli näytönlukitus, joten vain minulla oli mahdollisuus kuunnella tallenteet.

## 6.5 Litterointi

Kun tutkimusaineisto on kerätty, täytyy se muuttua sellaiseen muotoon, jossa sitä voidaan tutkia. Litteroinniksi kutsutaan toimintaa, jossa haastatteluaineisto, kuten tallenne muutetaan tekstimuotoon. Aineisto voidaan ja se kannattaa litteroida tietokoneella, sillä tämä voi helpottaa aineiston analyysiä myöhemmin. Tutkijan on myös päätettävä kuinka tarkasti aineisto litteroidaan, sillä aineisto voidaan litteroida osittain, tai kokonaan. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 139–140; Vilkkä 2015, 137.)

Litteroinnin tulee vastata alkuperäistä sanomaa, eikä haastateltavien puhetta saa muuttaa litteroinnin aikana (Vilkkä 2015, 138). Haastatteluaineisto on sitä laadukkaampaa, mitä nopeammin se litteroidaan, varsinkin niissä tapauksissa, joissa haastattelija ja litteroija ovat sama henkilö (Hirsjärvi & Hurme 2010, 185). Tutkimusaineiston litterointi on muutakin kuin haastattelun kirjoittamista tekstiksi. Litteroinnissa tulee käyttää erilaisia litterointisymboleita kuvaamaan muun muassa litteroijan lisäämiä, tai epäselvästi kuultuja sanoja, sekä kesken jääneitä lauseita. (Vilkkä 2015, 138–141.)

Valitsin litteroinnin haastatteluaineiston muokkaamiseen tutkittavaan muotoon, sillä aineisto oli niin suuri, ettei sitä olisi voinut käsitellä pelkkien tallenteiden varassa. Tästäkin syystä tekstimuotoinen aineisto osoittautui pakolliseksi. Opinnäytetyön haastattelut on litteroitu sanasta sanaan ja käytin litterointisymboleina kaksoissulkuja (()), jotka ilmoittivat litteroijan lisäämästä tekstistä, lisäksi sulkuja (), jotka ilmoittivat epäselvästi kuullun sanan ja katkoviiva - merkitsi kesken jäänyttä lausetta, tai sanaa. Haastattelut erotin toisistaan jokaiselle haastattelulle erikseen annetulla värillä. Yhteensä litteroitua tekstiä syntyi viidestä haastattelusta 58 sivun verran käyttäen Arial-fonttia fonttikokona 12 rivivälillä 1.

## 6.6 Aineiston analyysi

Analyysin tavoitteena on luoda kokonaiskuvaa tutkittavasta aiheesta ja laadullisen tutkimuksen aineisto on analysoidessa kuva-, tai tekstimuodossa. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 143; Ruusuvuori ym. 2010 12; Vilkkä 2015, 137.) Aineiston analyysiin kuuluu kolme osatehtävää, joiden painotukset voivat olla erilaisia tutkimuksesta riippuen. Osatehtävät ovat luokittelu, analysointi ja tulkinta. tehtävät eivät etene lineaarisesti ensimmäisestä viimeiseen, vaan eri osatehtävien aikana voidaan palata aiempiin tehtäviin. Laadullisessa tutkimuksessa aineisto tarjoaa harvoin suoria vastauksia tutkimuskysymyksiin, sillä haastattelun kysymykset eivät ole samoja kuin tutkimuskysymykset, eivätkä haastateltavien vastaukset ole suoraan tutkimuksen tuloksia. Haastattelukysymysten ja tutkimuskysymysten lisäksi tutkimuksessa on tehtävä analyttisiä kysymyksiä aineistolle, jotta saadaan vastauksia tutkimuskysymyksiin. (Ruusuvuori ym. 2010, 11–13.)

Haastattelun analyysissä on seitsemän vaihetta. Ensimmäinen analyysin vaihe on tutkimuskysymysten tarkentaminen. Toisena analyysin vaiheena on aineiston keruutavan valinta ja aineiston keruu. Kolmantena vaiheena on aineistoon tutustuminen, sen järjestäminen ja rajaaminen. Neljäntenä aineisto luokitellaan ja siitä etsitään teemoja. Viidentenä aineiston analyysi, eli teemojen vertailu ja tulkintäsäännön muodostaminen. Kuudentena tulosten koonti ja seitsemäntenä teoreettinen dialogi. Analyysin vaiheet eivät ole toisistaan täysin erillisiä tapahtumia, eivätkä ne etene vaihe vaiheelta, vaan vaiheet voivat tapahtua limittäin ja usein eri vaiheista palataan aiempiin vaiheisiin. (Ruusuvuori ym. 2010, 12.)

Opinnäytetyön aineiston analyysimenetelmänä toimi teemoittelu, joka tarkoittaa aineiston pilkkomista ja ryhmittelyä eri aihepiireihin. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 105). Teemoittelu sopii teemahaastattelulla toteutetun haastattelun analysointitavaksi, sillä haastattelun teemat löytyvät usein jokaisesta haastattelusta. Aineistoa teemoitellessa jäsentäminen voi perustua yhdistäviin tekijöihin. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Teemahaastattelussa haastattelun teemat edustavat analyysin alustavia teemoja (Hirsjärvi & Hurme 2010, 149). Teemoja muodostaessa voidaan käyttää apuna koodausta. Koodaus on aineistolähtöinen analyysi, jolla tarkoitetaan aineiston jäsentelyä, jonka tarkoituksena on aineiston sisällön selkeyttäminen. Aineistoa teemoitellessa jokaisen teeman alle kootaan teemaan

liittyvät haastattelun osat. Koodauksen avulla aineistosta voidaan nähdä, mitä aiheeseen liittyvää aineisto sisältää ja samalla koodaus toimii aineistoa rajaavana tekijänä. Koodatusta aineistosta tutkija poimii esiin nousevat teemat. Lopulliset teemat ovat tutkijan tulkintaa aineistosta, tulkintaan vaikuttaa muun muassa tutkimuksen tarkoitus. (Eskola & Suoranta 2005, 156; Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)



Kuvio 4. Aineiston teemoittelu koodausta käyttäen (mukailtu Eskola & Suoranta 2005, 154–159, 174–180).

Valitsin teemoittelun opinnäytetyöni aineiston analyysitavaksi, sillä sen avulla pystyin käsittelemään teemahaastattelulla kerättyä aineistoa mielekkäästi. Koodasin, eli jäsentelin aineiston karkeasti kahden tutkimuskysymyksen alle ja samalla aineistosta rajautuivat pois sellaiset osiot, jotka eivät vastanneet tutkimuskysymyksiin. Tämän jälkeen teemoittelin tutkimuskysymysten alla olevan aineiston omiksi teemoiksi yhdistävien tekijöiden kautta. Tarkempi analyysipolku on esitelty kuviona Liitteessä 1.

Teemoittelussa palautin mieleeni tutkimuskysymykset kokemuksista sekä kehitysideoista ja terveisistä. Leikkasin aineistosta sellaiset lauseet, jotka kuvasivat Satamalta saatuja kokemuksia ja kehitysehdotuksia sekä terveisiä. Aineisto oli värikoodattu litterointivaiheessa, joten eri haastattelut oli helppo erottaa toisistaan. Etsin aineistosta yhteneväisiä tekijöitä, esimerkiksi syrjimättömyyden ja yhdenvertaisuuden teema syntyi siten, että yksi haastateltava kuvaili Satamaa syrjinnästä vapaaksi alueeksi. Lähdin liikkeelle yksittäisestä kuvauksesta ja huomasin, että jokaisesta haastattelusta löytyi viittauksia siihen, että Satamalla sai olla oma itsensä, eikä kukaan tuominut tai arvostellut ulkonäön tai olemuksen perusteella ja jokainen koki olevansa tervetullut Satamalle omana itsenään. Näiden

yhdistävien tekijöiden avulla syntyi kokemus syrjimättömyydestä ja yhdenvertaisuudesta -teema, seuraavassa taulukossa avaan teeman muodostumista konkreettisesti lauseiden tasolla.

<p>Teeman ajatus nousee haastatteluista ja se vastaa tutkimuskysymyksiin:</p> <p>”Mie oon aina sanonut ihmisille, että tää on semmonen matalan kynnyksen, niinku jos aatellaan silleen virallisesti niin pitäs ilmasta matalan kynnyksen syrjinnästä vappaa alue.”</p>
<p>Yhdistäviä tekijöitä:</p> <p>”Täällä ei kukkaan tuomihe, et miltä näytäkään niin tänne saa tulla. Ei täällä sillä tavalla katottu, et mikäs tuokin on, vaan oltiin vaan silleen – Ei siinä mitään, siis hyväksyttään semmosena, kun on.”</p> <p>”Voi olla tämmöinen mitä on, että ei tarvii silleen roolii vettä.”</p> <p>”Minun on sanottava, että tänne ((Satamalle)) on ollut todella helppo tulla ensimmäisestä kerrasta lähtien, että en oo koskaan kokenut sitä sellaisena, et se olisi ollut mikään korkea kynnyks, et olisi tuntunut siltä että se olisi ollut vaikeeta mennä, mulla on aikoinaan sellaisia tilanteita tullut eteen...”</p> <p>”Ei miun tarvii Satamalla kettään kainostella, saan puhuu jos haluun, mut jos en niin saan olla hiljaa.”</p> <p>”Ihan alusta asti oon kokenut olevani tervetullut sellaisena kun oon.”</p> <p>”Satamalle on helppo ja kiva tulla, ei minnuu jännitä kun mie tänne tulen, tutut ihmiset ja monesti kyllä näkkyu uusiakin ihmisiä.”</p> <p>”En mie usko, että tiällä kenelläkään on kaipuuta olla mitään, muuta kuin on, että se on silloin just tasapainossaan.”</p>
<p>Lopullinen teema toimii käsitteellistäjänä kokemukselle:</p> <p>Kokemus syrjimättömyydestä ja yhdenvertaisuudesta</p>

