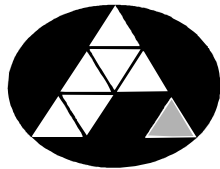


POHJOIS-KARJALAN AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaalialan koulutusohjelma

Kirsi Martiskainen
Kati Timoskainen

VERTAISTUKITOIMINTA, ARJEN KANTAVA VOIMA
Kokemustiedon ja asiantuntijatiedon kohtaaminen

Opinnäytetyö
Tammikuu 2011



POHJOIS-KARJALAN
AMMATIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ
Tammikuu 2011
Sosiaalialan koulutusohjelma

Tikkarinne 9
80200 JOENSUU
p. (013) 260 600 p. (013) 260 6906

Tekijät

Kirsi Martiskainen, Kati Timoskainen

VERTAISTUKITOIMINTA, ARJEN KANTAVA VOIMA – kokemustiedon ja asiantuntijatiedon kohtaaminen

Toimeksiantaja Joensuun kaupungin vammaispalvelut

Tiivistelmä

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia vertaistukitoimintaa. Tutkimuksessa haluttiin selvittää, mitä asioita vertaistukitoimintaa järjestettäessä tulee ottaa huomioon, jotta se palvelisi ryhmäläisiä parhaalla mahdollisella tavalla.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Tutkimuksen aineistona käytettiin aikaisemmin tehtyjä tutkimuksia. Aineisto analysoitiin teemoittelemalla. Aikaisemmin tehtyjen tutkimusten kautta saatua tietoa täydennettiin kahdella teemahaastattelulla. Haastateltavat henkilöt ovat mukana tällä hetkellä toimivassa Joensuun kaupungin vammaispalveluiden järjestämässä vertaistukiryhmässä.

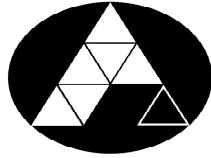
Tuloksissa ilmeni, että vertaistuella on tarvetta. Vertaistuella on mahdollista saavuttaa monenlaista tukea ryhmäläisille. Vertaisten keskinäisten kokemusten jakamisen lisäksi tärkeää on asiantuntijatiedon saaminen ryhmässä. Ohjaaja on keskeisessä roolissa ryhmän toimivuutta ja jatkuvuutta ajatellen. Ohjaajalla tulee olla tietämystä ryhmädynamiikkaan vaikuttavista tekijöistä. Näin ohjaajan on helpompi reagoida erilaisiin ryhmässä syntyviin tilanteisiin.

Kehittämisisideana olisi yhtenäisen toimintamallin kehittäminen Joensuun kaupungin vammaispalveluiden vertaistukiryhmien toiminnan järjestämiseen. Tässä tutkimuksessa saatuja tietoja voidaan hyödyntää toimintamallissa. Toimintamallin avulla työntekijöiden olisi mahdollista tulevaisuudessa järjestää uusia, erilaisia vertaistukiryhmiä eri asiakasryhmille.

Kieli
suomi

Sivuja 43
Liitteet 6
Liitesivumäärä 6

Asiasanat
vertaistuki, ohjaajuus, ryhmädynamiikka



NORTH KARELIA
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

THESIS
January 2011
Degree Programme in Social services
Tikkariinne 9
FIN 80200 JOENSUU
FINLAND

Authors

Kirsi Martiskainen, Kati Timoskainen

Title

Peer Support Activities as Empowerment for Everyday Work: Where "Know-How" and "Know-What" Meet

A research commissioned by the City of Joensuu Services for the Disabled

Abstract

The purpose of this study was to investigate peer support activities and to find out what should be taken into consideration when organising peer support activities in order to maximise the benefits for the group of peers in question.

Qualitative methods of analysis were applied to data that consisted of previous research projects. The data was thematically categorised. The results of the analysis were complemented with two themed interviews. The interviewees are currently involved in the peer group organised by the City of Joensuu Services for the Disabled.

The results showed that there is need for peer support which offers multifaceted support for the group members. In addition to the sharing of experiences among peers, the importance of gaining access to expert knowledge was stressed. The role of the leader of the group is central in the functioning and the continuity of the group. The group leader should be knowledgeable in the factors influencing group dynamics and therefore able to react more easily to the different situations and stages that the group faces.

We propose a unified operations model to be developed for the peer groups of the City of Joensuu Services for the Disabled. The results of the present study could be applied in the operations model. An operations model would enable the setting up of various new peer support groups in the future.

Language
Finnish

Pages 43
Appendices 6
Pages of Appendices 6

Keywords

peer support, group leader, group dynamics

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1 JOHDANTO	6
2 VERTAISTUKI	7
2.1 Vertaistuki käsitteenä	7
2.2 Vertaisuus ryhmässä.....	8
3 RYHMÄDYNAMIIKKA	9
3.1 Vertaistukiryhmän kokoaminen	9
3.2 Ryhmädynamiikka	11
3.2 Ryhmän kehittymisen vaiheet	12
3.4 Roolit.....	13
4 OHJAAJUUS	15
4.1 Vertaistukiryhmän ohjaaja	15
4.2 Ammattilaisten ja vertaistukiryhmäläisten asiantuntijuus	16
4.2.1 Ohjaajana ammattilainen.....	16
4.2.2 Sosiaalialan eettiset ohjeet	16
4.2.3 Kokemustiedon hyödyntäminen.....	18
5 VAMMAISUUS JA VAMMAISPALVELUT	18
5.1 Vammaisuuden määrittely	18
5.2 Kehitysvammaisuus	19
5.3 Joensuun kaupungin vammaispalvelujen organisaatio	20
6 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS	21
7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	22
7.1 Laadullinen tutkimus.....	22
7.2 Saturaatio	22
7.3 Sekundääriaineisto	23
7.4 Tutkimusten käsittely ja analysointi	24
7.5 Teemahaastattelu.....	25
7.6 Haastattelujen toteutus	26
8 TULOKSET	28
8.1 Yliopistotutkimukset.....	28
8.1.1 Vertaistukiryhmä.....	28
8.1.2 Ryhmän kokoaminen	29
8.1.3 Vertaisuus.....	29
8.1.4 Asiantuntijuus ja kokemustieto	30
8.1.5 Ryhmän ohjaaja.....	31
8.1.6 Sosiaalinen tuki	32
8.2 Teemahaastattelut.....	32
8.2.1 Ryhmän kokoaminen	32
8.2.2 Ohjaajuus	33
8.2.3 Asiantuntijuus	34
9 POHDINTA	34
9.1 Johtopäätökset.....	34
9.2 Tutkimuksen luotettavuus	37
9.3 Aineistotriangulaatio	39
9.4 Oma ammatillinen kasvu	39

9.5 Jatkotutkimusideat	40
LÄHTEET.....	42

LIITTEET

Liite 1	Pro Gradu teemataulukko
Liite 2	Teemahaastattelurunko
Liite 3	Tutkimuslupa
Liite 4	Toimeksiantosopimus
Liite 5	Haastateltavien kirjallinen suostumuslomake
Liite 6	Pro Gradu – tutkielma taulukko

1 JOHDANTO

Vuonna 1981 yhteen Pohjois-Karjalassa sijaitsevaan pienen kirkonkylän perheeseen syntyi vaikeasti kehitysvammainen lapsi. Äiti kertoo olleensa silloin hyvin yksinäinen eikä tarjolla ollut minkäänlaista vertaistukea. Kukaan ei edes puhunut mistään vertaistuesta. Samalla kylällä ei ollut muita yhtä vaikeasti kehitysvammaisia lapsia, tai ainakaan äidillä ei ollut niistä tietoa. Äiti muistaa yhden naishenkilön (tehtävänimikettä ei muistanut) käyneen heillä kotona antamassa tietoa muun muassa apuvälineisiin liittyvissä asioissa. Lisäksi kodinhoitaja kävi antamassa hoitoapua siksi aikaa, että äiti sai levätä tai käydä asioilla. Äidille oli erityisesti jäänyt mieleen, että kodinhoitaja saattoi tulla jopa pyytämättä kotiin avuksi. Se tuntui hyvältä. Sukulaisissa oli yksi ihminen, joka pystyi auttamaan perhettä lapsen hoidossa. Kodinhoitajalta äiti koki saaneensa fyysistä tukea, joka oli tärkeää raskaassa arjessa. Yhdeltä sukulaiselta saamansa hoitoavun lisäksi hän koki, että tämä oli ainut ihminen, jolta hän sai myös henkistä tukea. Vaikeavammaisuuden takia muilta läheisiltä ei hoitoapua ollut mahdollista saada. Äiti kertoo ensimmäisen vuoden olleen kaikista rankin. Selvyyttä lapsen diagnoosista ei ollut ja tutkimuksissa ravaamista oli paljon. Ammattilaisten kanssa tehdyssä yhteistyössä ei aina voinut nähdä hienotunteisuutta, mitä siinä elämäntilanteessa olisi kaivannut. Vertaistuelle olisi ollut suuri tarve. (Vammaisen lapsen äidin kokemus)

Tänä päivänä vertaistuesta puhutaan paljon. Se on myös asia, josta on tehty paljon tutkimuksia ja erilaisia oppaita. Tässä opinnäytetyössä perehdyimme tarkemmin vertaistukseen ja -toimintaan ja siihen, miten ja missä muodossa se palvelee parhaiten asiakkaita. Tutkimuksen avulla haluamme lisätä tietoutta vertaistukiryhmätoiminnasta asiakasnäkökulmasta käsin sekä selventää työntekijän roolia vertaistukiryhmän ohjaajana.

Teimme opinnäytetyömme toimeksiantona, jonka olemme saaneet Joensuun kaupungin vammaispalveluiden yksiköstä. Vammaispalvelut järjestävät mm. asumis-, kuljetus- ja kuntoutuspalveluita joensuulaisille vammaisille henkilöille. Vammaispalveluiden tavoitteena on kehittää palveluntarjontaa kokonaisvaltaisemmaksi. Vertaistukitoiminnasta halutaan kehittää uusi toimintamalli asiakastyöhön. Opinnäytetyön tavoitteena on kerätä taustatietoa tämän toimintamallin kehittämisen tueksi. Tällä hetkellä Joensuun kaupungin vammaispalvelut järjestää vertaistukitoimintaa kehitysvammaisten lasten äitipiirin muodossa. Kaupunki tarjoaa ryhmätoiminnalle ohjaajat, tilat sekä kahvituksen.

Sosiaalityön kehittämisen haasteena on koko ajan kasvava palveluntarve. Haasteeseen ei riitä pelkkä resurssien lisääminen, koska on kyettävä vastaamaan myös asiakaskunnan laadulliseen muutokseen. Resurssien lisäksi tarvitaan työskentelytapojen ja ammatillisen osaamisen uudistamista. (Raunio 2000, 37.)

2 VERTAISTUKI

2.1 Vertaistuki käsitteenä

Vertaistuki on kirjallisuudessa määritelty sosiaalisesti tueksi, joka pohjautuu kokemukselliseen tietoon, ja jota annetaan ja saadaan keskenään samankaltaisessa tilanteessa olevien ihmisten välillä. Yleensä vertaistukea on pidetty luonnollisena jatkumona perheiden, sukujen ja tuttavien jokapäiväisessä kanssakäymisessä. Se kuitenkin voi olla tavoitteellisempaa ja siihen voidaan liittää säännönmukaisia käytäntöjä. Kun perheiden yhtenäisyys ja yhteisöjen määrä väheni teollistumisen myötä, on tämä osaltaan vaikuttanut siihen, että ihmiset ovat perustaneet vertaistukiryhmiä. (Jantunen 2008, 23, 24.)

Vertaistukitoiminnan voidaan ajatella saaneen alkunsa tarpeesta, joka ihmisillä luontaisesti on, kun he ovat vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa. Ihminen on sosiaalinen ja elää normaalisti yhteisöissä. Kun nykyisessä yhteiskunnallisessa tilanteessa vanhat yhteisömuodot, kuten suku- ja kyläyhteisöt, ovat menettäneet voimallisuutensa, vertaistukitoiminnan kautta ihmiset ovat pyrkineet rakentamaan kaivattua yhteisöllisyyttä. Yhteisöllisyys on elementti, joka luo ihmisille turvallisuutta ja joka perustuu luottamuksellisuuteen. Ulkopuolisuuden tunne taas herättää ihmisessä kyynisyyttä, aiheuttaa epätoivoa ja tulee helposti tunne, ettei voi vaikuttaa asioihin. Ryhmällä/yhteisöllä on enemmän voimaa tehdä ongelmia näkyväksi ja vaikuttaa asioihin paremmin kuin yksittäisen henkilön. (Laimio & Karnell 2010, 9, 10.)

Vertaistuella on suuri yhteiskunnallinen merkitys erityisesti vaikeissa elämäntilanteissa. Vertaistukitoiminta perustuu kokemukselliseen asiantuntijuuteen, ja kaikki osallistujat ovat omalta osaltaan asiantuntijoita. Vertaistukitoiminta kerää yhteen ihmisiä, joilla on samantyyppinen ongelma. Yhdessä ihmiset pyrkivät löytämään ratkaisuja ongelmiinsa

ja sopeutumaan elämäntilanteeseensa ilman varsinaista ammattimaista apua. Ryhmäläiset toimivat toisilleen esimerkkeinä siinä, kuinka eri tavoin ongelmia voidaan ratkaista. Vertaisryhmissä toiminta perustuu yhdenvertaisuuteen ja keskinäiseen tukeen. (Laimio & Karnell 2010, 11, 12, 14.)

Vaikeissa elämäntilanteissa ihmisen vuorovaikutuksellisen tuen tarve lisääntyy, kun hän kaipaa apua, tukea ja peilauspintaa oman elämäntilanteensa käsittelyyn ja hahmottamiseen. Yhdessä muiden kanssa keskustellen ja palautetta saaden ihmisten on helpompi hahmottaa senhetkistä tilannettaan elämässään ja tällä tavoin saada uusia tarkastelutapoja, jotka auttavat ja helpottavat sopeutumisessa uuteen elämäntilanteeseen ja tarjoavat selviytymiskeinoja. Vuorovaikutuksellisessa tukemisessa myötäeläminen on vahvasti läsnä. Empaattisella suhtautumisella on yksilöä tukeva ja voimaannuttava vaikutus, jonka tiedetään vähentävän stressiä ja lisäävän turvallisuuden tunnetta. Toisaalta liiallisen empatian ilmaisemisessa piilee vaaraansa, sillä se saattaa tuntua toisesta ihmisestä liian hämmentävältä tai hyökkävältä ja näin estää dialogisen vuorovaikutuksen rakentumisen. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 31, 33.)

2.2 Vertaisuus ryhmässä

Ihmisen minuus syntyy vuorovaikutuksessa toiseen ihmiseen. Ihminen ei voi olla ilman toista. Vertaistukiryhmä voi auttaa ihmistä löytämään oman ilmaisukielensä. Ryhmässä ihmisellä on mahdollisuus tulla kuulluksi, nähdyksi ja kohdatuksi sekä asioita voi jakaa. Vertaistukiryhmässä tärkeintä ei ole miettiä sitä, miksi asiat ovat niin kuin ne ovat, vaan miten tilanteen voi korjata. Yhdessä on usein helpompi katsoa eteenpäin. (Hulmi 2004, 10, 11.)