Taulukko 1. Kokemus syrjimättömyydestä ja yhdenvertaisuudesta -teeman muodostuminen aineiston pohjalta. (Kannas 2020)



## 7 Tulokset

### 7.1 Haastateltavien taustatiedot

Tämän opinnäytetyön selvitykseen osallistui kaksi miestä ja kolme naista, eli yhteensä viisi Yhteisöotalo Sataman kävijää. Jokainen haastateltavista asui Joensuuun alueella ja iältään haastateltavat olivat noin 20–80-vuotiaita. Neljä haastateltavista asui yksin. Jokainen haastateltava kertoi avoimesti elämästään ja sen sisällöstä. Kolme haastateltavaa kertoivat, ettei heidän arjessaan ollut juurikaan Satamalla käyntien lomassa tapahtuvien sosiaalisten kontaktien lisäksi muita kontakteja. Kaksi haastateltavaa toivat esille kuvauksen siitä, että ihmisten lähelle päästäminen oli vaikeaa menneisyyden kokemusten vuoksi. Sosiaalisten kontaktien vähyys elämässä oli yhden haastateltavan mukaan tietoinen ratkaisu, sillä haastateltava koki, ettei hän halunnut sitoa itseään mihinkään. Jokainen haastateltava kertoi viihtyvänsä hyvin myös yksin, ja jokainen haastateltava koki olevansa varsin tyytyväinen nykyiseen elämäänsä. Yksinolon ei koettu olevan elämää haittaava tekijä, vaikka sosiaalisten kontaktien tarve nousi esille jokaisessa haastattelussa.

Haastateltavat kertoivat löytäneensä tiensä Satamalle useiden eri yhteyksien kautta. Haastateltavat olivat saaneet tietoa matalan kynnyksen kohtaamispaikka Yhteisöotalo Satamasta muun muassa erilaisten kerhojen, ilmoitustaulujen ja mainosten avulla. Mainostamisen lisäksi tieto Yhteisöotalo Satamasta oli kantautunut haastateltavien korviin niin puskaradion kautta, kuin myös terveydenhuollon ammattilaisten vinkkaamana. Haastateltavista kaksi tuli ensimmäisen kerran Satamalle yksin ja kolme haastateltavaa yhdessä toisen henkilön kanssa.

Haastateltavat olivat vierailleet Satamalla noin vuodesta–kahteen. Käyntitiheys vaihteli noin kerran viikosta lähes päivittäisiin vierailuihin. Satamalla vierailuun vaikutti oma halu ja tarve, mutta myös kulloinkin tarjolla oleva ohjelman mielekkyys. Käyntien tiheyteen haastateltavien mukaan vaikuttivat eniten terveydentila sekä se, millaisia muita velvollisuuksia ja menoja haastateltavilla oli omassa elämässään.

## 7.2 Kokemukset yhdenvertaisuudesta ja syrjimättömyydestä

Tutkimuskysymykseen kokemuksista jokainen haastateltava kertoi siitä, että Satamalle pystyi tulemaan omana itsenään. Jokaisella on oikeus yhdenvertaiseen kohteluun. Yhdenvertaisuus tarkoittaa sitä, että ketään, ei syrjitä ikään, kansallisuuteen, kieleen, uskonnollisiin ja poliittisiin vakaumuksiin tai terveydentilaan katsomatta. Yksi haastateltava kuvasi Yhteisötalo Satamaa syrjinnästä vapaaksi matalan kynnyksen paikaksi, jossa jokainen voi olla oma itsensä. Jokaisessa haastattelussa toistuu haastateltavien kertomana se, että Satamalla sai olla juuri sellainen kuin on. Haastateltavat kehuivat kävijöiden välistä tunnelmaa positiiviseksi ja jokainen haastateltava koki päässeensä osallistumaan yhteiseen vapaaehtoiseen tekemiseen heille itselleen soveltuvalla tasolla, eikä ulkopuolelle jäämistä esiintynyt.

Täällä ei kukkaan tuomihe, et miltä näytäkään niin tänne saa tulla. Ei täällä sillä tavalla katottu, et mikäs tuokin on, vaan oltiin vaan silleen – Ei siinä mittään, siis hyväksyttään semmosena, kun on.

Voi olla tämmöinen mitä on, että ei tarvii silleen roolii vettä.

## 7.3 Kokemukset Yhteisötalo Sataman toimintaympäristöstä

Jokainen haastateltava kertoi Satamalle tulemisen olevan helppoa, johon vaikutti erityisesti Sataman lämmin ja positiivinen tunnelma sekä aiemmat hyvät kokemukset, joita Satamalta oli saatu. Yhteisötalo Satama toimii vanhassa puurakennuksessa, jonka sisustus mielestäni muistuttaa mummolaa. Haastateltavat kertovat tilojen olevan kodinomaiset ja viihtyisät. Vanha talo itsessään toi selvityksen ikääntyneemmälle vastaajakunnalle mieleen muistoja lapsuudesta.

No tässä on se talon hengen mukainen lämmin tunnelma henkilöstöä myöten, et se on siis ihan koko paketti. Se henki, se on tosiaan, ei tunne olevansa, että tänne ei sais tulla, vaan tänne on ihan aina niinku semmoinen, niinku mainostavatkin, niin matala kynnys.

Tämmöinen hyvin positiivinen ilmapiiri siellä ja mukavia ihmiskontakteja ja voi harrastaa ihan mitä kukakin haluaa. Siellä ei oo niin ohjattua se toiminta, ja se on ainakin minulle sopinut hyvin.

Haastateltavilta kysyttiin olisiko heillä tiedossa muita mahdollisia paikkoja, joissa he voisivat tehdä samoja asioita. Jokainen haastateltava nimesi vaihtoehtoisia paikkoja yhdestä kolmeen kappaletta. Kysyttäessä, miksi haastateltavat valitsevat juuri Sataman, vaikka vaihtoehtoja olisi muitakin, haastateltavat kertovat kokemuksiaan hyvästä ilmapiiristä, henkilökunnasta ja yhteisöllisyyden tunteesta. Lisäksi Sataman palveluista digineuvonta oli yksi motivoiva, mutta myös konkreettisella tasolla kolmen haastateltavan mukaan erittäin tarpeelliseksi koettu syy saapua paikalle. Ilmainen kahvi sekä mahdollisuus lukea päivän lehti maksutta (Karjalainen, paikallislehti) mainittiin kahdessa haastattelussa tärkeäksi syyksi valita Satama. Jokainen haastateltava kertoi, että Satamalla kävijät olivat tuttuja keskenään ja kolme haastateltavaa toivat esille sen, että Satamalla käyminen koettiin olevan turvallista verrattain muihin mahdollisiin ajanviettopaikkoihin.

Minusta se on niin kodikas ja kiva se ympäristö, et mie koen oloni silleen turvalliseksi.

Tää on miun paikka.

#### **7.4 Kokemukset myönteisistä vuorovaikutussuhteista**

Jokainen haastateltava kertoi, että Satamalle hakeuduttiin erityisesti tapaamaan muita ihmisiä. Satamalla käymiseen liittyi jokaisen haastateltavan kohdalla vapaamuotoinen oleskelu muiden kävijöiden kanssa. Jokainen haastateltava mainitsee tärkeäksi asiaksi toisten kävijöiden kohtaamisen. Vapaamuotoiseen oleskeluun liittyi haastateltavien mukaan keskustelua sekä kortti- ja lautapelien pelaamista. Haastateltavien mukaan Satamalla tapahtuvilla kontakteilla oli merkitystä omaan mielen hyvinvointiin ja henkisen vireyteen.

Myönteisten ihmissuhteiden on todettu vaikuttavan mielen hyvinvointiin ja myönteiset ihmissuhteet nähdään olevan yksi osa hyvää arkea ja elämää (Ojanen 2011, 20; Terveyskylä 2018; Fried, Heimonen & Jokinen 2013, 3, 11). Yksilöt tarvitsevat kannustavia ja rakentavia tunteita elämässä itsensä, mutta myös muiden kanssa toimiessaan. Myönteistä ja rakentavaa vuorovaikutusta ovat esimerkiksi toisen kuunteleminen, huomioiminen, rohkaiseminen, kannustaminen ja

ilahduttaminen. (Mielenterveys ry 2020.). Satamalla tapahtuvien kävijöiden ja ohjaajien kohtaamisen kautta jokainen haastateltava kertoi saavansa vaihtelua arkeen ja mahdollisuuden keskusteluun. Yhdessä haastattelussa kerrottiin, että päivän lehden (Karjalainen, paikallislehti) sisältöä luettiin usein yhdessä muiden kanssa ja sen avulla syntyi keskustelua ajankohtaisista asioista. Jokainen haastateltava toi esille Satamalla tapahtuvien vuorovaikutussuhteiden olevan merkityksellisiä, mutta sille, kuinka syvällisellä, tai yleisellä tasolla vuorovaikutus muiden kävijöiden kanssa tapahtui, ei luotu merkitystä. Tärkeämpää haastateltavien mukaan oli se, että he ylipäätään saivat mahdollisuuden olla vuorovaikutuksessa muihin ihmisiin. Neljän haastateltavan mukaan käyntejä odotettiin ja käyntipäiviä suunniteltiin etukäteen. Kolmessa haastattelussa kerrottiin, että Satamalla käyminen tekee huonostakin päivästä hyvän.