Vertaistukiryhmässä oleminen vie ihmisen ulos ns. autettavan roolista. Molemminpuolisella avulla eli vertaistukeen perustuvalla toiminnalla voidaan yltää johonkin muuhun kuin mihin perinteisesti ammattiavun keinoin päästään. Kun ihminen joutuu tai pääsee eri tukitoimien kohteeksi, hän monesti kokee olevansa aina vastaanottavan osapuolen roolissa. Häntä tuetaan, häntä neuvotaan, mutta kukaan ei oikeastaan tarvitse häntä. Vertaistukiryhmässä sinä tarvitset, mutta myös sinulla on annettavaa, jaettavaa. (Hulmi 2004, 59, 60.)

Monesti vertaistukea haetaan silloin, kun koetaan, ettei saada tarkoituksenmukaista tukea omalta lähiverkostolta tai ammattilaisilta. Toiset vertaiset koetaan neutraaleina ja oman sosiaalisen verkoston ulkopuolisina, mikä helpottaa avun tarpeen myöntämistä. Samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien keskinäinen tuki vähentää erilaisuuden ja eristäytyneisyyden tunnetta, ja se mahdollistaa uusien vastavuoroisten ihmissuhteiden muodostamisen. (Jantunen 2008, 28.)

Vertaistukiryhmissä vertaiset kannustavat toisiaan antamalla palautetta, tukevat päätöksissä ja jakavat tietoa. Kokemusten vertaileminen on myös oman voinnin arvioimista ja muutosten ennakoimista. Yhteinen pohtiminen saattaa saada ongelmat näyttämään vähemmän hankalilta. Monesti uusien näkökulmien ja vaihtoehtojen miettiminen selkiyttää ja jäsentää asioita paremmin. Toisten jäsenten esittämät kysymykset ja katsontakanat vievät asioiden työstämistä eteenpäin. Keskusteltaessa ja puhuttaessa tunnistetaan sellaisia näkökulmia, jotka ovat aikaisemmin jääneet kokonaan huomaamatta. Ryhmästä löytyy monesti esimerkkejä toipumisesta ja selviytymisestä. Vertailun perusteella huomattu oma ja toisen samankaltainen kokemus vahvistaa normaalisuuden tunnetta. (Jantunen 2008, 58.)

Vertaistukiryhmään kuulumisen lisää tunnetta, että osallistuja huomaa olevansa yksi monista eikä siis ainoa, jolla on vaikeuksia. Samankaltaiset kokemukset saavat aikaan kohtalotoveruuden, läheisyyden, tuttuuden ja yhteenkuuluvuuden tunteita. Ryhmäpaamisten odottaminen merkitsee tulevaisuuteen suuntautumista. On jotain, mitä odottaa ja jonka kokee tärkeäksi. Ryhmä toimii voimavarana ja jonkinlaisena puolesta selviytyjänä. Yhdessäolo kuulumisten kertomisineen antaa uskoa hitaaseen mutta varmaan muutokseen ja voimaantumiseen. Elämä näyttää valoisammalta kuin ehkä aikaisemmin. (Jantunen 2008, 60, 68, 69.)

3 RYHMÄDYNAMIIKKA

3.1 Vertaistukiryhmän kokoaminen

Vertaistukiryhmän perustamista suunniteltaessa on hyvä pohtia kohderyhmää tarkemmin. Kohderyhmä voi olla suppeasti määritelty tai laajempi, riippuen siitä, kuinka ryh-

män on tarkoitus toimia. Jos ryhmässä on tarkoitus pohtia ja keskustella syvästi henkilökohtaisista kokemuksista, suppeasti toimiva ryhmä antaa tähän tarkoituksen parhaat edellytykset. Jos taas toimintaan suuntautuneissa ryhmissä vertaisuus on vähäisempää, kohderyhmän määrittely ei ole niin tärkeää. (Jyrkämä 2010, 34.)

Ryhmän kokoamisessa on hyvä myös pohtia sitä, miltä alueelta ryhmä kootaan. Jos ryhmä kokoontuu säännöllisesti, on kannattavaa koota se alueelta, jossa kokoontuminen on kätevää. Paikallisesta ryhmästä on myös se etu, että ryhmässä kerääntyy paljon paikallista tietoa ja informaatiota palveluista sekä niiden toimivuudesta ja toimimattomuudesta. Jos välimatkat ovat pitkiä, silloin ryhmän kokoontumiskerrat voi suunnitella tapahtuvan harvemmin. (Jyrkämä 2010, 35.)

Vertaistukiryhmää suunniteltaessa yksi keskeinen asia, joka tulee miettiä tarkkaan, on ryhmän koko. Kuinka monta henkilöä ryhmään otetaan mukaan? Ryhmät voivat vaihdella suuresti kooltaan. Suositeltavana vertaistukiryhmän kokona pidetään 6 – 10:tä henkilöä. Ryhmän koko vaikuttaa suuresti ryhmän toimintaan, ja esimerkiksi mitä pienempi ryhmä on kyseessä, sitä enemmän kullekin ryhmänjäsenelle jää aikaa puhumiseen ja omien kokemuksien jakamiseen. Pienessä ryhmässä työskentely on monesti intensiivisempää ja intiimimpää, mutta toisaalta poissaolot ja osallistujien keskinäisten suhteiden toimimattomuus, saattavat aiheuttaa toiminnalle ongelmia. Suuressa ryhmässä osallistujat jäävät helposti toisilleen etäisiksi eikä ryhmään välttämättä muodostu yhtä kiinteää sidettä kuin pienessä ryhmässä. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 34.)

Vertaistukiryhmien merkitys yksilölle on tärkeää elämänhallinnan vahvistajana. Vertaistukiryhmiä on monia erilaisia ja tarjontaa on runsaasti. Jokaisella ryhmällä on omat tavoitteensa ja sääntönsä, joista on hyvä keskustella ja sopia ryhmänjäsenten kesken heti alusta alkaen. On muun muassa hyvä sopia se, että onko ryhmä avoin, suljettu vai täydentävä ryhmä. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 34.)

Avoimena toimiva vertaistukiryhmä ottaa vapaasti jäseniä ryhmään käynnistymisensä jälkeen. **Suljetussa** ryhmässä puolestaan uusia jäseniä ei oteta ryhmään enää, kun työskentely on käynnistynyt. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 34.) Ryhmä voi olla myös **täydentävä** niin, että uusia jäseniä otetaan ryhmään sovittuina ajankohtina, esimerkiksi syys- ja kevätkauden alkaessa. Tällä tavalla toimien voidaan vaikuttaa siihen,

että ryhmän kokoonpano ei muutu koko ajan, mutta se kuitenkin mahdollistaa uusien halukkaiden pääsyn ryhmätoimintaan pienellä viiveellä. (Jyrkämä 2010, 35.)

3.2 Ryhmädynamiikka

Ryhmän tunnusmerkkejä ovat mm. sen koko, tarkoitus, rajat, säännöt, vuorovaikutus, työnjako, roolit ja johtajuus. Ihmisjoukosta tulee ryhmä, kun jäsenillä on jotakuinkin yhteinen tavoite, mahdollisuus vuorovaikutukseen ja käsitys siitä, keitä ryhmään kuuluu. Vuorovaikutuksessa ryhmän johtajuus ja roolit syntyvät nopeasti. Ryhmän sisäiset voimat muodostavat ryhmädynamiikan. Ryhmädynamiikan käsitteellä viitataan siihen, että ryhmä toimii tavalla, jota ei voisi suoraan päätellä sen yksittäisten jäsenten käytöksestä. Jäsentenvälinen vuorovaikutus ja kommunikaatio muodostaa ryhmädynamiikan. Ryhmässä jäsenet reagoivat yksilön viestiin, jotkut myös kommentoivat sitä. Lähemmin tarkasteltuna tilanteet siis muodostuvat kahden henkilön välisistä vuorovaikutusepisodeista. Muutkin jäsenet seuraavat toisten vuorovaikutusta ja liittyvät siihen, mutta vuorovaikutus tarkentuu usein kahdenväliseksi. Turvallisuuden tunne ryhmän sisällä lisääntyy sitä mukaa, kun kahdenvälisten vuorovaikutusepisodioiden määrä eri ihmisten välillä kasvaa. (Kopakkala 2008, 36–38.)

Ryhmän jäsen haluaa liittyä ryhmään turvallisesti ja toisia loukkaamatta. Ihminen pysyy tutustumaan vain yhteen henkilöön kerrallaan, joten ryhmän muodostuminen turvalliseksi vaatii aikaa ja mahdollisuuksia keskinäiseen vuorovaikutukseen. Vuorovaikutuksen onnistumisen edellytyksenä puolestaan on roolien riittävä selkeys. Roolien ansiosta sosiaalinen elämä on hallittavaa ja ihmisellä on jopa useita rooleja päivän aikana. Roolit antavat ihmisten keskinäiseen elämään ennakoitavuutta ja ymmärrettävyyttä. Kehon asento, puhetapa, ajatukset, asenteet, pukeutuminen ja suhde tilaan liittyvät rooliin. Jotta roolit voivat toimia, edellyttää tämä vastaroolia, eli muiden tulee hyväksyä roolimme ja reagoida siihen sopivasti. Roolin omaksumisessa on eri vaiheita. Rooli pitää tunnistaa ja sitä tulee opetella ennen kuin siitä tulee oma. Ihminen on taitava havaitsemaan toisten rooleja ja aistimaan erilaisia tunnelmia. (Kopakkala 2008, 56-57.)

3.2 Ryhmän kehittymisen vaiheet

Yhdysvaltalainen tutkija Bruce Tuckman julkaisi vuonna 1965 artikkelin ryhmän vaiheittaisesta kehityksestä. Tuckmanin mallista on muodostunut perusta yli sadalle myöhemmin kehitetylle mallille. *Muodostusvaihe* (forming) on nähtävissä ryhmän alussa, jolloin jäsenet ovat riippuvaisia ohjaajasta. Ohjaajalla odotetaan olevan apu tilanteen ratkaisemiseksi. Jäsenet käyttäytyvät varovaisesti ja muodollisesti sekä etsivät omaa paikkaansa ryhmässä. Ryhmäroolit alkavat muodostua muodostusvaiheessa. Ryhmän toiminnalle mietitään tavoite ja sovitaan yhteisistä säännöistä. Ilmapiiri on yleensä myönteinen ja turvallinen. Kokonaisuudessaan tämä vaihe sisältää paljon etsimistä; ryhmän tehtävä, säännöt, hyväksyttävän käyttäytymisen rajat, oma asema ryhmässä jne. Siksi monelle tämä vaihe saattaa tuntua myös ahdistavalta ja epävarmalta. (Kopakkala 2008, 49.)

Ryhmän edetessä yksilöt haluavat erottautua ryhmässä ja konfliktitilanteitakin muodostuu. Tätä vaihetta kutsutaan *kuohuntavaiheeksi* (storming). Ryhmässä käydään sisäisiä taisteluja ja ohjaajaan tai saatuun tehtävään kohdistetaan vastustusta. Ryhmää kohtaan tunnetaan pettymystä ja tyytymättömyyttä. Ryhmäläiset ovat rohkeampia esittämään omia mielipiteitä sekä tarttumaan toisten sanomiin asioihin. Erimielisyyksiä ei pelätä, vaan toisia ryhmäläisiä ja ohjaajaa testataan rohkeasti. Kuohuntavaiheessa saattaa syntyä alaryhmiä. Tästä vaiheesta selviytymiseen tarvitaan kaikkien ryhmäläisten työpanosta, ettei toiminta jumiudu. (Kopakkala 2008, 49–50.)

Kun ryhmähenki alkaa muotoutua ja roolit aletaan hyväksyä, ollaan edetty *sopimisvaiheeseen* (norming). Erilaiset ryhmäläiset kokevat kuuluvansa yhteen, erilaisuus ryhmän sisällä hyväksytään. Ryhmän pelisäännöt ovat selkiytyneet ja ryhmä pyrkii yhteistoimintaan. Konfliktitilanteita halutaan välttää, mutta silti erilaisia näkemyksiä ja tunteita voidaan ilmaista avoimesti. Tässä vaiheessa syntyy myös sanattomia sopimuksia, ryhmä kiinteytyy ja vastustus voitetaan. Ryhmäläisille alkaa kehittyä tunne ryhmään kuulumisesta, ryhmäläisillä on jo kokemusta toisistaan ja toisten työskentelytavoista. Jokaiselle on löytynyt oma paikka ja rooli ryhmässä, ja toimintailmapiiri vaikuttaa vapautuneelta. Avoimuus voi olla vielä kuitenkin näennäistä, ja ryhmäläiset saattavat pyrkiä vaikuttamaan ryhmän toimintaan omien tavoitteidensa mukaan. (Kopakkala 2008, 50.)

Hyvin toimiva ryhmä (performing) on jo tasolla, jossa ryhmä on tuottava, tehokas ja luova. Resurssit osataan hyödyntää tehokkaasti ja ryhmä toimii kokonaisuutena tavoitteen suuntaisesti. Ryhmässä osataan ratkaista mahdolliset konfliktitilanteet. Ryhmä pystyy paneutumaan tehtävänsä loppuunsaattamiseen ja sen energia voidaan käyttää itse työskentelyyn. Hyvin toimivan ryhmän vaiheessa ihmissuhdeongelmat ja työnjaolliset ristiriidat on ratkottu ja ryhmäläisten erilaiset roolit osataan hyödyntää. Ryhmässä vallitsee avoin, joustava, tehokas ja tukeva ilmapiiri. Ryhmän kiinteys vaikeuttaa uusien jäsenten mukaan tuloa. *Ryhmän lopettaminen* (adjourning) on vaihe, jossa ryhmä päättää toimintansa. Tunteet ovat vahvasti esillä ja ailahtelevat helpotuksesta masennukseen. (Kopakkala 2008, 50–51.)

3.4 Roolit

Ihminen käyttäytyy eri tilanteissa eri tavoin, yhdessä tilanteessa voimme olla puheliaita ja seurallisia, kun taas toinen tilanne voi tehdä meistä ujoja ja hiljaisia. Mietimme kumpi käyttäytyminen on se oikea minä. Kysyttäessä tuttavilta millaisena he minut näkevät, saamme suuren kirjon vastauksia. Pohdinta omasta roolista auttaa vuorovaikutuksen, ryhmän toiminnan ja oman käyttäytymisen ymmärtämistä. Sana rooli tuo helposti mieleen teatterin ja epäaitouden. Yhteen päivään mahtuu monia rooleja (mm. vanhempi lapselle, esimies alaisille) ja joissakin rooleissa viihdymme paremmin kuin toisissa. Rooliin vaikuttaa selvästi se, kenen kanssa olemme tekemisissä. Rooli jäsentää vuorovaikutusta ja on helpottamassa toiminnasta tehtävää tulkintaa. Rooli määräytyy osittain myös ulkoapäin, mikä on kulloinkin sopivaa käytöstä (esimerkiksi poliisi, lääkäri). Vastata kun opimme tuntemaan ihmisen paremmin, rooli muodostuu persoonallisemmaksi. (Kopakkala 2008, 96–97.)