Se ((Satama)) on ollut todella tärkeä tekijä silleen monesti, että jos on ollut vähän huonompi päivä, saattanut tuntua aamulla, et tänään ei taas oikein mikään suju, niin sit kun mie oon tuonne ((Satamalle)) menny, niin ne on sit pyyhkiytyny pois ja minä oon taas paljon paremmalla tuulella sieltä lähteny.

Vaikka joskus on ollut semmosia, ennen oli paljon enemmän sellasia, et en mie jaksu lähtee minnekkään, nyt ei huvita ja sit kun tänne ((Satamalle)) on tullu ja ollu vähän aikaa, on semmonen et jes, ihana kun mie lähin, sit kun lähtee pois, niin on semmonen et jes, ihana kun mie olin.

Jokainen haastateltava kertoi, että kävijäkunnasta oli tullut tuttuja keskenään ja kävijöitä tervehdittiin myös kadulla ja kaupassa. Kaksi haastateltavaa olivat saaneet toiminnan kautta ystäviä, joiden kanssa he tapasivat myös Sataman ulkopuolella. Kaksi haastateltavaa kertoivat, ettei heillä ollut sellaisia läheisiä omassa lähipiirissään, joihin he voisi tukeutua tarpeen tullen, mutta samalla he kertoivat, että apua voisi pyytää Satamalta. Neljä haastateltavaa kertoivat, että kontaktit kävijöiden kesken rajoittuvat lähinnä Satamalla tapahtuviksi.

Minäkin oon vähän semmonen, että aina ei päästä kaikkia lähelle, niin ihan et on täältäkin tullu - ja ihan voin sanoa, et ihan elinikäisiä ystäviä on tullut.

Parhaimmillaan yhteisöillä on jäseniinsä sosiaalistava voima ja yhteenkuuluvuuden tunteella on voimaannuttava vaikutus elämään (Lappalainen 2019, 135;

Jämsén & Tahvanainen 2014, 22). Kolme haastateltavaa kertoivat, että Satamalla tapahtuvien positiivisten kohtaamisten kautta he olivat saaneet hyvää mieltä itselleen. Kahden haastateltavan mukaan Satamalla korostuivat yhteisöllinen tunnelma ja sinne tultiinkin jokaisen haastateltavan mukaan viettämään aikaa muiden kävijöiden kanssa.

Kyllä ne on tärkeitä henkisen vireyden kannalta ne talon kontaktit – Mie oon saanut niistä aika paljon elämään sisältöä. Jos vertaa aikaa ennen sitä, niin mie oon sanonut, että siitä on alkanut uus vaihe elämässä taas.

Neljä haastateltavaa kertoivat, että Satamalla vietetty aika nähtiin vaihtoehtona kotona yksin olemiselle ja neljä haastateltavaa kertoivat Satamalla muiden kanssa vietetyn ajan tuovan vaihtelua ja sisältöä arkeen. Kolme haastateltavaa nostivat esille sen, että heillä oli halutessaan mahdollisuus viettää aikaa Satamalla myös yksin, ilman että kukaan loukkaantui siitä.

Sit on se vaihtelu arkeen, koska ei sitä niinku oo siellä kotona oo kenenkään kanssa ajatusten vaihtoo, niin sitten ainakkin näkköö tiällä ja kuuloo, mitä toiset vaihtaa keskennään.

Onhan se sit omalla tavalla poikkeusta siihen yksinolloon ja kyllä kahvikkiin maistuu enempi kahelleen juuvessa tai porukassa juuvessa. Kyllä se on se henkinen pääoma siinä sitten se suurin anti. En välttämättä oo yhtään pahoillaan, jos vaan jonkun ihmisen kanssa saan sanan vaihettua päivässä.

Saatan tulla iha, vaikka vaan kännykälle, kun en halluu olla siellä kotona sillee itekseen.

## **7.5 Kokemukset osallistumisesta ja osallisuudesta**

Osallisuus on kokemus kuulumisesta itselle merkitykselliseen ryhmään tai yhteisöön. Osallisuuden kokemukseen liittyy vaikuttamismahdollisuudet omassa elämässä ja arjen osallisuus rakentuu suhteissa muihin ihmisiin. Osallisuus luo mahdollisuuksia aktiiviseen toimintaan eli osallistumiseen. (Ilmonen 2019a, 31; Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2019a; Harju 2004; Särkelä-Kukko 2019, 233–234.) Haastateltavilla oli syntynyt kokemuksia osallistumisesta Satamalla käydessään muun muassa kokijan roolissa. Erityisesti esille nousi musiikin kuuntelu ja Sata-

malla käyvää pianistia kehuittiin neljässä haastattelussa. Kehuja pianisti sai tuttu-  
jen kappaleiden soittamisesta ja haastateltavat kertovat, että kokemuksia syntyi  
niin musiikin kokijana kuuntelijan roolissa kuin myös osallistumisena yhteislau-  
luun pianistin säestäessä.

Osallistumista tapahtui myös tekijän roolissa. Ohjattujen toimintojen kirjoa jokai-  
nen haastateltava piti poikkeuksetta monipuolisena. Kaksi haastateltavaa kertoi-  
vat, että heillä osallistumiskynnys oli korkealla, olipa kyseessä mikä tahansa osal-  
listuminen. Osallistumiskynnys nousi muun muassa silloin, kun kyseessä oli it-  
selle täysin vieras toiminta. Kolmessa haastattelussa kerrotaan, että osallistumis-  
kynnystä madalsi se, että joku oli houkuttelemassa mukaan, lisäksi neljä haasta-  
teltavaa kertoivat, että ohjatuilla toiminnoilla oli merkitystä siihen, että asioita tuli  
ylipäättään tehtyä. Haastateltavat totesivat yksimielisesti Satamalla tapahtuvien  
ohjattujen toimintojen olevan rentoa yhdessä toimimista sellaisella periaatteella,  
johon kuka tahansa pystyi ottamaan osaa. Kaksi haastateltavista toivat esille, että  
muut kävijät vaikuttivat osallistumisen kynnykseen madaltavasti ja osallistumisen  
koettiinkin olevan helpompaa tutuksi tulleessa ympäristössä ja porukassa. Yhteis-  
öt toimivat parhaimmillaan yksilön voimavaroja lisäävinä lähteinä, toisten ihmis-  
ten kanssa yhdessä tekemällä yksilöt voivat saavuttaa sellaisia asioita, jotka yk-  
sin olisivat mahdottomia (Korkiamäki ym. 2008, 11; Korkiamäki 2016, 71). Haas-  
tateltavat kertoivat osallistuvansa toimintoihin oman mielenkiinnon sekä päivän  
fiiliksen mukaan.

Ei tarvii pipo tiukalla tehdä, vaan se on semmosta rentoo.

Mie en todennäköisesti tuu kokkeilee sitä, ellei ihmiset houkuttele. Mut  
sit kun niihin on aina lähteny, sit on helppo lähtee, elikkä alussa se on  
vähän hankalaa. Mutta kyllä täällä ((Satamalla)) on silleen helpompi, kun  
tietää ja tuntee ne ihmiset ja sit täällä on vähän silleen, kun tuokin men-  
nee, niin miekin meen.

Muutaman kerran oon ollut tietokilpailusssa, minusta ne on oikein muka-  
via. Siinä huomovvaa miten vähällä tiedolla pärjää, voipi vaan arvauksilla  
olla mukana.

Osallisuus, sosiaaliset suhteet sekä mieluisa tekeminen tuovat mielihyvän lisäksi  
sisältöä elämään (Mielenterveystalo 2020). Haastateltavat kertoivat ohjattuihin

toimintoihin osallistumisen kautta oppineensa konkreettisia asioita esimerkiksi maalaustyöskentelystä tekniikoiden ja värien käytön suhteen. Konkreettisten op-pien lisäksi neljässä haastattelussa tuotiin esille tunnepuolta siitä, kuinka osallis-tuminen oli koettu mielekkääksi. Haastateltavat kertoivat saaneensa hyvää mieltä niin tekemisestä ja valmiista tuotoksista, mutta myös kokemuksia yhteisöllisyy-destä ja osallisuudesta. Osallistumisen kautta saatujen kokemusten myötä kolme haastateltavaa kertoivat osallistumiskynnyksensä madaltuneen ja uusiin toimin-toihin olikin tämän kokemuksen avulla helpompi ottaa osaa. Lisäksi toiminnat oli-vat muuttaneet kahden haastateltavan asennetta uusia toimintoja kohtaan ja tä-män seurauksena haastateltavien asenne oli aiempaa ennakkoluulottomampi.

Kyllä se on aika tämmöinen hyvänhenkinen, semmoinen hyvän olon tunne tulloo, kun jotain saapi aikaseks.

Nyt oon ihan tarkotuksella ennakkoluuloton kaikkee uutta kohtaan.

Osallisuudessa on kyse myös omista vaikutusmahdollisuuksista (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2019e). Toisinaan osallistumisen kohteena ollut tekeminen ei ollutkaan itselleen mielekäästä, mutta näissäkin tilanteissa haastateltavat kokivat ohjatut toiminnat ja tilanteet sellaisena, että heillä oli aina mahdollisuus jättää toi-minta kesken. Yksi haastateltava oli saanut terapeutin kokemuksen itselleen täysin uudesta taidetoiminnasta ja yksi haastateltava kertoi tutustuneensa Sata-malla ensimmäistä kertaa musiikkimaalaukseen, josta saatua kokemusta ja oppia hän hyödynsi ohjaamalla musiikkimaalaukseen muille. Kaksi haastateltavaa kertoi-vat, että Sataman monipuolisen tarjonnan myötä he olivat jättäneet monia ker-hoja ja toimintoja elämästään pois, sillä haastateltavien kertoman mukaan yh-dessä tai kahdessa paikassa toimiminen useiden eri paikkojen sijaan oli mielek-käämpää jatkuvuuden sekä henkisen hyvinvoinnin kannalta.

Miekin kävin aikoinaan hirmu monessa kerhossa, niin mie jätin kaikki pois. Mie sanoin, että en mie halua niin moneen hajottaa ihteeni. Miulla on nyt tää ((Satama)) ja tuo ((toinen toiminta)) niin ne riittää kyllä.

## 7.6 Kehittämisideat ja toiveet

Toisena tutkimuskysymyksenä opinnäytetyössä oli selvittää kävijöiden kehittämisideoita ja toiveita Yhteisöotalo Satamalle. Toiminnan kerrottiin poikkeuksetta olevan jo nykyisenlaisenaan erittäin monipuolista, joten tyytyväisyys olemassa oleviin toimintoihin oli hyvin korkealla ja uusien toimintojen keksiminen oli järjestäen haasteellista jokaisessa haastattelussa. Haastateltavat kertoivat, että monipuolisuus takasi jokaiselle mieluisia toimintoja, joihin oli mahdollisuus osallistua oman mielenkiinnon mukaan. Monipuolisuuden kehuja lisäksi kehuja annettiin myös henkilökunnalle.

Entiseen malliin, eli on jokkaiselle jotakin. Et kyllä se monipuolisuus on ihmiselle, että sitä on vara mistä valita. Niitä ohjelmia, kun tiällä on, niin toivottavasti jatkossa pyssyy monipuolinen tarjonta, kun on joka tappauksessa yhtä monta mieltä, kuin on miestä. Yks tykkää yhestä ja toinen toisesta.

Kaikesta henkilökunnasta tykkään, jatkakkaa sammaan malliin. Hyvä paikka.

Toimintojen monipuolisuudesta huolimatta haastateltavat toivat esille nykyisten toimintojen kehittämisideoita sekä toiveita niistä toiminnoista, joita Satamalla voitaisiin tarjota enemmän. Eritoten yhteiset maalausjutut saivat kehuja ja niitä toivottiinkin lisää neljässä haastattelussa. Lisäksi kolme haastateltavaa toivat esille toiveita luennoista. Lisäksi haastateltavat väläyttelivät toiveita muun muassa nikkaroinnista, elokuvaillasta ja bändeistä niin kuuntelijan, kuin myös soittajan roolissa.

Tällaisia taiteellisia projekteja voisi olla enemmän, jossa saisi olla yhtenä mukana - toisten mukana. Ne kyllä antaa aika paljon, se yhdessä tekeminen ja just tällaset.

Terveisten aikana haastateltavat toivat esiin toiveita toiminnan jatkuvuudesta ja Yhteisöotalo Sataman merkitystä omassa elämässä kuvailtiin neljässä haastattelussa. Yhteisöotalo Satamaa kehuittiin paikkana ja jokaisesta haastattelusta ilmenee suuri kiitos, että tällainen paikka on ylipäätään olemassa. Yhteisöotalo Sataman toiminta Joensuun kaupungin hyvinvointipalveluna tuotiin esille kahdessa haastattelussa ja toiminta kaupungin alaisena nähtiinkin mahdollisuutena toiminnan jatkuvuuden kannalta, verrattuna esimerkiksi projekteihin ja hankkeisiin. Annan kuitenkin terveisten puhua referointini puolesta.



Minusta on ihana asia, että tällöinen paikka on keksitty Joensuuhun, et se tosiaan, niin tuota jotenkin tuntuu ihan uskomattomalle. Se on kyllä, mie sanon siellä käy niin mukavia ihmisiä, että ihan hyvän mielestä niin tippa linssiin tulloo. Se on mulle, melkein vois sanoo kuin toinen koti.

Kiitos, että ootte tämän paikan pistänyt pystyyn ja kiitos että se on pysynyt. Ei sitä sillon aatellu, kun ekan kerran tänne tuli, että minkälainen vaikutus tällä tullee elämään olemaan. Täähän on mulle semmonen turvasatama. En kyllä tiä mitä konkreettisesti tekisin, jos tätä paikkaa ei olis. Olis varmaan aika tylsää.

Olisi todella hieno asia, jos tämän talon toiminta jatkuisi tulevien vuosien aikana ja sitä varmasti toivoisi moni muukin näistä kävijöistä. Ja toivon jaksamista ja voimia näille ihmisille ketkä tätä toimintaa vetävät siellä ja jaksaisivat viedä tätä toimintaa eteenpäin ja aina kehitellä uusia ideoita. Kyllä se on todella arvokas asia monelle tämä paikka, missä käydä ja toteuttaa yhteensä, tavata toisia, ja viettää aikaa.

Niin kauan, kun pystyy liikkumaan niin, niin kauan pitää olla paikka, minne liikkua ja semmonen paikka missä viihtyy. Omalla tavallaan on se jatkuvuus se kaikkein tähellisin, kun kuitenkin monta tänä päivänä perustuu näihin projektiloihin, niin ne on sen muutaman vuoden ja sen jälkeen ne loppuu, että tässä nyt ajateltas, jos tämä kävijäporukka vanhuksista tulloo hävviimään, niin uusia tulloo.

## **8 Pohdinta**

### **8.1 Johtopäätökset**

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää Yhteisöotalo Sataman kävijäkokemuksia. Selvityksen avulla on saatu vastauksia kahteen eri tutkimuskysymykseen ja yhtenä johtopäätöksenä tuloksista ilmenee, että kävijät tulevat Yhteisöotalo Satamalle kohtaamaan muita ihmisiä. Vuorovaikutus toisten kävijöiden kanssa nousi kokemuksista tärkeimmäksi tekijäksi kohtaamispaikan ohjatuissa toiminnoissa sekä vapaamuotoisessa ajanvietossa. Yhdessä tekeminen, vuorovaikutuksessa oleminen ja sosiaaliset suhteet sekä kokemus yhteisöllisyydestä nousivat esille, olipa kyseessä yhteinen tekeminen taideteoksen, jutustelun tai kortinpeluun muodossa.

Lappalaisen mukaan yhteisöillä on jäseniinsä sosiaalistava voima ja ennen kaikkea ne voivat luoda sosiaalista turvallisuutta (Lappalainen 2019, 135). Yhteisötalo Satamalla haastateltavat kertoivat yksimielisesti siitä, että Satamalla voi olla oma itsensä. Siellä kenenkään ei tarvinnut olla enempää tai vähempää, mitä he todellisuudessa olivat. Tämä kielii turvallisen ympäristön lisäksi turvallisesta ilmapii-  
riistä, joka opinnäytetyön tuloksien mukaan kävijöiden välillä vallitsee. Osallisuus yhteisöissä on jäsenten välistä vuorovaikutusta, jossa jokainen yksilö kohdataan tasavertaisena omana itsenään (Rosbäck 2019, 31).

Vuorovaikutuksessa muiden kanssa olemisesta koettiin olevan hyötyä omalle hyvinvoinnille. Opinnäytetyön tuloksista voidaan todeta, että Yhteisötalo Satamalta haettiin poikkeuksetta sosiaalisia kontakteja, joiden avulla haettiin vaihtelua arkeen ja yksinoloon. Yksilöllinen hyvinvointi muodostuu sosiaalisista suhteista ja itsensä toteuttamisesta sekä sosiaalisesta pääomasta (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2019c). Kohtaamispaikkatoiminnalla voidaan kasvattaa yhteiskunnan sosiaalista pääomaa, joka toimii hyvinvoinnin kannattavana rakenteena (Jämsén & Tahvanainen 2010, 22). Yhteisötalo Sataman kävijöiden välinen vuorovaikutus oli tulosten mukaan madaltanut kynnyksiä osallistumiseen ja itsensä toteuttamiseen.

Kohtaamispaikoissa kävijöillä on mahdollisuus tuntee olevansa osa yhteisöä ja yhteenkuuluvuuden tunteella on voimaannuttava vaikutus elämään (Jämsén & Tahvanainen 2014, 22). Selvityksen tulosten mukaan matalan kynnyksen kohtaamispaikka Yhteisötalo Sataman toiminnalla on mahdollista vaikuttaa yksilöiden kokemukseen itsestään ja hyväksytyksi, nähdyksi ja kuulluksi tulemisen muodossa työntekijöiden ja kävijöiden keskinäisessä vuorovaikutuksessa. Monipuolisella toiminnalla ja uuden kokemisella oli vaikutettu jopa asenteisiin niin, että kävijät olivat avoimempia uusille asioille, mitä he olivat olleet ennen Satamalla käyntejä.

Burtsov ja Ruokolainen ovat toiminnallisessa opinnäytetyössään järjestäneet toiminnallisia työpajoja Yhteisötalo Sataman kävijöiden mielen hyvinvoinnin ylläpitämiseksi. (Burtsov & Ruokolainen 2019, 2.) Työpajat sisälsivät erilaisia toimin-

toja, kuten rentoutusta, musiikkimaalausta sekä taikinaterapiaa. Työpajoja arvioitiin palautekyselylomakkeella, joka sisälsi neljä kysymystä, joista yksi kysymys kohdistui oppiin, mitä toiminnoista oli saatu ja yksi kysymys kohdennettiin omaan merkityksenantoon. (Burtsov & Ruokolainen 2019, 27–31, 34, liite 4.) Palaute oli ollut positiivista ja toimintojen todettiin olevan mukavia. Yhteisen tekemisen merkitys nousi esille ja kävijät kokivat saaneensa uusia kokemuksia, ja kokemuksen yhteisöllisyydestä. (Burtsov & Ruokolainen 2019, 35–37.) Toiminnallisessa opinnäytetyössä palautelomakkeella kerätty kysely ei sinällään ole verrattavissa sen pienen otannan vuoksi laadullisen tutkimuksen menetelmällä toteutettuun opinnäytetyöhön, mutta saman suuntaisia tuloksia oli havaittavissa Burtsovin ja Ruokolaisen opinnäytetyössä, kuin mitä oman opinnäytetyöni tulokset tuovat esille.