Roolit voidaan jakaa yhteisön kannalta ajatellen *kollektiivisiin*, *sosiaalisiin* ja *persoonallisiin* ryhmiin. Roolit ovat osa vuorovaikutussuhteita. Roolit voidaan nähdä ikkunoina, joiden läpi näytämme eri puolia itsestämme. Siihen, mitä meistä näkyy ensimmäisenä, emme voi juuri vaikuttaa. Kollektiivisen roolin havaitsemme ihmisestä heti. Ihmisen sukupuoli, koko, ikä, rotu ja ulkoinen olemus kertovat meille henkilöstä jotain. Muiden kollektiiviset roolit vaikuttavat meihin ja meidän kollektiiviset roolit muihin, halusimme tai emme. Sosiaaliset roolit ovat sopimuksia ja niitä voidaan tarvittaessa muuttaa nope-

asti. Jo lapsena opetellaan sosiaalisia rooleja leikkien avulla. Esimerkiksi opiskelija, opettaja, puhuja ja kuuntelija ovat rooleja, jotka edellyttävät toisiaan. Myös persoonalliset roolit edellyttävät toisiaan, vaikka ne eivät ole sopimuksia. Esimerkiksi kateellinen tuttava ei hetkessä vaihda roolia toiseksi pelkän sopimisen tuloksena. Persoonallisiin rooleihin liittyy tunteita. (Kopakkala 2008, 100–101.)

Ryhmätilanteissa yksilön roolit ovat yhdistelmiä sosiaalisesta ja persoonallisesta roolista. Harvalla on varman tuntuinen olo uuden ryhmän kokoontuessa. Uuteen tilanteeseen entiset roolit eivät ehkä sovikaan. Ryhmän alkuvaiheessa hämmennys on yleistä juuriksi, että roolit ei ole vielä selkeitä. Ryhmän alkuvaiheessa esille nousevat ne roolit, joissa henkilö on aiemmin onnistunut ja tullut hyväksytyksi. Turvallisuuden lisääntyessä ryhmässä, alkaa roolit tulla joustavamiksi ja persoonallisemmiksi. Pitkään toimineessa ryhmässä roolit taas saattavat helposti jäykistyä, ja näin ollen se saattaa kaventaa henkilön toimintamahdollisuuksia. (Kopakkala 2008, 108.)

Kun yksilön roolista on muodostunut osa ryhmän roolien kokonaisuutta, sen muuttamiseksi tarvitaan muiden ryhmäläisten hyväksyntä. Roolit kun muodostavat toisiaan täydentäviä vastaroolipareja ja edellyttävät siten toisiaan. Mikäli roolit ovat joustamattomia, vähentää se ryhmän iloa ja dynaamisuutta. Ristiriitatilanteissa roolien joustamattomuus tulee usein esille. Kun ryhmästä poistuu henkilö jää hänen roolinsa ryhmän rooliverkoston. Uudelle tulijalle on paikka valmiina. Uusi henkilö joutuu kohtaamaan edelliseen henkilöön liittyviä rooliodotuksia ja vasta ajan kuluessa uusi jäsen rakentaa tilalle itselleen sopivan roolin. (Kopakkala 2008, 108–109.)

Vaikka ihminen muuttuu ryhmän tarpeiden mukaan, on muuttuminen silti rajallista. Ujosta ja hiljaisesta ei tule päällepäsmäriä vaikka hän siirtyisi toiseen ryhmään. Ryhmän kehitysvaiheita ajatellen voidaan sanoa, että henkilöillä on omat suosikkivaiheensa. Eri vaiheet saavat innostumaan ryhmäläisiä eri tavalla. (Kopakkala 2008, 110,111.)

4 OHJAAJUUS

4.1 Vertaistukiryhmän ohjaaja

Vertaistukiryhmän ohjaajana voi toimia periaatteessa kuka vain, muun muassa yksi ryhmän jäsenistä. Ohjaajan roolia ja tehtävän edellyttämiä vaatimuksia voidaan pohtia niiden tavoitteiden kautta, joita vertaistukiryhmälle on asetettu. Riippuen vertaistukiryhmässä käsiteltävien aiheiden haasteellisuuksista, voidaan asiakkaille tarjota ammatillista apua osana vertaistukiryhmää. Vertaistukiryhmä, jossa ohjaajana toimii ammatti-ihminen, poikkeaa itseohjautuvista vertaistukiryhmistä juuri ohjaajan aseman vuoksi. Tämä johtuu siitä, että ryhmän ulkopuolisena jäsenenä ohjaaja voi paremmin auttaa ryhmää toimimaan niiden tavoitteiden mukaan, jotka ryhmälle on asetettu. Ohjaajan onkin hyvä pitää mielessään koko ryhmäprosessin ajan ryhmän perustehtävä ja työskentelyn tavoite. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 36.)

Jotta ohjaaja kykenee tekemään työnsä hyvin, vaatii se perehtyneisyyttä ryhmän toimintaan sekä ko. ryhmässä käsiteltävään teemaan, jotta hän voi viedä ryhmäprosessia eteenpäin. Monesti ohjaajan tehtävänä on hoitaa käytännön järjestelyt, kuten tilojen varaamisen, informoimisen, aikataulutuksen sekä toisaalta hänen tulee ohjata ryhmän työskentelyä niin, että ryhmässä oleminen koetaan turvalliseksi, kaikki jäsenet huomioidaan tasapuolisesti sekä annetaan mahdollisuus ja tila uusille näkökulmille ja toimintamallien löytämiselle. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 37.)

Jos ryhmää ohjaa yksi vertainen, ryhmän toiminnassa on monesti enemmän esillä ns. kokemustieto. Kokemustiedolla tarkoitetaan kaikkea tietoa, joka kertyy eletyn elämän, arjen kysymysten, tukien ja palveluiden ja perheen tilanteeseen liittyvien asioiden kanssa. (Jyrämä 2010, 34.)

Yksi keskeisimmistä tehtävistä vertaistukiryhmän ohjaajalla on pyrkiä luomaan ryhmätilanteesta sellainen, että kaikki osallistujat kokevat sen turvalliseksi. Ohjaajan tulee huomioida kaikki ryhmään osallistujat tasapuolisesti. Vaikka ryhmään osallistujia yhdistääkin monesti sama kokemuspohja ja tarve saada tukea, voivat motiivit osallistua ryhmään olla ryhmäläisillä erilaiset. Joku hakee vertaistukiryhmästä uusia näkökulmia, toinen lohtua, kolmas hakee sosiaalisia suhteita ja neljännen motiivina voi olla uteliaisuus muiden kohtaloista. Erilaiset motiivit asettavat ohjaajalle haasteita, jonka tehtävänä

on saada ryhmä toimimaan sille asetettujen tavoitteiden mukaisesti. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 59.)

4.2 Ammattilaisten ja vertaistukiryhmäläisten asiantuntijuus

4.2.1 Ohjaajana ammattilainen

Säilyäkseen elinvoimaisena ja riittävän monimuotoisena, vertaistoiminta tarvitsee myös ammattilaisia. Ammattilaiset ovat edesauttamassa vertaistoiminnan saatavuutta sitä tarvitseville. Ammattilaiset ovat järjestöjen ja julkisen sektorin henkilöitä. Yleensä vertaistukiryhmässä on kyse sairaudesta, surusta tai menetyksestä. Ryhmissä esitetään usein kritiikkiä julkisten palveluiden riittämättömyydestä sekä siitä, etteivät palvelut ole asiakaslähtöisiä. Valitettavan harvoin vertaisryhmissä esille nouseva kokemustieto saavuttaa palveluita suunnittelevat ja järjestävät tahot. Ongelma on ammattitiedon ja kokemustiedon puutteellinen vuoropuhelu. Lähes aina julkinen palvelujärjestelmä ja vertaistoiminta kuitenkin sivuavat toisiaan tavalla tai toisella. Tieto olemassa olevista vertaisryhmistä välittyy monesti asiakkaalle julkisten palveluiden kautta ja vertaistukiryhmissä puolestaan jaetaan tietoa saatavilla olevista julkisista palveluista. Vertaisverkostojen ja palvelujärjestelmän välille tulisi rakentaa selkeä rakenne. Tämä vaatii vertaistuen organisoitumista palvelujärjestelmästä lähtien ja olemalla osa palvelujärjestelmästä. Tulevaisuudessa tarvitaan vertaisverkostojen, järjestöjen ja julkisen palvelujärjestelmän tiivistä yhteistyötä, jolla pystytään hyödyntämään kaikkien osapuolten vahvuudet yhteiseen käyttöön. Julkisen sektorin osalta tulevaisuuden visiona tulisi olla vertaistukitoiminnan liittäminen osaksi hyvinvointipalveluja. Palveluiden asiakaslähtöisyys mahdollistuu paremmin, kun kokemustieto saadaan myös ammattilaisten tietouteen. Julkinen sektori voi edesauttaa vertaistukitoiminnan järjestämistä esimerkiksi olemalla mukana toiminnan käynnistämisessä, tarjoamalla asiantuntijatietoa sekä toimintaan tarvittavia tiloja sekä lastenhoitoapua. (Jyrkämä & Huuskonen 2010, 81–84.)

4.2.2 Sosiaalialan eettiset ohjeet

Kehittyneen ammatillisuuden eräs tunnusmerkki on valmius oman työn ja työkäytäntöjen arvioiva, eettinen pohdinta. Eettiset säännöt toimivat välineenä ammatillisten peri-

aatteiden tunnetuksi tekemiselle. Eettiset ohjeet antavat ammattilaisille ohjeita, kuinka toimia ja suojata palveluiden käyttäjiä väärinkäytöksiltä. Ohjeet tukevat ammattitieteitä ja vahvistavat oman työn merkitystä Erityisesti sosiaalialalla on tärkeä suhde etiikkaan. Eettisten kysymysten pohtiminen on oikeastaan ollut koko sosiaalialan työn luojana. Lainsäädäntö on määrittämässä sosiaalialaa ja koko julkista sektoria. Sosiaaliala toteuttaa perustuslain velvoitetta huolehtia kaikista jäsenistään. Oikeusvaltioperiaate tarkoittaa sitä, ettei hyvilläkään eettisillä päämäärillä ja periaatteilla voida perustella toimenpiteitä, joista ei ole erityistä mainintaa laissa. Laki ei kuitenkaan anna yleensä suoraa vastausta arkisen ihmissuhdetyön ongelmatilanteisiin. Tällöin ammattietiikka ohjaa valintoja kaikessa sosiaalialan työssä. Eettisyys liitetään usein tunteisiin. Tunteet eivät voi kuitenkaan olla etiikan ainoana pohjana, koska tunteet saattavat johtaa harhaan. Eettisesti kestävä toiminnan perustana tulee olla asiakkaan ihmisarvon ja yksilöllisyyden kunnioittaminen. Avoimuus, rehellisyys, omien rajojen, tietämättömyyden ja tuen tarpeen tunnistaminen ovat ammatillisuutta. (Ammattieettinen lautakunta 2009, 5-6.)

Eettisyyden tavoitteena on hyvä elämä sekä oikean ja väärän erottaminen. Eettiset ohjeet eivät voi olla yksityiskohtaisia, koska oikean ja väärän pohtiminen tapahtuu usein yllättävissä ja ennalta arvaamattomissa tilanteissa. Ammattilaisen on kyettävä pohtimaan ja kyseenalaistamaan omaa ammatillista toimintaa. Sosiaalialan työssä ammattietiikkaan kuuluu vahvasti asiakkaan omien näkemysten esiin tuominen. Ammattilaisen on tarkasteltava toimintaorganisaation tavoitteita ja toimintaa kriittisesti. Esimerkiksi taloudelliset säästötavoitteet eivät saa aiheuttaa laittomia toimintakäytäntöjä. Sosiaalialan voidaan katsoa olevan jatkuvasti keskeneräistä. Eettisestä pohdinnasta ei voida koskaan luopua, koska ei ole mahdollista tehdä erilaisiin tilanteisiin sopivien toimintaohjeiden käsikirjaa. Ammattietiikan tulisi olla yhteisöllinen asia, johon koko työyhteisö ja organisaatio osallistuu. Jokainen yksittäinen työntekijä on vastuussa omasta ammattitaidosta, sen ylläpitämisestä ja kehittämisestä. Puutteellista ammattitaitoa ei voida korvata hyvillä eettisillä periaatteilla. Sosiaalialan ammattilaisten on ymmärrettävä ihmis-oikeudet ja puolustettava niitä. Ihmis-oikeudet kuuluvat kaikille. Ihmisarvon kunnioittaminen sosiaalialan työssä ilmenee itsemääräämisoikeuden, osallistumisoikeuden, oikeuden tulla kohdatuksi kokonaisvaltaisesti sekä oikeuden yksityisyyteen .periaatteita noudattamalla. Sosiaalialan ammattilaisen tulee edistää sosiaalista oikeudenmukaisuutta myös koko yhteiskunnassa. Tämä tarkoittaa negatiivisen syrjinnän estämistä, erilaisu-

den tunnustamista, voimavarojen jakamista tasapuolisesti sekä epäoikeudenmukaisen politiikan ja toimintatapojen vastustamista. (Ammattieettinen lautakunta 2009, 6-9.)

4.2.3 Kokemustiedon hyödyntäminen

Kokemustieto pohjautuu ihmisen henkilökohtaisen kokemuksen kautta kertyneeseen tietopääomaan. Jokainen ihminen kokee ja tulkitsee tapahtumat elämässään omista lähtökohdistaan. Kokemusta ei voi saada opiskelemalla, vaan se syntyy vuorovaikutuksesta ympäristön kanssa. Kokemusten muodostumiseen vaikuttavat aiempi elämäkokemus sekä minä - ja maailmankuva. Minäkuva tarkoittaa sitä, kuka ihminen kokee olevansa ja mihin hän kykenee. Maailmankuvalla puolestaan tarkoitetaan ihmisen käsitystä ympäröivästä todellisuudesta sekä hänen omaa suhdettaan siihen. Kokemustieto on hyvin subjektiivista ja henkilökohtaista. Se on tärkeää vertaistessa niin tukea tarvitsevalle kuin kokemustiedon jakajalle. Kokemustiedon jakaja voi esimerkiksi auttaa muita huomaamaan, että ei ole yksin vaikeassa elämäntilanteessa ja että siitäkin on mahdollista selvitä. Kokemustieto antaa konkreettista käytännön tietoa ja neuvoja. Kokemustiedossa merkittävää on myös tiedon jakajan tunne siitä, että voi auttaa ja olla hyödyksi jollekin toiselle. Kokemusasiantuntijuutta tulisi osata arvostaa yhtä lailla kuin asiantuntijatietoa. Aina on kuitenkin muistettava sen subjektiivinen luonne. Sitä ei voida tuoda esiin ainoana totuutena. Kokemustiedon kuulijoiden ja sitä jakavien tulee myös muistaa, että jokaisen kokemuspohjainen tieto on silti yhtä luotettavaa ja tärkeää kuin toisten. Kokemustiedon jakajan vastuulla on korostaa tiedon subjektiivista näkökulmaa. Hänen on myös hyvä miettiä mitä ja miten asioistaan jakaa toisille. Jokaisen on itse määriteltävä oman henkilökohtaisen alueen laajuus, jolla säilyttää oman yksityisyyden. (Vahtivaara 2010, 21–23.)

5 VAMMAISUUS JA VAMMAISPALVELUT

5.1 Vammaisuuden määrittely

Vammaispalvelulain mukaan vammainen on henkilö, jolla vamma tai sairaus aiheuttaa pitkäaikaisesti erityisiä vaikeuksia suoriutua tavanomaisen elämän toiminnoista (Finlex,

2011.) Tänä päivänä eri vammaisryhmiksi voidaan eritellä kehitysvammaiset, aisti-vammaiset sekä fyysisesti vammaiset. Vamma aiheuttaa henkilölle vaikeuksia liikkumisessa, kommunikoinnissa, selviytymisessä jokapäiväisissä toiminnoissa. Vamma voi myös vaikeuttaa sosiaalista osallistumista yhteisön elämään. Vammat voivat olla erilaisia pysyvyyden, vaihtelevuuden, paranevuuden ja etenevien tilojen osalta. (Vammaisuuden uudistuva määrittely lähtee yksilöllisistä tarpeista, 2011)

Maailman terveysjärjestön WHO:n (1980) mukaan sairauden tai vamman vaikutukset jakautuvat kolmeen ulottuvuuteen: 1) vaurioon, joka tarkoittaa minkä tahansa psyykkisen, fyysisen tai ruumiin rakenteen tai toiminnan puutosta tai poikkeavuutta, 2) toiminnanvajavuuteen, mikä merkitsee mitä tahansa vauriosta aiheutuvaa rajoitusta tai puutosta kyvyssä suoriutua toiminnoista, joita pidetään ihmiselle normaaleina, 3) sosiaaliseen haittaan, mikä tarkoittaa vauriosta tai toiminnanvajavuudesta johtuvaa hankaluutta, joka rajoittaa tai estää henkilöä suoriutumasta tämän ikään, sukupuoleen, sosiaaliseen asemaan sekä kulttuuritaustaan nähden normaalilla tavalla. Yleensäkin vertaaminen normaaliin on tosin kulttuurisidonnaista ja osin mielivaltaistakin. Uudempi WHO:n (2001) määritelmä huomioi niin biologiset, yksilöpsykologiset kuin yhteiskunnalliset tekijät yksilön terveydentilassa. Vammaisuus tarkoittaa vaihtelua ihmisten toimintakyvyssä, joka aiheutuu yhdestä tai useammasta seuraavista seikoista: elimellinen vaurio, toiminnan rajoitus ja osallistumisen rajoitus. Sosiaalinen vammaistutkimus näkee vammaisuuden sosiaalisena, poliittisena ja kulttuurisena ilmiönä. Erityispedagogiikka taas selittää vammaisuutta yksilön elimellisillä vammoilla ja keskittyy kehittämään opetus- ja kuntoutusmenetelmiä kunkin vamman ominaispiirteiden mukaan. (Vehmas 2005, 112–116.)

5.2 Kehitysvammaisuus

Kehitysvammainen on henkilö, jonka kehitys tai henkinen toiminta on estynyt tai häiriintynyt synnynnäisen tai kehitysiässä saadun sairauden, vian tai vamman vuoksi. Kehitysvammainen henkilö, joka ei muun lain nojalla voi saada tarvitsemiaan palveluja, on oikeutettu kehitysvammalain mukaan erityishuollon palveluihin. Vammalla tarkoitetaan fyysistä tai psyykkistä vajavuutta, joka pysyvästi rajoittaa yksilön **suorituskykyä**. **Älylinen kehitysvammaisuus** sisältää myös muiden elimien kuin hermoston vammat ja vauriot. Suurin ryhmä kuitenkin on hermoston kehityshäiriöt, kuten aivojen kehitys-

häiriöt. Älyllinen kehitysvammaisuustermi on WHO:n valitsema, mutta sitä ei tule käyttää monipuolista ihmisyksilöä kuvaavana yleisluonnehdintana. WHO:n mukaan älyllisellä kehitysvammaisuudella tarkoitetaan tilaa, jossa henkisen suorituskyvyn kehitys on estynyt tai epätäydellinen. Puutteita on kognitiivisissa, kielellisissä, motorisissa ja sosiaalisissa taidoissa. (Kaski ym. 2006, 20, 21.)

AAMR (nykyisin AAIDD, American Association of Intellectual and Developmental Disabilities) puolestaan tekee määrittelyä enemmän toiminnalliselta kannalta. Ratkaisevia tekijöitä ovat ympäristö ja toimintakyky, jossa nimenomaan katsotaan älyllisten ja adaptiivisten taitojen ja ympäristön vaatimusten välistä vuorovaikutusta. Kehitysvammaisuus AAMR:n mukaan tarkoittaa tämänhetkisen toimintakyvyn huomattavaa rajoitusta. Ominaista on keskimääräistä heikompi älyllinen suorituskky (ÄÖ alle 70 - 75), johon lisäksi liittyy rajoituksia kahdessa tai useammassa adaptiivisten taitojen osa-alueessa (kommunikaatio, itsestä huolehtiminen, kotona asuminen, sosiaaliset taidot, yhteisössä toimiminen, itsehallinta, terveys ja turvallisuus, oppimiskyky, vapaa-aika ja työ). Nämä ilmenee ennen 18 vuoden ikää. Suomen laissa ei ole tarkkaa ylärajaa kehitysvammaisuuden alkamisiälle, mutta jos älyllinen suorituskky heikkenee 18-vuotiaana tai sen jälkeen, puhutaan dementiasta. (Kaski 2006, 20, 21.)

5.3 Joensuun kaupungin vammaispalvelujen organisaatio

Sosiaali- ja terveystoimen organisaation ylimpänä elimenä on Sosiaali- ja terveyslautakunta. Sen tehtävänä on esimerkiksi hyväksyä isommat linjaukset ja päätökset, joita noudatetaan voimassa olevien lakien puitteissa. Seuraavana organisaatiossa on sosiaali- ja terveysjohtaja, jonka alaisuudessa ovat terveyspalvelut, vanhuspalvelut ja sosiaalipalvelut. Sosiaalipalveluilla on oma johtaja ja hänen piiriinsä kuuluvat lastensuojelupalvelut, aikuissosiaalityön palvelut, kasvatust ja perheneuvola sekä vammaispalvelut. Vammaispalveluilla on oma päällikkö. Vammaispalvelut pitää sisällään vammaishuollon ja kehitysvammahuollon palvelujen ostamisen ja valvonnan. Vammaispalveluista vastaa vammaispalvelupäällikkö, jonka alaisuudessa työskentelee johtava sosiaalityöntekijä, kolme sosiaalityöntekijää, kolme kuntoutusohjaajaa, vammaispalveluohjaaja ja toimistosihteeri. Joensuun vammaispalvelujen alaisuuteen kuuluu myös Tuupovaaran, Kiihtelysvaaran, Enon sekä Pyhäselän alue. Matkojenyhdistelykeskus (Myk) on myös osa vammaispalvelua. (Joensuun kaupunki, 2011)

Vammaispalveluiden tavoitteena on kompensoida vammasta aiheutuvia haittoja, ja sitä kautta olla mahdollistamassa tasa-arvoinen elämä vammasta riippumatta. Hyvinvointipalveluissa asiakkaan kokemusasiantuntijuus tulisi ottaa ammatillisen asiantuntijuuden rinnalle. Vammaiselle henkilölle laaditaan henkilökohtainen palvelusuunnitelma tarvittavien palveluiden ja tukitoimien selvittämiseksi. Palvelusuunnitelma laaditaan yhdessä kunnan viranomaisten, vammaisen sekä hänen huoltajan/omaisen kanssa. Jotta palvelusuunnitelma toimisi käytännössä, tulisi siinä hahmottaa vammaisen henkilön kokonaistilanne ja palvelujen tarkoituksenmukaisuus. (Hyvönen 2010, 16 - 18.)

6 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS

Opinnäytetyömme idea tuli käytännöntarpeesta: Joensuun vammaispalvelut haluavat laajentaa palveluntarjontaa vertaistukitoiminnan muodossa. Toimeksiantajan tavoitteena on kehittää palvelua, joka parhaalla mahdollisella tavalla palvelisi asiakkaita ja heidän tarpeitaan. Vertaistukitoiminta mahdollistaa myös ennaltaehkäisevän työn tekemisen, ryhmäläiset saavat tukea toisilta ryhmäläisiltä, mutta heillä on myös käytettävissä ohjaajana toimivan työntekijän osaaminen.

Opinnäytetyömme tutkimustehtävänä oli kartoittaa:

- ◆ vertaistuesta jo tehtyjen tutkimusten avulla millaista tukea se tarjoaa osallistujille
- ◆ mitkä tekijät nousevat tärkeimmiksi elementeiksi ryhmätoiminnassa.

Valmiiden tutkimusten lisäksi haastattelimme kahta henkilöä, jotka ovat osallistuneet vertaistukitoimintaan. Näillä haastatteluilla halusimme syventää ja täydentää sitä tietoa, jota saimme valmiista aineistoista sekä kirjallisuudesta. Tämän opinnäytetyömme pää tavoite oli siis koota toimeksiantajallemme mahdollisimman monipuolinen kirjallinen tuotos siitä, mitä vertaistukitoiminta kaiken kaikkiaan on ja kuinka sitä olisi hyvä lähteä kehittämään ja järjestämään.

7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

7.1 Laadullinen tutkimus

Laadullista tutkimusta tehtäessä on joka kerta hyvä erikseen määrittää se, mitä ollaan tekemässä. Tutkimusta tekevän tutkijan on tiedettävä mitä tekee, sillä jokainen tutkimus sisältää omat eettiset ongelmansa. Laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä tilastollisiin yleistyksiin, vaan niissä pyritään kuvaamaan jotain ilmiötä tai tapahtumaa, ymmärtämään tiettyä toimintaa tai antamaan teoreettisesti mielekäs tulkinta jollekin ilmiölle. Tässä mielessä on hyvin tärkeää laadullisessa tutkimuksessa valita esimerkiksi haastateltavaksi sellaisia henkilöitä, jotka tietävät tutkittavasta ilmiöstä paljon tai heillä on kokemusta asiasta. Tällöin siis tiedonantajien valinta ei voi olla sattumanvaraista vaan harkittua ja tarkoitukseen sopivaa. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 69, 87, 88.)

Opinnäytetyö, joka on laadullinen tutkimus, perustuu sekundääriaineiston tutkimiseen ja analysoimiseen sekä teemahaastatteluihin kahdelle henkilölle, jotka ovat osallistuneet vertaistukitoimintaan henkilökohtaisesti. Haastatteluilla pyrimme tarkentamaan ja syventämään jo olemassa olevaa tietoa. Tutkimuskohteina käytämme kolmea Itä-Suomen yliopiston sekä yhtä Jyväskylän yliopiston pro Gradua, jotka käsittelevät vertaistukitoimintaa. Etukäteen arvioimme tarvitsevamme 10 tutkimusta aineistoksi. Määrä tulisi varmistumaan tutkimusten käsittelyn aikana, saturaatio menetelmää hyväksikäyttäen. Eli silloin tutkimuksia olisi tarpeeksi tarkastelun alla, kun emme enää löytäisi uutta tietoa niistä.

7.2 Saturaatio

Laadullisessa tutkimuksessa yleisin kysymys, joka koskee tutkimuksen aineiston keruuta, liittyy aineiston kokoon. Kuinka paljon aineistoa täytyy kerätä, jotta tutkimus olisi tieteellistä, edustavaa ja yleistettävissä? (Tuomi & Sarajärvi 2002, 87.) Monesti laadullisen aineiston keruussa käytetään aineiston riittävyyteen viittaavaa saturaatiota. Sillä tarkoitetaan sitä, että tutkija kerää aineistoa ilman, että on ennakkoon päättänyt kuinka paljon aineistoa tarvitaan. Aineistoa on silloin riittävästi, kun uudet tapaukset eivät enää tuota tutkijalle uutta tietoa aiheesta eli silloin on tapahtunut kylläntyminen, saturaatio. Edellä mainittuun aineiston hankitattapaan voi toisaalta liittyä ongelmia. Riippuen tutki-

jan oppineisuudesta, hän voi löytää tai huomata jatkuvasti uusia näkökulmia aineistosta. Eli milloin tutkija voi olla varma, että kohde ei tuota enää uutta informaatiota? (Hirsjärvi ym. 2009, 181, 182.)

Opinnäytetyömme prosessin alussa, kun päätimme hyödyntää yliopistotutkimuksia aineistomme, suunnittelimme 10 Pro Gradu-tutkimusta riittävän tiedonsaantiin. Alkaessamme läpikäydä tutkimuksia, huomasimme neljän tutkimuksen kohdalla, että uusia vertaistukitoimintaan vaikuttavia tekijöitä ei enää tullut ilmi. Näin koimme saavutaneemme saturaatio eli kylläntymispisteen aineistomäärän suhteen.

7.3 Sekundääriaineisto

Useimmiten tutkija kerää oman aineistonsa, mutta on myös mahdollista hyödyntää muiden keräämää aineistoa, sekundääriaineistoa. Valmiit aineistot sopivat sellaisenaan kuitenkin harvoin käytettäväksi tutkimuksessa, vaan ne on kyettävä kytkemään omaan tutkimusintressiin ja sovittamaan omiin aineistoihin. Kaikkiin valmiina oleviin aineistoihin on suhtauduttava kriittisesti, punnittava niiden luotettavuutta eli on oltava lähdekriittinen. Jo olemassa olevaa aineistoa voi hyödyntää vertailumateriaalina täydentämään omaa aineistoa tai aineisto voidaan analysoida kokonaan uudelleen. (Hirsjärvi ym. 2009, 186, 189.)

Halusimme hyödyntää jo tehtyjä tutkimuksia tässä opinnäytetyössämme, sillä vertaistukitoiminnasta on suhteellisen paljon kirjallisuutta ja tutkimuksia jo tehtynä. Sekundääriaineistoa valittaessamme, päätimme tutkia yliopiston pro graduja, koska koimme niiden olevan laadullisesti ja luotettavuudellisesti päteviä. Lisäksi päätimme ensisijaisesti tutkia Itä-Suomen yliopistossa sekä vain 2000-luvulla tehtyjä tutkimuksia. Myöhemmässä vaiheessa saimme käsiimme Jyväskylän yliopistolla tehdyn pro gradun, jossa käsiteltiin vertaistukitoimintaa samanlaisesta näkökulmasta kuin omassa tutkimuksessamme, Näin rajasimme aineiston keruun tapahtuvaksi tietylle alueelle ja tietylle ajalle. Toki jos aineistoa ei olisi näillä kriteereillä löytynyt tarpeeksi ja oikeanlaista, olisimme laajentaneet hakuamme.

7.4 Tutkimusten käsittely ja analysointi

Opinnäytetyömme analyysimenetelmänä käytimme aineistolähtöistä sisällönanalyysia, jossa tutkimusaineistoista pyritään luomaan teoreettinen kokonaisuus. (Tuomi & Sarajärvi, 2002, 97.) Aineistolähtöisessä analyysimenetelmässä voidaan erottaa seuraavia vaiheita: analyysiyksikön valinta, aineistoon tutustuminen, aineiston pelkistäminen, aineiston luokittelu ja tulkinta sekä analyysin luotettavuuden arviointi. (Oulun yliopisto, 2003.)

Työtämme varten perehdyimme kolmeen Itä-Suomen yliopiston sekä yhteen Jyväskylän yliopiston Pro Gradu tutkimukseen, jotka käsittelivät vertaistukitoimintaa ja jotka on tehty ajalla 2000–2009. Aikaisemmin tehtyjen tutkimusten käsittelyssä keskityimme tutkimusten tulosten analysointiin. Teimme tutkimuksia lukiessamme muistiinpanoja, joista kertyi aineistoa noin 30 liuskaa. Aineisto on osin ollut ranskalaisilla viivoilla ylöskirjoitettua poimintoja. Pro Gradu-tutkimukset ovat olleet käytössämme koko prosessin ajan ja niihin olemme voineet palata tarvittaessa uudelleen. Analysoimme tutkimukset teemoittelemalla. Aineistosta voi tuoda esille tutkimusongelmaa valaisevia teemoja. Näin eri teemoilla voi vertailla niiden esiintymistä ja ilmenemistä aineistossa. Onnistuakseen teemoittelu vaatii teorian ja empirian vuorovaikutusta, jolloin se tutkimustekstissä näkyy niiden lomittumisena. (Eskola & Suoranta 2005, 174, 175.)