## **8.2 Menetelmän ja toteutuksen tarkastelu**

Laadullisessa tutkimuksessa tutkija on koko tutkimuksensa keskeinen tutkimusväline, jolloin menetelmän lisäksi arvioinnissa on huomioitava tutkijan omat lähtökohdat tutkimuksen tekemiselle (Eskola & Suoranta 2005, 210). Opinnäytetyö oli tekijälleen ensimmäinen. Menetelmällisiä valintoja olen pohtinut kriittisesti aina aiheenvalinnasta lähtien, ja opinnäytetyön menetelmälliset valinnat ovat olleet tutkimuskysymysten kannalta perusteltuja.

Selvityksen kohteena oli kokemus, joka Vilkan mukaan muotoutuu tietyssä paikassa ja ajassa suhteessa asioihin ja esineisiin sekä oman merkityksenannon kautta (Vilka 2015, 118, 160–161). Selvitykselle valikoitunut aihe oli suurin suunnannäyttävä opinnäytetyön menetelmällistä tukea pohdittaessa. Koin, että vain laadullista tutkimusmenetelmää käyttämällä pystyin saamaan vastauksia tutkimusaiheeseeni ja tutkimuskysymyksiini. Menetelmänä laadullinen tutkimus antoi mahdollisuuden kokemuksen selvittämiseen ja ymmärtämiseen, laadullisen tutkimuksen tavoitteena Tuomen ja Sarajärven mukaan onkin asioiden ymmärtäminen tutkittavien näkökulmasta (Tuomi & Sarajärvi 2018, 173).

Opinnäytetyön tekijänä tiedostin oman tekemiseni merkityksen. Tästä syystä kiinnitin erityisesti huomiota teemahaastattelutilanteessa, etten vahingossa ohjaisi

haastateltavien vastauksia liikaa. Teemahaastattelu oli minulle ensimmäinen laatuun, ja ennen varsinaista haastattelua hain teemahaastatteluun kokemusta testihaastattelun avulla. Haastattelun kulkua ohjasivat haastattelun teemat ja johdattelevia kysymyksiä tutkimuskysymyksiin nähden ei esitetty. Haastattelujen arvioinnissa jälkeempään käytin tukena tallenteita, päiväkirjamerkintöjäni sekä litteroitua aineistoa. Olen pääosin tyytyväinen opinnäytetyön toteutukseen. Kriitikkiä annan teemahaastattelurungolle, jossa Sataman toimintoja oli jaoteltu kertaluontoiseen ja toistuviin sekä Sataman omiin ohjattuihin ja ulkopuolisen toimijan ohjattuihin toimintoihin. Kaikki ohjattu toiminta olisi voitu käsitellä yleisesti ohjattuina toimintoina, sillä haastateltavat eivät tehneet eroa sille, kenen järjestämää toiminta oli. Pohdin, että haastattelun kysymyksiä olisi ollut mielenkiintoista esittää enemmän strukturoidusti, esimerkiksi opinnäytetyön tietoperustaan peilaten. Toisaalta tällä tavoin esitetyt kysymykset olisivat voineet ohjata vastauksia, ja asioiden merkityksenanto ja kokemuksen kuvailu ei tällöin olisi tapahtunut haastateltavasta itsestään lähtien. Tämän vuoksi tulokset olisivat olleet epäluotettavia. Teemahaastattelun ideana kuitenkin on haastateltavien oma merkityksenanto ja laadullisen tutkimuksen lähtökohtana oli kuvata todellista elämää. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 88, 173).

Haastatteluista ei saa koitua vahinkoa osallistujien hyvinvoinnille tai oikeuksille. Aineiston kerääminen ja sen tulkitseminen eettisesti sisältävät tutkittavien suojan, joka tarkoittaa osallistumisen vapaaehtoisuutta ja mahdollisuutta anonyymiteettiin sekä aineiston käsittelyyn liittyviä asioita. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 156.) Haastatteluun valikoitui viisi vapaaehtoista Sataman kävijää. Jokainen haastateltava sai valita itselleen sopivan haastattelun alkamisajankohdan, jolla halusin varmistaa, että aika olisi kerralla mahdollisimman sopiva, eikä muutokseen olisi tarvetta. Jo haastatteluja sopiessamme varmistin, että haastateltavilla oli tieto siitä, mihin he ovat osallistumassa ja kuinka heiltä kerättyä tietoa tullaan käyttämään. Tätä asiaa tukee jokaisen haastateltavan kanssa allekirjoitetut suostumuslomakkeet (liite 3). Ennen haastattelua jokaisen haastateltavan kanssa käytiin haastattelun kulku yhdessä läpi, ja samalla muistutin mahdollisuudesta keskeyttää haastattelu missä vaiheessa tahansa. Tuloksia tarkastaessa pyrin minimoimaan haastateltavien tunnistettavuutta, esimerkiksi niin, että aineistosta lainattuja sitaatteja ei ole yksilöity.

Syntynyttä aineistoa käsittelin niin, ettei sen ollut mahdollista joutua muiden käsiin. Keskustelut tallensin näytönlukituksella suojatulla matkapuhelimella. Tallenteet olivat vain minun käytössäni, eikä niitä ollut mahdollista hakkeroida pilvipalveluista, sillä ainoat tallenteet olivat puhelimessani. Tästä syystä litteroin tekstit samana päivänä, kun haastattelu toteutui. Tekstin litteroiminen samana päivänä lisää aineiston luotettavuutta (Hirsjärvi & Hurme 2010, 185). Huomasin, että litterointi samana päivänä oli jälkeempään erinomainen ratkaisu, sillä usea tallenne sisälsi ”tämä tässä” ”tuo tuolla” tai ”se/sinne”-tyyppisiä ilmauksia, joiden merkitys oli haastattelun jälkeen tiedossa. Jos olisin litteroinut haastattelut myöhemmin, en välttämättä olisi enää pystynyt litteroimaan näille asioille merkityksiä ja aineiston luotettavuus olisi kärsinyt. Analyysi tapahtui leikkaa ja liimaa-tyyppisesti tulostamalla aineisto paperille. Tekstinkäsittelyohjelmalla teemoittelu olisi mahdollistanut tarkemman teemoittelun, jolloin yksi lause olisi voinut olla useamman teeman alla samanaikaisesti (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Jouduinkin tämän vuoksi ottamaan kopioita, ja analysointi vei paljon enemmän aikaa. Tulostetun aineiston säilytin lukollisessa kaapissa. Aineisto hävitettiin asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua. Litteroitu teksti poistettiin tietokoneelta, tallenteet poistettiin matkapuhelimelta sekä leikkaa ja liimaa vaiheessa tarvitsemäni paperille tulostetut lauseet on hävitetty tietosuojaroskien mukana.

### **8.3 Eettisyys ja luotettavuus**

Jokaisessa tutkimuksessa pyritään välttämään virheitä. Siksi opinnäytetyön eettisyyttä ja luotettavuutta tarkastellaan kriittisesti useista näkökulmista. Eettisesti hyvä tutkimus edellyttää, että tutkimuksen teossa on noudatettu hyvää tieteellistä käytäntöä (Tuomi & Sarajärvi 2018, 158; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 23.) Tutkimuseettisen neuvottelukunnan mukaan hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus työskentelyssä, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä sekä arvioinnissa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2020; Hirsjärvi ym. 2009, 23.) Tutkimuseettisen neuvottelukunnan mukaan tutkimuksen eettisyyttä tukee se, että tarvittavat tutkimusluvut on hankittuna (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2020). Hankin tutkimusluvut heti, kun se opinnäytetyön kannalta oli mahdollista.

Opinnäytetyön aiheena oli selvittää Yhteisöotalo Sataman kävijäkokemuksia Satamasta ja sen tarjoamista toiminnoista. Laadullisen tutkimuksen uskottavuus tarkoittaa sitä, että tutkijan tulisi tarkistaa vastaako tutkijan käsitteellistys ja tulkinnat tutkittavien käsityksiä (Eskola & Suoranta 2005, 211). Tuloksia tarkastaessa pyrin välttämään omaa tulkintaa mahdollisimman paljon, mutta aineiston jakamiseen eri teemoihin vaikutti erityisesti opinnäytetyön aihe ja tutkimuskysymykset, joihin selvityksellä pyrittiin saamaan vastauksia. Kokemuksen tutkimiseen ei ole yhtä yleistä ymmärtämisen menetelmää tai ylipäätään yleistä ymmärtämistä, ja ymmärtäminen tapahtuu aina jostain näkökulmasta. Tutkijan onkin tiedostettava, ettei ilmiö tule välttämättä tyhjentävästi ymmärretyksi hänen valitsemastaan näkökulmasta käsin. (Latomaa 2012, 16.)