Kirjasimme ylös jokaisessa tutkimuksessa esiin nousseet merkittävimmät teemat, jotka liittyivät vertaistukeen, ja näistä esiin nousseista asioista kokosimme taulukon. Nimesimme Pro Gradu-tutkimukset koodeilla G1-G4. Merkitsimme taulukkoon eri teemoja, joita alussa oli paljon ja sen jälkeen laitoimme taulukkoon rastin jokaisen sellaisen tutkimuksen kohtaan, jossa kyseessä olevaa teemaa käsiteltiin. Luimme tutkimukset useampaan kertaan läpi, varmistaaksemme, että kaikki teemat tulivat huomioiduksi. Tämä rastitus auttoi meitä näkemään ja löytämään ne teemat, jotka eri tutkimusten valossa nousivat tärkeimmiksi asioiksi silloin, kun puhutaan vertaistuesta. Tutkimusten teemoittelun ja taulukoinnin avulla osasimme lähteä etsimään oikeanlaista teoriakirjallisuutta vertaistuesta ja syventämään sen eri puolia. Teoriakirjallisuuteen perehtyminen osaltaan muokkasi lisää taulukointia, sillä eri teemat yhdistyivät isompien otsikoiden alaisuuteen. Teemojen tiivistämisen avulla, muodostui lopullinen teemataulukko (liite 1), joka ohjasi tutkimuksemme teoreettista viitekehystä ja teemahaastattelurungon (liite

2) muotoilua. Teoreettista viitekehystä ja teemahaastattelurunkoa ohjasi myös lisäksi toimeksiantajan tärkeänä pitämät asiat. Pääteemojen selvittyä huomasimme kaipaavamme vielä syvennystä vertaistuesta, joten päätimme tehdä kaksi teemahaastattelua henkilöille, joilla on henkilökohtaista kokemusta osallistumisesta vertaistukitoimintaan.

Alkuperäiset teemat	Tiivistetty teema
Kokemuksen jakaminen ryhmässä - vuorovaikutus	Asiantuntijuus
Toisten vertaisten (vanhempien) tuki - sosiaalinen tuki - henkinen tuki	
Vertaisella asiantuntijuus	

Kuvio 2. Esimerkki teemojen tiivistämisestä

7.5 Teemahaastattelu

Haastattelu on siinä mielessä ainutlaatuinen tiedonkeruumenetelmä, että siinä ollaan suorassa vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa. Tämä tuo joustavuutta aineistoa kerätessä, haastatteluaiheiden järjestystä voi muuttaa sekä vastauksia on mahdollista tulkita enemmän kuin esimerkiksi postikyselyssä. Monissa kvalitatiivisissa tutkimuksissa haastattelu onkin päämenetelmä, mutta sitä ei voi suoraan valita ilman, että miettii sen soveltavuutta tutkimusongelman ratkaisuun. (Hirsjärvi ym. 2009, 204, 205.)

Haastattelun teko ja suunnittelu vaatii huolellista valmistautumista sekä kouluttautumista haastattelijan rooliin ja tehtäviin. Haastattelun luotettavuutta saattaa heikentää se, että haastateltava antaa sosiaalisesti suotavia vastauksia tai sitten antaa vastauksia asioista, joita ei edes kysytä. Aineisto, joka syntyy haastattelutilanteessa, on tilanne- ja kontekstidonnainen ja siksi haastateltavat saattavat puhua asioista eri tavalla eri tilanteessa. Tämä asia tulee ottaa huomioon tuloksia tulkitessa; tulosten yleistämisessä ei pidä liioitella. (Hirsjärvi ym. 2009, 206, 207.)

Haastattelu on yhdenlaista keskustelua, jossa haastattelijalla on kuitenkin ohjat. Jotta haastattelusta saa parhaimman hyödyn irti, on se ymmärrettävä systemaattisena tiedonkeruumenetelmänä, jolla on tavoitteet ja jolla pyritään saamaan luotettavaa ja pätevää tietoa. (Hirsjärvi 2009, 207, 208.)

Teemahaastattelu on lomake- ja avoimen haastattelun välimuoto. Haastattelussa aihepiirit teemoitellaan, mutta kysymysten tarkka muoto ja järjestys puuttuvat. Avoimessa haastattelussa taasen haastattelija pyrkii selvittämään haastateltavan ajatuksia, mielteitä, tunteita ja käsityksiä sitä mukaa kuin ne tulevat esiin aidosti keskustelun kuluessa. Avoin haastattelu on kaikkein lähimpänä normaalia keskustelua. (Hirsjärvi ym. 2009, 208, 209.)

7.6 Haastattelujen toteutus

Haastattelimme tutkimuksessa kahta Joensuun kaupungin vammaispalveluiden järjestämään vertaistukiryhmään osallistuvaa henkilöä. Vertaistukiryhmän ohjaajina toimivat vammaispalveluiden kolme kuntoutusohjaajaa. Ryhmä on suunnattu kehitysvammaisten lasten äideille. Toukokuussa 2011 saimme luvan mennä ryhmän tapaamiseen mukaan kertoaksemme opinnäytetyöstämme. Kerroimme esittelyn yhteydessä haastattelun olevan mahdollisesti yksi tiedonkeruumenetelmä tutkimuksessamme. Mahdollisten haastattelujen ajankohta tulisi olemaan syksy 2011. Kierrätimme esittelyn päätteeksi nimilistaa, johon kaikki haastatteluun halukkaat saivat laittaa yhteystietonsa myöhempää yhteydenottoa varten. Kuusi henkilöä kirjasi yhteystietonsa nimilistaan. Jo tässä vaiheessa korostettiin haastattelun vapaaehtoisuutta ja anonymiteettiä haastatteluvastausten käsittelyssä.

Opinnäytetyöprosessin edetessä kesän 2011 aikana totesimme haastatteluiden toteuttamisen olevan tarpeellista asiakasnäkökulman esiintuomisessa. Haastatteluista saamamme tiedon kautta pystyimme myös varmistamaan, että olemme tutkimuksessamme nostaneet esille keskeisimpiä asioita. Haastatteluissa saattaisi nousta esiin uusia asioita, joita meidän tulisi huomioida tutkimuksessamme.

Otimme kahteen etukäteen haastatteluun suostuneeseen henkilöön yhteyttä syyskuussa 2011 puhelimitse. Haastateltavat valikoituivat listalta sattumanvaraisesti. Kaikki kaksi henkilöä, joihin otimme ensimmäisenä yhteyttä, olivat edelleen halukkaita osallistumaan haastatteluun. Haastattelut sovittiin ajalle 29.9 – 5.10.2011. Haastattelupaikan ja –ajankohdan sopimisessa huomioitiin haastateltavien toiveet. Haastattelupaikkana oli haastateltavan koti tai työpaikka. Haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluna. Haastatteluun pyysimme varaamaan aikaa noin tunti. Haastattelua sopiessa kerroimme, että emme tule käyttämään nauhuria, vaan toinen haastattelihoita toimii kirjurina. Ennen haastattelujen toteuttamista haimme tutkimusluvan toimeksiantajaltamme (liite 3) sekä teimme toimeksiantosopimuksen (liite 4). Ennen haastattelun aloittamista haastateltavilta pyysimme kirjallisen suostumuksen haastatteluun (liite 5).

Haastattelun alussa esittelimme itsemme ja kerroimme opinnäytetyöstämme. Korostimme myös anonymiteettiä vastausten kirjaamisessa tutkimukseemme. Teemahaastattelurungon suunnittelussa huomioimme aineistona käytettyjen tutkimusten analyysissä esille nousseita teemoja sekä toimeksiantajan yhteyshenkilön esille nostamia asioita. Haastatteluvastaukset kirjasimme suoraan teemojen alle, joten materiaali oli käytettävissä sellaisenaan tutkimustulosten kirjaamisessa. Kirjoitettua aineistoa syntyi kahdesta haastattelusta yhteensä kahdeksan sivua. Haastateltavien kohdejoukko on pieni, joten haastatteluista ei voida tehdä yleistyksiä tämän tutkimuksen perusteella. Haastateltavien kokemukset ovat kuitenkin merkittäviä vertaistukitoiminnan kehittämisen kannalta.

Pian haastatteluiden jälkeen kokosimme jokaisen haastattelun annin yhtenäiseen kirjalliseen muotoon tehtyjen muistiinpanojen avulla. Näin varmistimme, että saadut tiedot olivat myös muistiinpanojen lisäksi tuoreessa muistissa. Haastattelut numeroimme siinä järjestyksessä, jossa ne toteutettiin käytännössä. Numerointi oli tukena meille itsellemme opinnäytetyöprosessissa. Emme kuitenkaan käyttäneet haastateltaville annettuja numero koodeja tutkimustuloksiin asioita kirjatessamme. Haastateltavien määrä oli niin pieni, että halusimme turvata anonymiteetin kirjoittamalla haastattelun tulokset yhtenäisenä, ilman numerokoodi erittelyä.

8 TULOKSET

Tässä luvussa esittelemme tutkimuksemme tuloksia kahteen osioon jaettuna. Ensimmäisessä osiossa tuomme esiin aineistona käyttämiemme yliopistossa tehtyjen tutkimuksien kautta saadut tulokset ja toisessa osiossa teemahaastattelujen kautta saadut tulokset. Yliopistotutkimuksista olemme tehneet taulukon (liite 6), jonka kautta esittelemme tarkempaa tietoa kyseisistä tutkimuksista.

8.1 Yliopistotutkimukset

8.1.1 Vertaistukiryhmä

Tutkimusaineistomme pohjalta kävi selkeästi ilmi se, että kun ihminen kokee elämässään vastoinkäymisiä, kaipaa hän silloin paljon tukea ja tietoa. Vertaistukiryhmät tarjoavat apua akuuttien ongelmien ratkaisemiseen. Monesti esim. sairauden kohdatessa perhettä, arkielämä muuttuu auttamattomasti ja vastaan tulee uudenlaisia haasteita ja silloin helposti perheille tulee tunne, että he ovat yksin ongelmiansa kanssa. Perheet tuntevat monesti julkisten palveluiden tarjoaman avun ja tiedon riittämättömäksi ja näin ollen vertaistukitoiminnasta lähdetään hakemaan juuri sellaista kohdennettua tietoa ja apua, jota sen hetkiseen elämäntilanteeseen kaivataan.

Erityislasten vanhemmilla on usein kokemus, että yhteiskunnan normit ja arvot kohdistavat heihin voimakasta sosiaalista painetta. Terveystieteiden, koulun ja sosiaalitoimen kautta vanhemmat kokevat, että heitä syyllistetään lapsen kurittomasta kasvatuksesta ja riittämättömästä vanhemman auktoriteetista. Näissä tilanteissa ymmärrystä voidaan saada vain samassa elämäntilanteessa olevalta vertaiselta. Vertaistukitoiminta ei poisulje sosiaali- ja terveystieteitä, vaan ne ovat toisiaan täydentäviä ja tukevia palvelumuotoja.

8.1.2 Ryhmän kokoaminen

Vertaistukiryhmän järjestäjä tahoja voi olla useita. Ryhmään voidaan hakeutua oma-aloitteisesti tai jonkun auttajatahon, esim. sosiaalityöntekijän suosittelemana. Myös erilaiset yhdistykset tarjoavat vertaistukitoimintaa kohdennetuille ryhmille. Vertaistukiryhmätoiminta tulee suunnitella osallistujien tarpeita vastaaviksi. Tarpeet voivat olla erilaisia riippuen elämäntilanteesta, iästä, sukupuolesta, vammaisuuden asteesta ja perhesuhteista. Aineiston perusteella esimerkiksi naisille puhuminen näyttäisi olevan luontevaa, kun taas miehet käsittelevät asioita mieluummin toiminnan kautta. Silloin, kun osallistujien senhetkinen tilanne on suunnilleen sama, pystyvät he paremmin eläytymään toisten ryhmäläisten arkeen, koska samansuuntaista arkea he elävät myös itse. Tällöin vertaisuuden merkitys täyttyy sille tarkoitetulla tavalla.

Tutkimiemme aineistojen pohjalta nousi esille, että kun joukko ihmisiä kokoontuu yhteen, tarvitsee se toimiakseen tiettyjä yhteisiä pelisääntöjä. Yksi oleelliseksi tekijäksi nouseva asia on ryhmän koko. Pienemmässä ryhmässä on helpompi tutustua toisiin ryhmäläisiin ja se helpottaa luottamuksen syntymistä ihmisten välillä. Pienessä ryhmässä mahdollistuu paremmin erilaisten ihmisten huomioiminen ryhmätoiminnassa tasa-arvoisesti. Ihmiset kokevat olonsa pienryhmässä helpommin myös vapautuneimmiksi ja sitä kautta he voivat syvällisemmin ilmaista itseään ja puhua hyvinkin henkilökohtaisista asioista. Ryhmän ilmapiiri ja luottamuksellisuus nähdään vertaistukiryhmässä avainasioina. Nämä mahdollistavat myös avoimen vuorovaikutuksen ryhmäläisten välille.

Aluksi uusien ihmisten seurassa voi olla vaikea puhua henkilökohtaisista asioista varsinkin jos on luonteeltaan hiljainen. Vertaistukiryhmässä onkin tärkeää, että erilaisille rooleille annetaan tilaa ja jokaiselle osallistujalle löytyy oma paikkansa. Aineistostamme kävi ilmi, että ryhmän ohjaaja on havainnoimassa ja mahdollistamassa erilaisten roolien syntymistä.

8.1.3 Vertaisuus

Aineistostamme ilmeni, että vertaisten kautta saatu tuki voi auttaa monella eri tavalla. Kokemustiedon jakamisen kautta on helpompi hyväksyä erilaisuutta, kun huomaa olevan muitakin samassa tilanteessa olevia ihmisiä. Toisten kokemusten kautta on mahdol-

lista saada omaan arkeen uusia näkökulmia, uusia tapoja arjen helpottamiseksi. Ennen ryhmään tuloa moni kokee olonsa yksinäiseksi ja jopa eristäytyneeksi. Vertaistukitoiminta voi toimia yhtenä ennaltaehkäisevänä työmuotona, esimerkiksi syrjäytymistä vastaan. Vertaistukiryhmän osallistujat eivät ole ainoastaan hakemassa itselleen tietoa ja tukea, vaan jakavat myös mielellään toisille omien kokemusten pohjalta saatua tietoutta. Näin he kokevat itsensä tärkeäksi osaksi ryhmää.

Jotta vertaisuuden kokeminen mahdollistuu ryhmässä parhaalla mahdollisella tavalla, tulee osallistujien saada olla aidosti oma itsensä. Vertaistukiryhmässä tulee lisäksi voida puhua asioista niiden oikeilla nimillä, jopa tunteen purkaukset ovat sallittuja. Vertaisuus nähdään jonain yhteisenä ja jaettuna asiana, jossa me-henki ja yhteinen kokemusmaailma korostuvat. Vertaisten keskinäisessä vuorovaikutuksessa ei tarvitse pitää voimavaroja syöviä kulisseja yllä vaan voi toimia avoimemmin. Tällainen avoin toiminta edesauttaa myös itsetunnon kohoamista. Vertaisuuden kokemiseen vaikuttaa oleellisesti oma motivaatio ryhmässä toimimiseen.

Vertaisten kesken on mahdollista saavuttaa normaaliuden tunne. Kun ihminen huomaa, ettei ole ainoa, joka kokee elämässään vastoinkäymisiä, tällöin hänen huonommuuden, kyvyttömyyden ja häpeän tunteensa helpottavat. Vertaisuus toimii ennaltaehkäisevänä työmuotona, jolla voidaan torjua syrjäytymistä, yksinäisyyttä, mielenterveysongelmia ja näin se voidaan nähdä tärkeänä selviytymiskeinona vaikeassa elämäntilanteessa.

8.1.4 Asiantuntijuus ja kokemustieto

Aineistomme pohjalta vertaistukitoiminnassa mahdollistuu asiantuntijatiedon ja kokemustiedon kohtaaminen. Molemmat asiantuntijuudet koetaan tärkeiksi, eivätkä ne ole toisiaan poissulkevia. Vertaistukiryhmän jäseniä yhdistää yleensä samanlainen ongelma. Erityisesti vammaisuuden kanssa arkea elävät ihmiset kokevat joutuvansa taistelemaan saadakseen heille kuuluvia palveluita. Vertaistuen myötä on mahdollista saada tietoutta vammaisille kuuluvista palveluista ja niiden hakemisesta. Välttämättä edes vertaistukiryhmää kohtaan ei uskalleta muodostaa ennakkokäsityksiä tai toiveita, koska viranomaistahojen kanssa tehdyn yhteistyön myötä on jouduttu pettymään usein.

Asiantuntijatiedon ongelmana voidaan nähdä sen olettamus paremmasta ymmärryksestä käsiteltävään asiaan. Yleisesti ajatellaan, että asiantuntijatieto on parempaa kuin arkitie-

to. Ammattilaisten auktoriteettiasema on kuitenkin murroksessa. Asiakkaat osoittavat olevansa oman elämänsä asiantunipitäminen. Lisäksi ohjaajan tehtäviin kuuluu palvelujen tarpeesta.

Vertaistuen tärkeimpänä asiantuntijuutena on ryhmäläisten kokemustieto. Kokemustietoa pidetään luotettavimpana, koska se pohjautuu omakohtaiseen kokemukseen. Kokemustieto tarjoaa vinkkejä arkielämässä selviytymiseen, jota voi hyödyntää esim. sairauksien hoidossa. Kokemustietoa pidetään ensisijaisena tiedonlähteenä, mutta sitä on tärkeää täydentää ammattilaisten asiantuntijatiedolla.

8.1.5 Ryhmän ohjaaja

Vertaistukiryhmän ohjaajana voi toimia yksi ryhmäläisistä tai ulkopuolinen ammatti-ihminen, esim. sosiaalityöntekijä. Vertaistukitoiminta nähdään nykyisin potentiaalisena lisänä juuri ammatti-ihmisten työskentelytavoissa, joissa lähtökohtana on työntekijän oma uteliaisuus ja halu rikkoa tuttuja työskentelyn rajoja. Suurin muutos kohdistuu nimenomaan työntekijän omiin asenteisiin. Työntekijän on tärkeää ymmärtää roolinsa vertaistukiryhmän ohjaajana, joka poikkeaa hänen työroolista. Vertaisryhmän ohjaajana on enemmänkin taustalla tukemassa ryhmäntoimintaa ja ryhmäläiset ovat aktiivisia toimijoita. Ohjaajan tulisi osata tarvittaessa tarjota erilaisia työmenetelmiä esimerkiksi keskusteluiden etenemiseen. Hänellä tulisi myös olla kykyä mahdollistaa erilaisia toimintatapoja, jotka vastaisivat ryhmän tarpeita.

Vaikka ohjaajalla on suuri merkitys ryhmäntoiminnan kannalta, ei se saa olla liian hallitseva. Ryhmän ohjaamiseen kuuluu vertaistukitoiminnan tiedottaminen, yhdessä ryhmäläisten kanssa tavoitteiden ja sääntöjen laatiminen ja niistä kiinnittäminen. Lisäksi ohjaajan tehtäviin kuuluu tasapuolisuuden toteutumisesta ja ilmapiiristä huolehtiminen. Ohjaaja tarkkailee myös ryhmässä syntyviä rooleja sekä ryhmäprosessin etenemistä. Pääpaino ohjaajalla on kuitenkin pyrkiä saamaan ryhmä toimimaan mahdollisimman oma-aloitteisesti ja auttaa heitä löytämään omat vahvat ja positiiviset puolensa, niin että ohjaaja voi tulla toiminnan edetessä jopa merkityksettömäksi.

8.1.6 Sosiaalinen tuki

Tänä päivänä puhutaan yhteisöllisyyden katoamisesta, joka tarkoittaa, että ihmisillä on kapeampi sosiaalinen verkosto johon tukeutua. Yhteisöllisyyttä ovat vähentäneet lisääntyneet avioerot, pitkät välimatkat läheisiin ja perheeseen pienentyminen. Siksi ihmiset useammin joutuvat tukeutumaan perheen ulkopuoliseen apuun. Vammaisista puhuttaessa läheiset ihmiset eivät välttämättä kykene auttamaan arjessa selviytymisessä, johtuen esimerkiksi vammaisuuden asteesta. Näin ollen myös vuorovaikutus oman sosiaalisen verkoston kanssa voi jäädä vähäiseksi, koska heillä ei välttämättä ole ymmärrystä todellisuudesta jossa tuentarvitsija elää.

Aineistoista kävi ilmi, että sosiaalisen tuen tarve korostuu ihmisen kohdatessa vastoin käymisiä. Vertaiset voivat tarjota tässä tilanteessa henkistä tukea, jolla helpotetaan sopeutumista omaan tilanteeseen ja se on myös ryhmää yhdistävä ja eteenpäin vievä elementti. Sosiaalinen tuki sisältää fyysistä ja emotionaalista auttamista. Kun esimerkiksi perhe saa tiedon lapsen diagnoosista, tuen tarve alkaa silloin heti. Diagnoosin saatuaan ihmisen mieli tavallaan pysähtyy ja kaikki informaatio mitä sen jälkeen perheille, vanhemmille annetaan, tulisi olla helposti ymmärrettävässä muodossa. Hakeutuessaan samanlaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten vertaisyhteisöön, kokemusten jakamisesta tulee väline identiteetin kehittämiseen.

Vertaistukiryhmä tarjoaa myös monille säännöllisen aktiviteetin, jota odotetaan ja jossa mahdollistuu sosiaalinen kanssakäyminen toisten ihmisten kanssa. Ryhmä tarjoaa monille sellaisen sosiaalisen verkoston, jota ihmisellä ei muuten olisi, ja näin ollen se luo konkreettisen avun arki elämään. Sosiaaliset suhteet auttavat ylläpitämään positiivista tunnetilaa ja auttavat jaksamaan.

8.2 Teemahaastattelut

8.2.1 Ryhmän kokoaminen

Haastateltavamme, jotka olivat osallistuneet Joensuun kaupungin vammaispalveluiden järjestämään äiti-piiriin, saivat tiedon vertaistukiryhmästä kuntoutusohjaajiltaan, jotka toimivat myös ryhmän ohjaajina. Haastateltavamme olivat sitä mieltä, että ennen ryh-

män aloittamista tulisi suorittaa alkukartoitus mahdollisten osallistujien toiveista ja elämäntilanteista. Kartoituksessa tulisi selvittää mitä äidit loppupelissä vertaistukitoiminnalta haluavat, mikä heitä kiinnostaisi ja innostaisi. Näin olisi helpompi saada ihmiset sitoutumaan ja ryhmätoiminta vakiintumaan. Molemmat haastateltavamme totesivat, ettei äitipiirissä oltu sovittu yhteisiä sääntöjä ja tavoitteita, lukuun ottamatta vaihtolovelvollisuutta koskien ryhmässä käsiteltäviä asioita. Sääntöjen laatimisella arveltiin ehkä rajoittavan ryhmäläisten osallistumista toimintaan.

Kumpikaan heistä ei nähnyt muita sääntöjä tarpeellisina. Mielipiteet haastateltavillamme olivat eriäviä suljetun ja avoimen ryhmän suhteen. Äitipiiri, joka toimii avoimena ryhmänä, ei ollut toisen haastateltavan mielestä hyvä asia, koska osallistujien vaihtuvuus vaikeuttaa ryhmäytymistä. Toinen haastateltavista taas koki avoimen ryhmän hyväksi asiaksi, koska hänen mielestään jokainen jäsen tuo ryhmään jotain uutta. Pienten lasten äideille ryhmän nähtiin olevan erityisen tärkeä. Silloin vertaistuen tarve oli heidän oman kokemuksen mukaan suurin. Kaiken kaikkiaan tärkeänä pidettiin sitä, että vammaisten lasten vanhemmat keräisivät voimansa yhteen.

Ryhmäkoon ollessa alle 10 henkeä on ryhmäläisten helpompi sitoutua toimintaan, koska silloin he kokevat saavansa helpommin vastinetta odotuksilleen, joita heillä on vertaistukitoiminnasta. Haastatteluista kävi ilmi, että kun äitipiiritoiminnan alkaessa ryhmäkoko oli 16, alkoi kävijämäärä tippua nopeasti. Kävijämäärän tippumisen arveltiin johtuvan äitien liian erilaisista elämäntilanteista. Toisaalta taas erilaiset elämäntilanteet mahdollistivat useampien näkemyksien esiin tulemisen. Vuorovaikutuksen ryhmässä koettiin alussa olevan jähmeä, mutta haastateltavien mukaan ilmapiiri oli nyt vapautuneempi ja keskustelu osallistujien kesken vilkasta. Ryhmän kokoontumispaikka- ja ajankohta koettiin hyvinä.

8.2.2 Ohjaajuus

Ammattilaisen ohjaajuuden haastateltavat nimesivät hyväksi asiaksi. He kokivat saavansa heiltä sellaista tietoa asioista, jotka he kokivat tärkeiksi. Hyvänä asiana pidettiin myös sitä, että ohjaaja tunsi ryhmäläiset entuudestaan.

Jos ryhmäytyminen tai jäsenten sitoutuminen toimintaa ei ole onnistunut, ohjaajan rooli pysyy merkittävänä koko toiminnan ajan. Äitipiirissä, jossa haastateltavamme kävivät, ongelmaksi muodostui nimenomaan vähäinen osallistujamäärä, josta johtuen haastateltavamme kokivat hyväksikin asiaksi sen, että ohjaajat osallistuivat keskusteluihin ja pysyivät aktiivisessa roolissa. Ohjaajalta vaaditaan tietynlaista persoonaa, jotta tämä saisi ryhmätoiminnan onnistumaan. Erityisesti ohjaajalta tulee löytyä uskallusta puhua sekä hänellä tulee olla tilannetajua erilaisissa ryhmätilanteissa. Ohjaajan tehtäväksi nimettiin keskusteluun johdattelu. Ohjaajan tulisi myös seurata, ettei keskustelu ryöpsähtele liikaa ja väärille urille. Ohjaaja nähtiin neutraalina henkilönä. Niin ryhmän ohjaamiselle kuin yleensäkin ryhmätoiminnalle mainittiin naisvaltaisuuden tuovan aina omat haasteensa.

8.2.3 Asiantuntijuus

Haastateltaviemme mielestä vertaistukiryhmässä äitien asiantuntijuuden tulisi painottua. Toisaalta ryhmässä vierailleet asiantuntijat (esimerkiksi Kelasta) koettiin hyväksi, koska vierailut ja informaation levittäminen tapahtui keskustelemalla asiantuntijan kanssa, eikä luentomaisesti. Näin jokaisella osallistujalla oli mahdollisuus kysyä juuri itseään askarruttavia asioita, saada niihin täsmätietoa ja myös haastaa asiantuntijatiedon. Tässä ryhmässä ohjaajilla koettiin myös olevan runsaasti tärkeää asiantuntijatietoa. Asiantuntijan puhuminen nähtiin neutraalimpana puhumisena verrattuna vertaisten puheeseen. Haastateltavat kokivat saavansa ryhmästä monipuolista asiantuntijuutta. Vertaisten kanssa jaettiin omia kokemuksia, ohjaajat toivat ryhmään kuntoutusohjaajien asiantuntijuutta sekä vierailijoita ryhmässä oli ollut monipuolisesti. Haastatteluissa heräsi myös kysymys, pyöritäänkö ryhmän toiminnassa liikaa murheiden ympärillä. Kaipaisiko ryhmä toisenlaisia toimintatapoja.

9 POHDINTA

9.1 Johtopäätökset

Tämän päivän yhteiskunnassamme kaikilla on työssä kiirettä. Uskomme, että tämä näkyy myös Joensuun kaupungin vammaispalveluiden henkilöstön työmäärässä. Samalla

lienee myös täysin selvää, että vertaistukitoiminnalle on tämän päivän yhteiskunnassa tilausta enenevässä määrin. Tutkittuamme vertaistukitoimintaa, voimme havaita sillä olevan monenlaisia eri merkityksiä yksilöille. Nämä merkitykset näyttäytyvät myös enimmäkseen positiivisina asioina. On hieno asia, että toimeksiantajamme on halunnut lähteä kehittämään vertaistukitoimintaa omassa yksikössään. Toimivan vertaistukiryhmän avulla voitaisiin ainakin pitemmällä aikavälillä nähdä olevan ennaltaehkäisevä merkitys ja ehkä myös asiantuntijan avun tarve vähenisi.

Teoriat ja tehdyt tutkimukset pitävät vertaistukiryhmätoiminnassa tärkeänä ryhmädynamiikan ryhmätoiminnan eri osa-alueita. Toiminnan tulisi olla tavoitteellista ja sille tulisi laatia yhdessä pelisäännöt. Haastatteluista kävi kuitenkin ilmi, ettei niitä välttämättä koeta tärkeiksi käytännössä. Herää kysymys, pelätäänkö erilaisten sääntöjen laatimisen ja tavoitteiden suunnittelun tekevän vertaistukitoiminnasta liian virallisenoloista toimintaa. Mielestämme tavoitteiden ja sääntöjen laatimisen sijaan ennemminkin ammattilaisen ohjaajuus voi tuoda virallisen toiminnan piirteitä. Haastatteluissa tuli kuitenkin myös esille, ettei äitipiirissä ryhmäytyminen ole vielä täysin toteutunut. Ryhmäytymistä on estänyt vaihteleva osallistujamäärä ja osallistujien vaihtuvuus eri kokoontumiskerroilla. Tietoa siitä, miksi ryhmään säännöllisesti osallistumiseen oli sitoutunut vain muutama äiti, ei ollut. Onko ehkä vertaistukiryhmä osoittautunut tarpeettomaksi joillekin, onko odotukset ryhmän suhteen olleet liian erilaiset tai onko ehkä elämäntilanne sellainen, että osallistuminen on mahdotonta? Voidaan päätellä, että ryhmätoiminnan kannalta on hyvä keskustella heti toiminnan alussa, tai jopa ennen toiminnan aloittamista, kaikkien osallistujien kanssa siitä, kuinka vertaistukitoimintaa lähdetään viemään eteenpäin ja mitä kukin on lähtenyt vertaistukitoiminnasta hakemaan. Toiminnan tulee vastata ryhmäläisten tarpeisiin palvellakseen heitä parhaalla mahdollisella tavalla.