Sosiaalialan koulutusohjelmaan sisältyvän opinnäytetyön tutkimusta tehdessäni näkökulmani selvitykseen on sosiaalialan näkökulma. Jos ja kun samainen kokemuksen tutkimus toteutettaisiin vastaavilla elementeillä, tarkastelisi toisen alan tutkija tuloksia oman alansa näkökulmasta. Valitun aineistonkeruumenetelmän, eli teemahaastattelun avulla pystyin esittämään tarkentavia lisäkysymyksiä, joilla pyrin vahvistamaan omaa ymmärrystäni haastateltavan tulkinnasta niin, että haastateltavan omakohtainen kokemus pääsi esille. Aineistosta nousi tutkimuskysymyksiin nähden esille selkeät teemat ja niiden vaihtelu olisi haastattelijan ammattialasta riippuen taatusti pientä. Haastatteluun osallistui viisi henkilöä ja aineisto oli laajuudeltaan 58 sivua. Haastateltavien pieni määrä toi haasteita tulosten tarkasteluun, sillä mahdollisuus tulosten tarkasteluun iän, elämäntilanteen tai sukupuolen mukaan oli lähes mahdotonta ilman, että henkilön identiteetti voisi paljastua. Opinnäytetyön toimintaympäristönä toiminut matalan kynnyksen kohtaamispaikka Satama on suunnattu kaiken ikäisille ja kaikenlaisissa elämäntilanteissa oleville ihmisille, joten tuloksia tarkastellessa ei ollut mahdollisuutta nojata jonkin tietyn asiakasryhmän erityispiirteisiin. Tulokset edustavatkin viiden eri ikäisen ja eri elämäntilanteessa olevan Sataman kävijän kokemuksia, ja tästä huolimatta aineistosta löytyi yhdistäviä tekijöitä. Suuremmalla otannalla tuloksissa olisi voinut olla enemmän vaihtelua ja tuloksia olisi voinut tarkastella tarkemmin ikäkauman ja sukupuolen sekä elämäntilanteen mukaan.

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointi pelkistyy kysymykseen tutkimusprosessin luotettavuudesta, jossa mittarina käytetään tekstiä. Vakuuttavuudella tarkoitetaan tutkimustekstin arviointia, johon sisältyy usean tekijän, kuten luettujen, havaittujen, koettujen, muistelluiden ja pohdittujen asioiden yhteenliittymä. (Eskola & Suoranta 2005, 210, 219.) Pysin kuvaamaan opinnäytetyön prosessia rehellisesti ja tarkasti kertoen mitä, miten ja mitkä asiat vaikuttivat opinnäytetyön valintoihin. Raportoinnin luotettavuutta tukivat työskentelyn aikana tehdyt muistiinpanot sekä päiväkirja ja kalenterimerkinnät, joiden avulla asioiden äärelle palaaminen onnistui jälkikäteen, eikä raportointi jäänyt pelkän muistin vaaraan. Erityistä huolellisuutta ja tarkkuutta käytin aineiston analyysissä.

Lähteiden luotettavuutta arvioidessa esille nousee lähteiden tasokkuus, ikä ja lähteiden ensisijaisuus. Alkuperäinen lähde lisää luotettavuutta, mutta yli kymmenen vuotta vanha lähde laskee luotettavuutta, sillä tutkimustieto voi olla vanhentunutta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 183.) Opinnäytetyön eettisyyden ja luotettavuuden takaamiseksi pyrin käyttämään ensisijaisia ja mahdollisimman tuoreita lähteitä. Opinnäytetyössäni jouduin käyttämään toissijaisia lähteitä niissä tilanteissa, joissa alkuperäisen lähteen saaminen käyttöön olisi vaatinut kustannuksia. Lähteiden tasokkuuden arvioinnissa olen hyödyntänyt oman arviointikykyäni lisäksi kirjastojen työntekijöiden ammattiosaamista. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan mukaan eettisyys näyttäytyy työssä niin, että tutkija kunnioittaa muiden tutkijoiden työtä viittaamalla lähteisiin asianmukaisella tavalla eli antamalla kunnia ideasta tai asiasta sille, jolle se kuuluu (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2020). Opinnäytetyössä on käytetty asianmukaisia lähdeviittauksia.

Tutkimuksen plagioinnilla tarkoitetaan sitä, että tutkija varastaa toisen tekijän idean ja esittää sen omanaan (Hirsjärvi ym. 2009, 122). Opinnäytetyössä huomioitiin tutkimuseettiikka ja lähteisiin viitattiin asianmukaisesti, jolloin tekstistä erottuu kenen ideasta ja ajatuksesta kulloinkin oli kyse. Alkuperäisen lähteen teksti on referoitu opinnäytetyöhön omin sanoin, mikä lisää opinnäytetyön eettisyyttä ja luotettavuutta.

## 8.4 Oppimisprosessi

Opinnäytetyössäni pääsin ensimmäistä kertaa tutustumaan laadulliseen tutkimusmenetelmän käyttöön käytännössä. Syvensin tietouttani siitä, kuinka laadullinen tutkimus toteutetaan luotettavasti ja eettisesti hyvää tutkimustapaa noudattaen. Mielekäs tutkimusaihe syvensi tietouttani niin matalan kynnyksen toiminnasta, kohtaamispaikkatoiminnan periaatteista, kuin siihen liittyvistä ilmiöistä. Eriyisesti osallisuuden käsite avautui itselleni monesta uudesta näkökulmasta opinnäytetyönprosessin aikana.

Opinnäytetyössä organisointikyvyt ovat joutuneet todelliseen testiin. Opinnäytetyön yhdistäminen muiden opintojen sekä perhe-elämän kanssa oli ajoittain haasteellista, mutta tavoitteellisella työotteella mahdollista. Yhteistyö toimeksiantajan kanssa oli alusta asti sujuvaa ja työnjako selkeä. Opinnäytetyön aikana pidin toimeksiantajan kanssa yhteyttä palavereissa ja sähköpostitse.

Eri ikäisten ja eri elämäntilanteissa olevien ihmisten haastattelu oli mielenkiintoinen oppimiskokemus, joka tuki ammatillista kasvuani. Teemahaastattelu oli itselleni ensimmäinen ja jokainen haastateltava oli erilainen. Yllätyin positiivisesti siitä, kuinka avoimesti jokainen haastateltava toi esille omia kokemuksiaan niin Sataman toiminnoista kuin omasta elämästään, koin onnistuneeni luomaan haastattelutilanteisiin avoimen ilmapiirin. Teemahaastattelut antoivat minulle hyvän mahdollisuuden reflektoida omaa osaamistani kohdata erilaisia, eri-ikäisiä ja eri elämäntilanteessa olevia ihmisiä saman teeman äärellä.



## 8.5 Hyödynnettävyys ja jatkokehitysmahdollisuudet

Opinnäytetyötä voidaan hyödyntää tulevaisuudessa erilaisissa tilanteissa, joissa Sataman toimintaa ja toiminnasta syntyneitä kävijäkokemuksia halutaan esittää. Opinnäytetyön lukijalla on mahdollisuus saada opinnäytetyössä esitettyjen tulosten kautta käsitystä Yhteisöotalo Sataman toiminnan tuottamista kävijäkokemuksista.

Tässä opinnäytetyössä saadut tulokset osoittavat, että toiminnallisille taidepaikoille olisi kysyntää ja motivoitunut asiakaskunta olemassa. Laadullista tutkimusta voisi jatkaa ja syventää niin, että selvitetäisiin kuinka Yhteisöotalo Sataman toiminnot ovat tukeneet kävijöiden fyysistä, psyykkistä sekä sosiaalista hyvinvointia ja osallisuutta.

## Lähteet

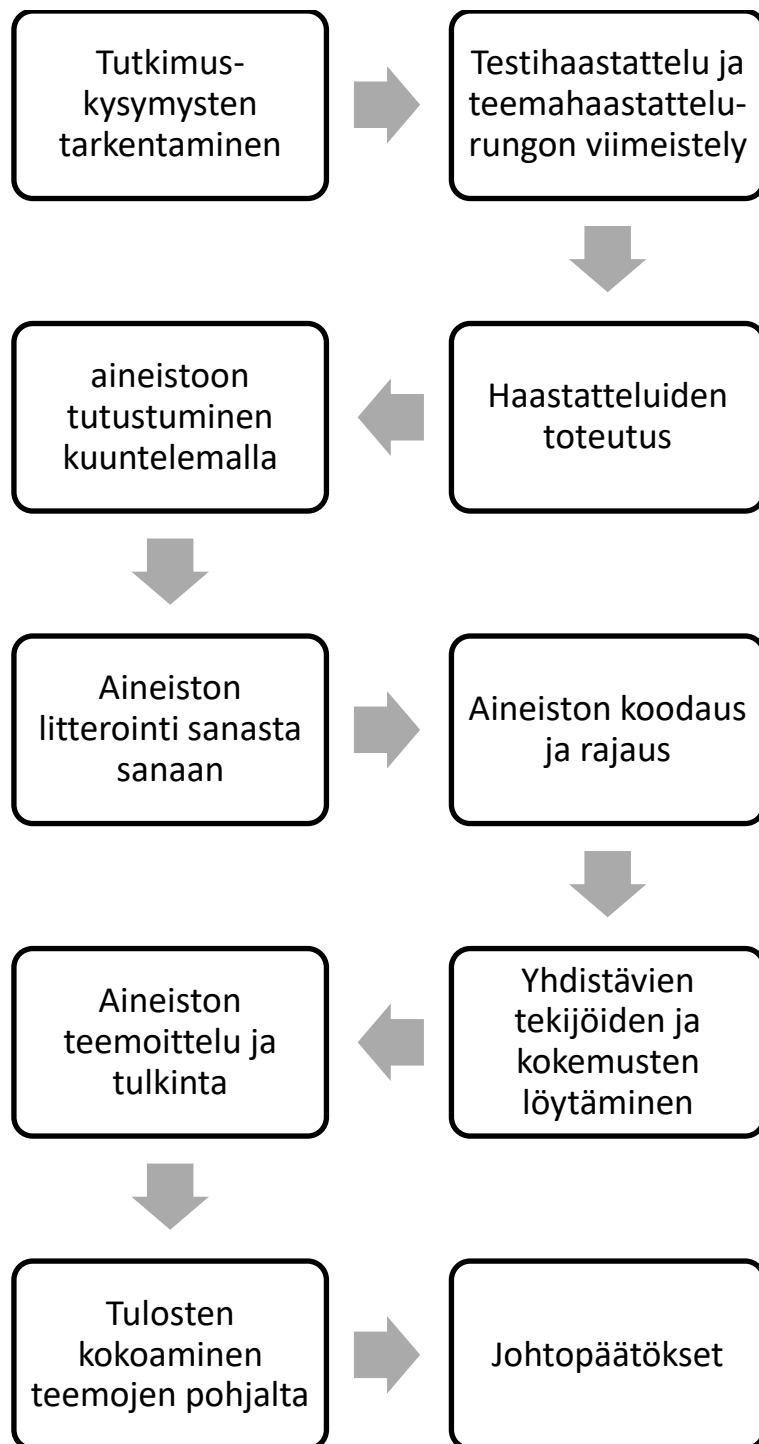
- Burtsov, H. & Ruokolainen, T. 2019. Mielen hyvinvoinnin ylläpitäminen - Toiminnalliset työpajat Yhteisöotalo Sataman kävijöille. Karelia-ammattikorkeakoulu. Sairaanhoidajakoulutus. Opinnäytetyö. <https://www.theseus.fi/handle/10024/268147>.
- Ehyt ry. 2020. Miksi ehkäisevä työ kannattaa? <http://www.ehyt.fi/fi/miksi-ehkaiseva-tyo-kannattaa>. 25.03.2020.
- Forth, A. & Laine, J. 2015. Matalan kynnyksen toivoa. Turun NMKY:n nuorten aikuisten matalan kynnyksen kohtaamispaikan merkitys kävijöiden arjessa. Turun Ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. <https://www.theseus.fi/handle/10024/90874>.
- Fried, S., Heimonen, S. & Jokinen, P. 2013. Ikääntyminen ja mielen hyvinvointi. Katsaus kirjallisuuteen. Ikäinstituutti: Oraita 1/23.
- Hämmäinen, P., Jokinen, J., Yesil, C., Hellstedt M. & Harjula, A. 2009. Millainen elämänlaatu? Sydänääni 2009. 20:3A Teemanumero.
- Hannula, K. & Kaukonen, O. 2017. Ehkäisevä työ lisää kuntalaisten hyvinvointia ja tuo säästöjä. Tiedote. Julkaisu: Ehyt ry. <http://www.ehyt.fi/fi/ehkaiseva-tuo-hyvinvointia-ja-tuo-saastoja>. 25.03.2020.
- Harju, A. 2004. Osallistuminen. Kansalaisyhteiskunta. [https://www.kansalaisyhteiskunta.fi/tietopalvelu/osallistuminen\\_ja\\_vaikuttaminen/aiemmat\\_artikkelit/osallistuminen](https://www.kansalaisyhteiskunta.fi/tietopalvelu/osallistuminen_ja_vaikuttaminen/aiemmat_artikkelit/osallistuminen). 08.04.2020
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2010. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Tallinna: Raamatutrükikoda.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.
- Hokkanen, L. 2014. Mielenterveysaktiivien toiminta. Kysely Mielenterveyden keskusliiton jäsenyhdistysten aktiivitoimijoille. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuita B. Tutkimusraportteja ja selvityksiä 65. Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Ilmonen, K. 2019a. Toimijoiden ääni – mitä osallisuus ja osallistuminen merkitsevät? Teoksessa Osallistu! Pelastaako osallistaminen demokratian? (Toim.) Meriluoto, T. & Litmanen, T. Tallinna: Tallinna Raamatutrükikoda Oü; 29–34.
- Ilmonen, K. 2019b. Toimijoiden ääni: Miksi osallisuutta ja osallistumista kannattaa edistää? Teoksessa Osallistu! Pelastaako osallistaminen demokratian? (Toim.) Meriluoto, T. & Litmanen, T. Tallinna: Tallinna Raamatutrükikoda Oü; 189–198.
- Isola, A-M. 2019. Toimijoiden ääni: Miksi osallisuutta ja osallistumista kannattaa edistää? Teoksessa Osallistu! Pelastaako osallistaminen demokratian? (Toim.) Meriluoto, T. & Litmanen, T. Tallinna: Tallinna Raamatutrükikoda Oü; 189–198.
- Isola, A-M., Kaartinen, H., Leemann, L., Lääperi, R., Schneider, T., Valtari, S. & Keto-Tokoi, A. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Helsinki: Juvenes Print – Suomen yliopistopaino Oy.
- Jalo, N. 2015. ”Tää on maailman paras paikka” – Kävijöiden kokemuksia Avoimesta kohtaamispaikasta Kiesistä. Turun Ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. <https://www.theseus.fi/handle/10024/92507>.

- Jämsén, A. & Tahvanainen, S. 2014. Low Threshold Approaches and Services in Finland. Teoksessa *Social Services on Both Sides of the Border. Karelia-ammattikorkeakoulun julkaisuja B:30.* (Toim.) Arola, M.; Suhonen, L. & Zvyagina, O. Joensuu: Laser-Media Oy; 22–24.
- Kaakkuriniemi, J., von Hertzen-Oosi, N. 2019. Toimijoiden ääni: Miksi osallisuutta ja osallistumista kannattaa edistää? Teoksessa *Osallistu! Pelastaako osallistaminen demokratian?* (Toim.) Meriluoto, T. & Litmanen, T. Tallinna: Tallinna Raamatutrükikoda Oü; 189–198.
- Kananoja, A. & Karjalainen, P. 2017. Hyvinvoinnin edistäminen ja yhteistyö sosiaalipolitiikan uusissa rakenteissa. Teoksessa *Sosiaalityön käsikirja.* Kananoja A. Lähteinen M. Marjamäki P. Tallin: Printon.
- Kananoja, A., Lähteinen, M. & Marjamäki, P. 2011. *Sosiaalityön käsikirja.* Tallinna: Raamatutrükikoda.
- Kiiskinen, K. 2019. Projektikoordinaattori. Yhteisöalo Satama. Toimintakertomus 2019.
- Kivistö, M. 2014. Kolme ja yksi kuvaa osallisuuteen Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Korkiamäki, R. 2016. Sosiaalinen pääoma käsitteenä ja sosiaalisina käytäntöinä. Teoksessa *Yhteisöt ja yhteisösosiaalityön lähtökohdat.* (Toim.) Roivainen, I. & Ranta-Tyrkkö, S. EU; 71–85.
- Korkiamäki, R., Nylund, M., Raitakari, S. & Roivainen, I. 2008. Yhteisösosiaalityö kansalaisyhteiskunnan ja asiakastyön rajapinnassa. Teoksessa *Yhteisöt ja sosiaalityö. Kansalaisen vai asiakkaan asialla.* (Toim.) Kiviaho M. & Peura P. Juva: PS-Kustannus.
- Kuntalaki 410/2015.
- Kuntaliitto. 2020. Kuntalaisten hyvinvoinnin edistäminen. <https://www.kuntaliitto.fi/osallistuminen-ja-vuorovaikutus/johtaminen-ja-kehittaminen/hyvinvoinnin-edistaminen>. 12.03.2020.
- Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015
- Lappalainen, P. 2019 Osallistamispolitiikalla hallinoidaan kansalaisia ja asukkaita. Teoksessa *Osallistu! Pelastaako osallistaminen demokratian?* (Toim.) Meriluoto, T. & Litmanen, T. Tallinna: Tallinna Raamatutrükikoda Oü;123–144.
- Latomaa, T. 2012. Ymmärtävä psykologia – Subjektiviisen kokemuksen ja toiminnan subjektiviisen mielekkyyden tutkimusta. Teoksessa *Kokemuksen tutkimus III. Teoria, käytäntö, tutkija.* (Toim.) Kiviniemi, L., Koivisto, L., Latomaa, T., Merilehto, M., Sandelin, P. & Suorsa, T. Tampere: Juvenes Print; 15–48.
- Leemann, L. & Hämäläinen, R.-M. 2015. Matalan kynnyksen palvelut. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). THL.
- Leskinen, T. & Hult, H-M. 2010. Kokonaisvaltainen hyvinvointi. Kristallisoitui toimintatäsi. Saavuta tavoitteesi. Latvia: Livonia Print.
- Lyytikäinen, M., Koivisto, J., Savolainen, N. & Rotko T. 2017. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen keinoja. Innokylän innovaatiokatsaus. Työpöperä 13/2017. Helsinki: THL.
- Mielenterveys ry. 2020. Vuorovaikutustaitoja voi oppia. <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/ihmissuhteet/vuorovaikutustaitoja-voi-oppia>. 07.0.2020.
- Mielenterveystalo. 2020. Arjen perusteet. [https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/itsehoito/tyokaluja\\_itsehoito/Pages/arjenperusteet.aspx](https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/itsehoito/tyokaluja_itsehoito/Pages/arjenperusteet.aspx). 07.04.2020.