Vertaistukiryhmien merkitys yksilölle on tärkeää elämänhallinnan vahvistajana. Vertaistukiryhmiä on monia erilaisia ja tarjontaa on runsaasti. Jokaisella ryhmällä on omat tavoitteensa ja sääntönsä, joista on hyvä keskustella ja sopia ryhmänjäsenten kesken heti alusta alkaen. On muun muassa hyvä sopia se, että onko ryhmä avoin, suljettu vai täydentävä ryhmä. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 34.)

Aloitusvaiheen merkitys näyttäytyy suuressa roolissa, jonka onnistuessa vasta voidaan vertaistukitoiminnalla saavuttaa hyvinvointia lisääviä merkityksiä. Ryhmätoiminnassa on myös hyvä tiedostaa ryhmänkehittymisen eri vaiheet, johon luonnollisesti sisältyy niin hyviä kuin huonojakin ajanjaksoja ryhmässä. Kehittyminen ryhmässä on jatkuva prosessi. Vertaisen kanssa puhuminen näyttäisi voimaannuttavan ja vahvistavan ihmistä eri tavalla kuin jos puhuisi ihmiselle, jolla ei ole samaa kokemusta. Se mistä voimaantumisen tarkalleen tulee, on ulkopuolisen ihmisen vaikea sanoa. Itse asiassa tuntuu, että ulkopuolisen on mahdotonta sanoin kuvata vertaistuen merkitystä saajalleen.

Vertaistukiryhmään kuulumisen lisää tunnetta, että huomaa olevansa yksi monista eikä siis ainoa, jolla on vaikeuksia. Samankaltaiset kokemukset saavat aikaan kohtalotoveruuden, läheisyyden, tuttuuden ja yhteenkuuluvuuden tunteita. Ryhmätapaamisten odottaminen merkitsee tulevaisuuteen suuntautumista. On jotain mitä odottaa ja jonka kokee tärkeäksi. Ryhmä toimii voimavarana ja jonkinlaisena puolesta selviytyjänä. Yhdessä-olo kuulumisten kertomisineen antaa uskoa hitaaseen mutta varmaan muutokseen ja voimaantumiseen. Elämä näyttää valoisammalta kuin ehkä aikaisemmin. (Jantunen 2008, 60, 68, 69.)

Vertaistukiryhmäläisten yhteen saattamisessa tärkeässä asemassa näyttäisi olevan usein joku suurempi taho (mm. projekti, yhdistys, kunnallinen palveluntarjoaja). Itsenäisesti vertaistukea tarvitsevat henkilöt eivät välttämättä osaa, eikä heillä ehkä ole voimavarojakaan, löytää samassa elämäntilanteessa olevia henkilöitä. Tiedottaminen vertaistukiryhmistä tulisi olla niin laajaa, että se tavoittaisi mahdollisimman suuren väen. Ohjaaja näyttäisi olevan avainhenkilö ryhmän aloittamisessa, toimivuudessa ja jatkuvuudessa. Ammattilaisten vetämä vertaistukiryhmä voi asettaa toiminnalle myös haasteita. Aineistojen ristiriitojen perusteella heräsi myös kysymys, tuoko ammattilaisen ohjaajuus vertaistukiryhmään jo itsessään toisenlaisen luonteen kuin jos ryhmä koostuisi kokonaisuudessaan vertaisista.

Ammattilaisen toimiessa ryhmänohjaajana omaa roolia on hyvä pohtia ja huomioida myös sosiaalialan eettisten ohjeiden toteutuminen omassa tekemisessä. Oman roolin miettiminen on huomioitava samalla kun havainnoi ryhmässä muodostuvia rooleja. Missä roolissa itse ohjaajana olen nimenomaan ryhmää ohjatessani? Kun puhutaan kokemustiedon ja asiantuntijatiedon paremmasta vuoropuhelusta, sekä kokemustiedon

hyödyntämisestä palvelujen parantamisessa, ollaan myös eettisten pohdintojen äärellä. Vertaistukiryhmän keskustelut ovat luottamuksellisia ja keskusteluissa voidaan avautua hyvinkin henkilökohtaisista asioista. Ammattilaisia koskee vaitiolovelvollisuus ja siksi kokemustiedon hyödyntäminen voi olla myös rajallista. Ammattilaisten ohjatessa vertaistukitoimintaa, on myös hyvä miettiä ohjaajan mahdollisuutta vetäytyä jossakin vaiheessa taka-alalle tai jopa kokonaan pois. Näkisimme, että siinä vaiheessa ryhmän tulee kuitenkin olla hyvin ryhmäytynyt ja toiminnan vakiintunut. Vaikka tutkimuksessa on noussut vertaistukitoimintaan liittyviä selkeitä, ja useassa lähteissä mainittuja asioita esille, ei niiden käytäntöön vieminen ole välttämättä yksiselitteistä. Käytäntöön vieminen vaatii asioihin perehtymistä, ymmärtämistä, eteenpäin viemistä sekä avointa keskustelua osapuolten välillä. Kun puhutaan asiakasryhmästä, jotka kokevat usein joutu-neensa taistelemaan ja pettymään viranomaistahojen kanssa työskennellessä, voi heidän motivoituminen ja sitoutuminen olla vaikeaa tai hidasta myös vertaistukiryhmätoimintaan. Joillekin kynnys ryhmään tulemiseen voi olla suuri. Erilaiset ihmiset tarvitsevat erilaista tukea, erilaisissa muodoissa.

Tulevaisuudessa tarvitaan vertaisverkostojen, järjestöjen ja julkisen palvelujärjestelmän tiivistä yhteistyötä, jolla pystytään hyödyntämään kaikkien osapuolten vahvuudet yhteiseen käyttöön. Julkisen sektorin osalta tulevaisuuden visiona tulisi olla vertaistukitoiminnan liittäminen osaksi hyvinvointipalveluja. Palveluiden asiakaslähtöisyys mahdollistuu paremmin, kun kokemustieto saadaan myös ammattilaisten tietouteen. Julkinen sektori voi edesauttaa vertaistukitoiminnan järjestämistä esimerkiksi olemalla mukana toiminnan käynnistämisessä, tarjoamalla asiantuntijatietoa sekä toimintaan tarvittavia tiloja sekä lastenhoitoapua. (Jyrkämä & Huuskonen 2010, 81–84.)

9.2 Tutkimuksen luotettavuus

Laadullista tutkimusta tehdessään tutkija joutuu jatkuvasti pohtimaan tekemiään ratkaisuja ja näin ollen miettimään sekä analyysin kattavuutta että tekemänsä työn luotettavuutta. Laadullisessa tutkimuksessa pääasiallinen tutkimusväline sekä luotettavuuden kriteeri on tutkija itse ja tämän vuoksi laadulliset tutkimukset ovat yleensä henkilökohtaisempia, tutkijan omaa pohdintaa sisältäviä tutkimuksia kuin esimerkiksi tilastolliset tutkimukset. (Eskola & Suoranta 2005, 208, 210.)

Alkaessamme opinnäytetyön työstämisen päätimme hyödyntää jo valmiita olemassa olevia tutkimuksia etsiessämme tietoa vertaistukitoiminnasta. Tietolähteeksi valitsimme yliopistotutkimukset. Edetessämme työssä huomasimme pian tarvitsevamme tutkimusten lisäksi syventävää ja tarkkaan kohdistettua tietoa aiheesta ja näin ollen, päädyimme tekemään kaksi teemahaastattelua nimenomaan henkilöille, joilla oli tarkkaa omakoh- taista tietoa ja kokemusta vertaistuesta.

Haastateltavat löysimme Joensuun kaupungin vammaispalveluiden kautta. Haastatelta- vat suostuivat vapaaehtoisesti haastatteluun. Sovittuamme heidän kanssaan haastattelu- ajat, kokosimme teemahaastattelurungon, jonka tarkoitus oli ohjata haastatteluja ja jois- ta löytyisivät juuri ne teemat, joista halusimme haastateltavilta lisätietoa.

Ennen haastattelua teimme keskinäisen työnjaon, kumpi on päähaastattelija ja kumpi toimii kirjurina. Haastattelutilanteemme aluksi kerroimme haastateltaville vielä opin- näytetyön aiheen ja tarkoituksen sekä selitimme tarkkaan haastattelun anonymisyyden ja luotettavuuden. Jokainen haastateltava allekirjoitti myös kirjallisen suostumuslo- makkeen haastatteluun. Ennen haastattelua kysyimme vielä jokaiselta erikseen, halua- vatko he nähdä haastattelunsa tai meidän valmiin opinnäytetyömme myöhemmin.

Teimme toimeksiantajan, Joensuun kaupungin vammaispalveluiden, kanssa toimeksian- tosopimuksen ja samassa yhteydessä allekirjoitimme vaitiolovelvollisuuslomakkeen. Näin toimeksiantaja halusi taata luottamuksellisen suhteen kanssamme sekä samalla varmistua siitä, että teemme toimeksiannon kunnioittaen vaitiolovelvollisuus ja luotta- mussääntöjä. Samalla haettiin myös tutkimuslupa. Koko opinnäytetyö prosessin ajan olimme säännöllisesti yhteydessä toimeksiantajan nimeämään yhteyshenkilöön. Näin varmistimme, että tutkimus etenee toimeksiantosopimuksen mukaisesti.

Opinnäytetyössämme pyrimme maksimoimaan työmme luotettavuuden käyttämällä aineistotriangulaatioita sekä hyödyntämään sitä, että meitä on kaksi henkilöä tekemässä tätä työtä. Keskinäinen vuoropuhelu ja yhdessä asioiden pohtiminen ja arvioiminen aut- tavat näkemään uusia näkökulmia sekä havaitsemaan ja kyseenalaistamaan mahdollisia hypoteeseja, joita varsinkin työn alussa saattaa helposti olla. Laadullisessa tutkimukses- sa hypoteesittomuus tarkoittaa sitä, että tutkijalla ei ole jo valmiiksi lukkoon lyötyjä

ennakko-olettamuksia tutkittavasta aiheesta tai tuloksista. (Eskola & Suoranta 2005, 19.)

9.3 Aineistotriangulaatio

Eräissä laadullista tutkimusta käsittelevissä kirjoissa on suosittu tutkimuksen luotettavuuskriteerinä triangulaatiota, joka tarkoittaa eri tutkimusmenetelmien yhteiskäyttöä. Triangulaatiossa on useita eri tutkimustyyppisiä, joista me hyödynsimme työssämme tutkimusaineistoon liittyvää aineistotriangulaatiota. Siinä kerätään tietoa monesta eri tietolähteestä. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 140, 142.) Triangulaation käyttöä perustellaan sillä, että yksittäisellä tutkimusmenetelmällä voi olla vaikea saada kattavaa kuvaa tutkimuskohteesta. (Eskola & Suoranta 2005, 68.) Opinnäytetyötämme varten keräsimme tietoa eri tutkimuksista, teimme teemahaastatteluja sekä näiden lisäksi vahvistimme ja syvensimme tietoa teoriakirjallisuuden avulla. Näitä kaikkia tietolähteitä käyttäen löysimme sen oleellisen tiedon, jota tarvitsimme kootessamme vertaistukitoimintaan liittyvää informaatiota.

9.4 Oma ammatillinen kasvu

Opinnäytetyöprosessi on ollut pitkä, minkä aikana on saanut hyödyntää jo opittuja asioita sekä saanut oppia uutta. Kun tutkimusta on tekemässä kaksi henkilöä, liittyy siihen positiivisia ja negatiivisia asioita. Opinnäytetyöprosessi on aaltoliikettä ja siihen on sisältynyt hyvin monenlaisia vaiheita. Varsinkin niissä prosessin vaikeimmissa hetkissä on saanut olla kiitollinen tutkijakaverille. Epätoivoiselta tuntuvassa tilanteessa toinen on jaksanut olla se kannustava ja innostava osapuoli. Olemme siis saaneet myös ihan henkilökohtaisesti kokea vertaistuen tärkeyden käytännössä. Saimme myös huomata, että meillä on omia, erilaisia vahvuuksia ja mielestämme olemme osanneet niitä tässä prosessissa hyödyntää.

Olemme saaneet tutkimuksen teon aikana vahvistuksen sille asialle, että valmistumisen jälkeenkään meidän ei tarvitse olla niitä kaikki tietäviä tyyppisiä. Meidän tulee osata entistä enemmän tulevaisuuden työssämme hyödyntää asiakkaan kokemustietoa ja aktiivoida asiakkaita itseään toimimaan omaksi parhaakseen. Emme väitä, että sen tekemi-

nen olisi kuitenkin helppoa, se vaatii vankkaa ammattitaitoa, jota koulutuksemme myötä olemme kokeneet saaneemme. Olemme saaneet tutustua opinnäytetyöprosessin aikana niin palveluntuottajaan kuin palvelunkäyttäjiin. Näin meille on syntynyt kokonaisvaltainen kuva tämän päivän vammaispalveluiden jo olemassa oleviin palveluihin, sekä tulevaisuuden haasteisiin. Vaikka vammaispalveluiden parantamisessa työtä tulevaisuudessakin on vielä paljon, olemme saaneet huomata kuinka paljon ne ovat kehittyneet viimeisten vuosikymmenien aikana. Olemme myös saaneet olla yhtenä pienenä osana kehittämässä näitä palveluita edelleen. Kehitys on hidasta, mutta sitä kuitenkin on.

Tämän tutkimuksen myötä olemme saaneet huomata samoja haasteita kuin mihin tulevaisuuden työssä jatkossakin tulemme törmäämään. Olemme valinneet alan, jossa tietoutta on saatavilla paljon ja sitä kaikkea me emme voi omaksua. Siellä seassa on myös tietoa, jota meidän tulee osata karsia ja arvioida kriittisesti. Tietoa on osattava pureskella ennen kuin sen nieläisee. Olemme valinneet alan, jossa tulemme kohtaamaan paljon ihmisiä, erilaisia ihmisiä. Kohtaamme ihmisiä, joilla on erilaista tietoa/asiantuntijuutta annettavana ja vastavuoroisesti he odottavat saavansa myös meiltä jotain. Tavoitteena on siis dialoginen vuorovaikutus. Olemme valinneet alan, jonka toteuttamiseen ei ole valmista käsikirjaa ja tulkitsemisen vaikeus on arkipäivää. Tilanteita syntyy ilman ennakkovaroitusta. Kaikki ei aina mene suunnitelmien mukaan, mutta sitten otetaan vaan uusi yritys uusilla metodeilla. Tätä kaikkea opinnäytetyömme aikana olemme saaneet harjoitella. Matka on ollut mutkikas, mutta antoisa.

9.5 Jatkotutkimusideat

Opinnäytetyötämme tehdessämme ja ennen kaikkea haastateltaessamme kahta vertaistukiryhmään osallistunutta henkilöä, esille nousi tarve siitä, että vertaistukiryhmätoimintaa olisi hyvä järjestää myös isille. Toimeksiantajamme Joensuun kaupungin vammaispalvelut, jotka ovat vasta alkaneet kehittää vertaistukitoimintaa, ovat suunnanneet tällä hetkellä vertaistukipalvelut pääasiassa erityislasten äideille, mutta tarvetta varmasti olisi isien omalle ryhmätoiminnalle. Mielestämme isät unohtuvat helposti, kun puhutaan avuntarpeesta ja annista. Miehillä luontainen hiljaa kärsiminen on luontevampaa kuin naisille, jotka kaipaavat kipeästi keskustelukanavia ja vertaistukea. Miehet eivät välttämättä osaa tarpeeksi hyvin ilmaista avuntarvettaan tai vaatia sitä. Sen takia näemmekin

jatkossa oivallisena jatkotutkimusmahdollisuutena sen, että kartoitettaisiin erityislasten isien halu ja tarve osallistua vertaistukitoimintaan ja sitä kautta pyrittäisiin kehittämään miehillekin omaa toimintaa.