- Miikkulainen, P., Niskanen, L. 2007. Matalan kynnyksen kohtaamispaikat. Selvitys kohtaamispaikoista ja toimintapaikoista. Kansalaisareena ry:n julkaisuja. Sarja A, 5/2007. Uudistuva Yhteiskunta nro 5.
- Niemelä, P. 2016. Hyvinvoinnin edistäminen sosiaalityön eetoksena, teoksessa Vastavuoroinen sosiaalityö. Tallinna: Tallinna Raamatutrukikoda OU.
- Ojanen, M. 2011. Hyvinvoinnin käsikirja. Juva: Bookwell Oy.
- Palonen, T. 2009. Kytöksissä muihin – Sosiaaliset suhteet luovat yhteisön voimakentän. Teoksessa Yhteisön lumo. (Toim.) Heikkilä J-P., Hyyppä H. & Puutio R. Vihanti: Rannikon Laatupaino Oy; 91–108.
- Pimiä, K. 2017. Yhdenvertaisuusvaltuutettu. Yhdenvertaisuus ja syrjimättömyys (video1) Mitä ne tarkoittavat. Youtube: Oikeusministeriö.
- Raivio, H & Karjalainen, J. 2013. Osallisuus ei ole keino tai väline, palvelut ovat! Teoksessa: Osallisuus – Oikeutta vai pakkoa. (Toim.) Era, T. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 156. Jyväskylä: JAMK; 12–34.
- Roivainen, I. & Ranta-Tyrkkö, S. 2016. Yhteisöt ja sosiaalityö: johdantoa aiheeseen. Teoksessa Yhteisöt ja yhteisösosiaalityön lähtökohdat. (Toim.) Roivainen I. & Ranta-Tyrkkö S. EU; 7–20.
- Rosbäck, H. 2019. Toimijoiden ääni – mitä osallisuus ja osallistuminen merkitsevät? Teoksessa Osallistu! Pelastaako osallistaminen demokratian? (Toim.) Meriluoto, T. & Litmanen, T. Tallinna: Tallinna Raamatutrukikoda Oü; 258–266.
- Rotko T., Kauppinen T. & Palojärvi E. 2014. Kuntaan elinvoimaa ja kuntalaisille hyvinvointia eriarvoisuutta vähentämällä. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.
- Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. 2010. Haastattelun analyysin vaiheet. Teoksessa: Haastattelun analyysi. (Toim.) Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. Tampere: Vastapaino; 9–36.
- Saaranen-Kauppinen, A. Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietokirjasto.
- Särkelä-Kukko, M. 2019. Syntykö arjen omaehtoinen osallisuus spontaanisti ilman instituutiota? Teoksessa Osallistu! Pelastaako osallistaminen demokratian? (Toim.) Meriluoto, T. & Litmanen, T. Tallinna: Tallinna Raamatutrukikoda Oü. 231–257.
- Sosiaalihuoltolaki 1301/2014.
- Talentia. 2020. Ammattieettinen vala. <https://www.talentia.fi/tyoelamainfo/ammattietikka/ammattieettinen-vala/>. 12.05.2020.
- Teppo, U. 2015. Mitä hyvinvointi on? Hyvinvoinnin käsitteen tarkastelua yksilön näkökulmasta. Jyväskylä: JAMK.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019a. Hyvinvointi ja terveyserot. Hyvinvointi. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi>, 19.12.2019.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019b. Osallisuuden edistäminen. <https://thl.fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen>. 19.12.2019.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019c. Osallisuus. <https://thl.fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>. 19.12.2019.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019d. Hyvinvointijohtaminen kunnassa. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/hyvinvointijohtaminen/hyvinvointijohtaminen-kunnassa>. 10.03.2020.

- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019e. Mitä sosiaalinen osallisuus on? <https://thl.fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/mita-sosiaalinen-osallisuus-on->. 24.01.2020
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019f. Osallisuuden edistämisen mallit. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit>. 10.04.2020.
- Terveydenhuoltolaki 1326/2010.
- Terveyskylä. 2018. Sosiaaliset suhteet. <https://www.terveyskyla.fi/ikatalo/hyv%C3%A4-arki/sosiaaliset-suhteet>. 07.04.2020.
- Törmä, S. 2009. Matala kynnyks – pelkkä retorinen lupaus? *Janus* vol. 17 (2).
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2020. Hyvä tieteellinen käytäntö. <https://www.tenk.fi/fi/hyva-tieteellinen-kaytanto>. 23.02.2020.
- Vaarama, M., Mukkila, S. & Hannikainen-Ingman, K. 2014. Suomalaisten elämänlaatu nuoruudesta vanhuuteen. Teoksessa Suomalaisten hyvinvointi 2014. (Toim.) Vaarama M., Karvonen S., Kestilä L., Moisio P. & Muuri, A. Tampere: Juvenes Print yliopistopaino.
- Vierimaa, V. 2015. Olkkarin kävijöiden kokemukset Matalan kynnyksen kohtauspaikan merkitys sekä vaikutukset kävijöiden elämään ja hyvinvointiin. Seinäjoen Ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. <https://www.theseus.fi/handle/10024/96095>.
- Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. 4. Uudistettu painos. Juva: Bookwell.
- Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014.
- Yhteisöotalo Satama. 2020. Joensuun kaupunki, Yhteisöotalo Satama. <https://www.joensuu.fi/yhteisotalo-satama>, 17.01.2020.

Kuvio 5. Analyysipolku (mukailtu Ruusuvuori ym. 2010, 12).



## Teemahaastattelurunko

## HAASTATELTAVAN TAUSTATIEDOT

1. Ikä
2. Missä asut ja kenen kanssa?
3. Kerro itsestäsi
4. Onko sinulla harrastuksia?
5. Ketkä ihmiset kuuluvat lähipiiriisi?
6. Mitä kautta olet tullut kävijäksi Yhteisöotalo Satamalle
  - a. Mistä sait tiedon
  - b. Kauanko olet käynyt
  - c. Kuinka usein käyt

## KOKEMUKSET KÄYMISESTÄ JA SATAMAN TARJOAMASTA TOIMINNASTA

7. Ajanvietto Yhteisöotalo Satamalla
  - a. mitä tekee
  - b. yksin/yhdessä
8. Miksi Satamalle tullaan?
  - a. konkreettisia asioita
  - b. suosituksia
9. Vaihtoehtoiset ajanviettopaikat
10. Sataman omat toistuvat toiminnot (kädentaitotyöpajat, maalaaminen, leipominen, tietokilpailu)
  - a. mihin osallistunut?
11. Kokemukset toistuvista toiminnoista
12. Kokemukset Satamalla käynneistä (vapaamuotoinen oleskelu = ei ohjatut toiminnot)
13. Sataman kertaluontoiset toiminnot (järjestäjänä koulut, järjestöt, muut vierailija)
  - a. mihin osallistunut?

14. Kokemukset kertaluontoisista toiminnoista

15. Millaista satamalle on tulla?

#### KEHITTÄMISIDEAT JA TOIVEET

16. Kehittämistoiveet jatkoon

a. toiminta

17. Vapaan sanan vuoro ja terveisten aika



Mainos

## KOKEMUKSELLASI ON VÄLIÄ!

Toivotan Teidät lämpimästi tervetulleeksi osallistumaan haastatteluun, jonka avulla selvitetään Yhteisöotalo Sataman kävijöiden kokemuksia Satamasta. Haastattelu on osa Karelia-ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelija Tiia Kannaksen opinnäytetyötä.

### Haastatteluun mahtuu 5 henkilöä

#### Haastattelun aihealueet

##### PERUSTIEDOT

Käydään läpi mistä haastateltava sai tiedon Sataman toiminnasta ja perustietoja haastateltavasta.

##### SATAMAN TOIMINTA

Haastateltava kuvailee kokemuksiaan Sataman toiminnasta haastattelijan esittämien kysymyksien avulla

##### KEHITYSIDEOITA JA TOIVEITA

Haastateltavalla on mahdollisuus tuoda esiin kehitysideoitaan Sataman toiminnalle.

**AIKA:** Helmikuun ensimmäinen viikko.  
Viikko 6, 3.-7.2.2020  
(HUOM! Sovitaan aikataulut jokaiselle sopivaksi.)

**PAIKKA:** Yhteisöotalo Satama, Yläsatamakatu 28, 80100 Joensuu

#### TIEDUSTELU JA ILMOITTAUTUMISET

Tiia Kannas

tiia.kannas@[REDACTED]

+358 [REDACTED]

Suostumus kokemustiedon keräämiseen ja sen käyttöön opinnäytetyössä

## SUOSTUMUS TEEMAHAASTATTELUUN

Tutkimuksen aihe: Yhteisöalo Sataman kävijöiden kokemukset

Kokemustietoa kerätään teemahaastattelun avulla helmikuussa 2020. Kerättyä kokemustietoa käytetään Karelia-ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelija Tiia Kannaksen opinnäytetyössä. Laadullisen opinnäytetyön aiheena on tutkia Yhteisöalo Sataman kävijöiden kokemuksia Satamasta

Teemahaastattelut tullaan nauhoittamaan, jonka jälkeen haastattelut litteroidaan, eli kirjoitetaan tekstimuotoon. Opinnäytetyön aineisto, eli nauhoitukset ja teksti säilytetään niin, että ne ovat ainoastaan Kannaksen käytettävissä opinnäytetyötä varten. Haastateltavien nimiä, tai tarkkaa ikää ei tulla julkaisemaan opinnäytetyössä, jotta haastateltavia ei ole mahdollista tunnistaa. Opinnäytetyön valmistuttua kerätty kokemustietoaineisto, eli nauhoitukset sekä litteroitu teksti tuhoetaan.

Opinnäytetyö tullaan raportoimaan Karelia-ammattikorkeakoulun opinnäytetyön raportointiohjeita ja hyvää tieteellistä käytäntöä noudattaen. Opinnäytetyö julkaistaan ammattikorkeakoulujen sähköisessä julkaisupalvelussa Theseuksessa.

Tämän suostumuslomakkeen allekirjoituksella vakuutan, että minulla on ollut riittävästi tietoa ja aikaa harkita ja tehdä päätös osallistumisestani. Allekirjoittamalla annan suostumukseni käyttää minulta kerättyä kokemustietoa osana Karelia-ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelija Tiia Kannaksen opinnäytetyötä.

---

Aika ja paikka

---

Allekirjoitus ja nimenselvennys

---

Suostumuksen vastaanottajan allekirjoitus ja nimenselvennys