Haastateltavamme myös toivoivat, että jatkossa pariskunnillekin järjestettäisiin vertaistukiryhmätoimintaa. Varmasti parisuhteille on kova koetin kivi, kun perheeseen syntyy erityislapsi, joten ryhmässä olisi monen parin helpompi pohtia suhteensa kipukohtia, sekä saada tukea ja apua muilta pariskunnilta. Tästäkin asiasta alkukartoitus ja kiinnostuksen selvittäminen pariskunnilta olisi aiheellista tehdä ja sitä kautta lähteä kehittämään toimintaa heille.

Opinnäytetyötä tehdessämme useasti nousi esille vertaistukitoiminnan ohjaajan rooli. Ohjaajan rooli ryhmää vetäessä on merkittävä, kun ajatellaan ryhmädynamiikan kehittymistä ja ryhmäytymistä. Näin ollen voimmekin pohtia sitä, millainen ja millaisilla valmiuksilla ohjaaja kykenee ryhmää vetämään? Mitä asioita ohjaajan tulisi tietää ja osata ottaa huomioon ryhmää vetäessään? Mielestämme juuri vertaistukiryhmänohjaajan roolia ja ammattitaidollisia asioita olisi aiheellista tutkia ja selvittää, koska näin voidaan jatkossa taata toimivia ja laadullisia vertaistukiryhmiä. Olisi myös mielenkiintoista tutkia eroavatko ammattilaisen ohjaama ryhmä ja vertaisen ohjaama ryhmä toisistaan.

Vertaistukitoiminnan mahdollistaminen laajemmassa mittakaavassa Joensuun kaupungin vammaispalveluissa vaatisi myös toimintamallin tekemisen. Tällä tavoin luotaisiin yhtenäinen malli kaikkien työntekijöiden hyödynnettäväksi ja otettavaksi käyttöön omassa työssään. Vertaistukitoimintaa lisäämällä olisi mahdollista tuoda helpotusta asiakkaan arkeen sekä samalla saada kokemustietoa tehokkaammin ammattilaisten käyttöön. Tätä tietoa tulisi hyödyntää myös palveluiden kehittämisessä tulevaisuudessa. Tässä opinnäytetyössä saatuja tietoja voidaan hyödyntää toimintamallin tekemisessä.

LÄHTEET

- Ammattieettinen lautakunta. 2009. Arki, arvot elämä, etiikka. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry. Helsinki.
http://www.talentia.fi/files/558/1649_Etiikkaopas2005_1_.pdf. 13.9.2011. 15.9.2011.
- Eskola, J & Suoranta, J, 2005. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista 2011. 3.4.1987/380.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1987/19870380>. 28.9.2011.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.
- Hulmi, H. 2004. Ihminen, vertainen – 10 vuotta Mielenterveyden keskusliiton vertaistukitoimintaa. Vantaa: Printway Oy.
- Hyvönen, O. 2010. Vammaisten kertomuksia arjestaan. Teoksessa Vammaisuuden kokeminen ja kokemisen vammaisuus. Toimittanut Vehmas S. Kehitysvammaliitto.
http://kehitysvammaliitto.fi/fileadmin/tiedostot/muut/pdf/tutkimusjulkaisut/kehitysvammaliiton_selvityksia_7.pdf. 28.9.2011.
- Jantunen, E. 2008. Osalliseksi tuleminen – masentuneiden vertaistukea jäsentävä substansiivinen teoria. Tampere: Juvenes Print Oy.
- Jyrkämä, O. 2010. Vertaistukiryhmä käyntiin! Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA.
- Jyrkämä, O & Huuskonen, P. 2010. Ammattilaiset vertaistoiminnan tukena. Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA.
- Kaski, M., Manninen, A., Mölsä, P. & Pihko, H. 2006. Kehitysvammaisuus. WSOY.
- Kinnunen, T. 2006. Vertaistuki erityislapsen vanhempien voimavarana. Tampere: Juvenes Print Oy.
- Kopakkala, A. 2008. Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Laimio, A & Karnell, S. 2010. Vertaistoiminta – kokemuksellista vuorovaikutusta. Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA.
- Mykkänen-Hänninen, R & Kääriäinen, A. 2009. Vertaisuus ja vertaistuki eroauttamisessa. Helsinki: Lastensuojelun Keskusliitto/Neuvo –projekti.
- Nylund 1999, Paavola 2004. Teoksessa Kinnunen, T. 2006. Vertaistuki erityislapsen vanhempien voimavarana. Tampere: Juvenes Print Oy.
- Oulun yliopisto. 2003. Aineiston analyysi ja käsittely.
<http://herkules.oulu.fi/isbn9514271637/html/x883.html>, 4.10.2011.
- Ovaskainen, S. 2004. Yhdessä vahvemmiksi. Tutkimus lasten ja vanhempien tukemisesta Kehrävän perhekuntoutusryhmässä. Sosiaalityön koulutusohjelma. Pro gradu –tutkielma. Kuopion yliopisto.
- Joensuun kaupunki, vammaispalvelut. Perehdytyskansio. 2011.
- Raunio, K. 2000. Sosiaalityö murroksessa. Tampere: Tammer - Paino Oy.
- Tuomi, J & Sarajärvi, A. 2004. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Vahtivaara, J- M. 2010. Kokemustieto-vertaistuesta vaikuttamiseen. Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA.

- Vammaisuuden uudistuva määrittely lähtee yksilöllisistä tarpeista.
<http://www.lyseo.edu.ouka.fi/suvaitsevaisuus/suvaitse/vammais.html>.
20.9.2011.
- Varhaiskasvatustyöryhmän muistio 1999. Teoksessa Kinnunen, T. 2006. Vertaistuki erityislapsen vanhempien voimavarana. Tampere: Juvenes Print Oy.
- Vehmas, S. 2005. Vammaisuus. Tampere: Tammer - Paino.

Itä-Suomen ja Jyväskylän yliopiston Pro Gradu tutkimukset vuosilta 2000–2009

TEEMA	G1	G2	G3	G4
Ryhmädynamiikka - ryhmän koko ja sen kokoaminen - ilmapiiri ja roolit	X	X	X	X
Ryhmän ohjaaja	X	X	X	X
Asiantuntijuus - asiantuntijatieto ja kokemustieto - vertaisuus - sosiaalinen tuki ja henkinen tuki	X	X	X	X

G2: Kanninen, H. 2009. Vertaistuki – arjen voimavara. Keskusteluja vertaistukitoiminnasta Kaprakan kesässä 2006. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta Pro gradu – tutkielma. Kuopion yliopisto

G2: Pylkkänen, M. 2000. Vertaistuki kehitysvammaisten lasten vanhempien elämässä. Sosiaalityön koulutusohjelma. Pro gradu – tutkielma. Kuopion yliopisto

G3: Ovaskainen, S. 2004. Yhdessä vahvemmiksi. Tutkimus lasten ja vanhempien tukemisesta Kehrävän perhekuntoutusryhmässä. Sosiaalityön koulutusohjelma. Pro gradu – tutkielma. Kuopion yliopisto

G4: Kinnunen, L. 2006. Vertaistuki erityislapsen vanhempien voimavarana. Pro gradu – tutkielma. Jyväskylän yliopisto

TEEMAHAASTATTTELURUNKO

Teema 1: Tieto vertaistukiryhmästä

- Mistä ja miten tieto vertaistukiryhmästä tuli sinulle?
- Millaisia ajatuksia/tunteita tieto ko. ryhmästä sinussa herätti?
- Heräsikö kiinnostuksesi heti vai pohditko ryhmään osallistumista enemmänkin?
- Millaisia odotuksia sinulle oli vertaistukiryhmästä?
- Miten odotuksesi ovat täyttyneet?

Teema 2: Ryhmä

- Millaiseksi olet kokenut ryhmän toiminnan ja sen muut jäsenet? Millaisessa roolissa näet itsesi/osallisuutesi suhteessa muuhun ryhmään?
- Mitkä asiat vaikuttavat positiivisesti ryhmätoimintaan ja mitkä negatiivisesti?
- Millainen vuorovaikutus ryhmällä mielestäsi on ollut?
- Mikä on mielestäsi sopiva ryhmänkoko ja miksi?
- Pitäisikö ryhmän olla mielestäsi avoin vai suljettu? Miksi?
- Vaatiiko ko. ryhmätoiminta yhteisesti sovitut tavoitteet ja ryhmäsäännöt? Millaisista asioista olette sopineet?

Teema 3: Ohjaajuus

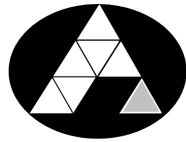
- Mikä merkitys ohjaajalla on ryhmätoimintaan?
- Koetko hyväksi vai huonoksi asiaksi sen, että ohjaaja on ammattilainen? Perustelut?
- Minkälaista otetta ja roolia toivot ohjaajalta?

Teema 4: Asiantuntijuus

- Millaista asiantuntijuutta vertaistukiryhmässä olet saanut/on mahdollista saada?
- Millaisia eroja näet ammattilaisen asiantuntijuudella ja vertaisen asiantuntijuudella? Mikä merkitys niillä on sinulle?

Teema 5: Tulevaisuus

- Mitä toiveita, kehittämisideoita sinulla on tälle ryhmälle jatkoa ajatellen?



POHJOIS-KARJALAN
AMMATTIKORKEAKOULU

TUTKIMUSLUPAHAKEMUS

Haen/haemme lupaa suorittaa opinnäytetyöhön liittyvä tutkimus

Opinnäytetyön aihe: Tutkimuksen tarkoituksena on lisätä tietoutta vertaistukiryhmätoiminnasta sekä selventää työntekijän rooli vertaistukiryhmän ohjaajana.

Tutkimuksen toteutuspaikka/-yksikkö:

Joensuun kaupungin vammaispalvelut

Tutkimuksen:

a) kohde/kohdejoukko: kehitysvammaisten lasten äitiipiiri

b) aineiston keruumenetelmä: teemahaastattelu

c) aineiston keruun ajankohta: syksy 2011

Opinnäytetyön ohjaaja/t:

Terttu Moilanen ja Tuomas Lappalainen

Työelämäohjaaja:

Tuula Tirronen

____ / ____ 2011

LIITTEET: - tutkimussuunnitelma
 - toimeksiantosopimus



OPINNÄYTETYÖN TOIMEKSIANTO

SOPIJAOSAPUOLET:

TOIMEKSIANTAJA: Joensuun kaupungin vammaispalvelut

Yhteystiedot: Torikatu 18 A, 80101 Joensuu

Sähköpostiosoite: sosiaalijaterveysvirasto@jns.fi

OPISKELIJA Kirsi Martiskainen, Kati Timoskainen

Yhteystiedot:

TOIMEKSIANTOSOPIMUS:

Tutkimuksen tarkoituksena on lisätä tietoutta vertaistukiryhmätoiminnasta sekä selventää työntekijän roolia vertaistukiryhmän ohjaajana.

Osapuolet ovat tänään sopineet toimeksiannosta seuraavaa: (esim. rahoitus, aikarajat, tekijänoikeudet)

Toimeksiantaja
Toimeksiantajan pyynnöstä opiskelijat täyttivät salassapitovelvollisuuslomakkeen. Tutkimus ei aiheuta toimeksiantajalle kustannuksia.
Opiskelija(t)
Opinnäytetyöstä toimitetaan oma kappale toimeksiantajalle.

Opinnäytetyön ohjaajana PKAMK:ssa toimii Terttu Moilanen, Tuomas Lappalainen

Päiväys ja allekirjoitukset

_____ Toimeksiantajan edustaja

_____ Opiskelija

Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma
Kirsi Martiskainen ja Kati Timoskainen

SUOSTUMUS YKSILÖHAASTATTELUUN

Suostun haastateltavaksi Kirsi Martiskaisen ja Kati Timoskaisen opinnäytetyöhön. Työ tapahtuu toimeksiantona Joensuun kaupungin vammaispalveluille, jossa pyritään kehittämään ja eteenpäin viemään vertaistukitoimintaa. Haastattelun avulla on tarkoitus selvittää vertaistukitoimintaan osallistuneiden henkilöiden ajatuksia ja tuntemuksia kyseessä olevasta toiminnasta ja sitä kautta pyrkiä edelleen parantamaan ja kehittämään vertaistukitoimintaa.

Haastattelut tapahtuvat yksilöhaastatteluina ja niiden aikana teemme tarvittavia muistiinpanoja paperille. Kaikki haastateltavaa koskeva tieto pysyy täysin luottamuksellisena ja nimettömänä. Opinnäytetyöstämme ei voida tunnistaa yksittäistä osallistujaa.

Osallistun yksilöhaastatteluun sekä annan luvan haastatteluaineiston käyttöön opinnäytetyössä.

Paikka ja aika

Allekirjoitus ja nimenselvennys

Kiitos osallistumisestasi!

Itä-Suomen ja Jyväskylän yliopiston Pro Gradu tutkimukset vuosilta 2000–2009

Pro Gradu - tutkielmat	Teoreettinen viitekehys	Tutkimuskysy- mys	Tutkimuksen kohderyhmä	Gradujen eroavai- suudet	Graduja yhdistävät tekijät
Kanninen H. Vertaistuki arjen voimavarana – keskusteluja ver- taistukitoiminnasta Kapran kesässä 2006	Vertaistuki, sosiaalinen tuki, järjestötoiminta, motiivit	Mitkä tekijät ohjaavat ihmisiä mukaan yhdis- tystoimintaan, liittyy- mään jäseniksi ja hakemaan vertaistukea sekä miten jäsenyys on vastannut vertaistuen ja sosiaalisen tuen tarvet- ta?	Hengitysyhdistyksen jäseniä sekä aktiivisia järjestötoimijoita yht. 75, miehiä 18, naisia 75	Yhdistystoiminnan kautta ihmiset sitoutuvat toimintaan pidempiaikaisesti ja monesti roolit muuttuvat, kun autetta- vasta tulee auttaja	Vertaistukitoiminta nähdään uutena yhteiskunnallisena toimintamallina ihmisten auttamiseksi → hyvinvointipalve- luihin kohdistu- neet säästöt ovat pakottaneet kehiti- tämään uudenlai- sia kansalaisia tu- kevia rakenteita.
Pykkänen M. – Vertaistuki kehi- tysvammaisten lasten vanhempien elämäs- sä 2000	Vertaistuki, sosiaalinen tuki, sosiaalinen verkosto, selviy- tyminen	Voisiko sosiaalityöstä löytyä areena vertaistu- en tietoiselle hyödyn- tämiseksi?	Mikkelin Seudun Kehitysvammaisten Tukiliitto ry:n toimin- nassa mukana olevia kehitysvammaisten lasten vanhempia, yht. 6	Kausikestoinen vertaistuki- toiminta kestää vain tietyn ajanjakson, jonka jälkeen osallistujat helpommin ns. erkanevat kukin omille teilleen.	Vertaistuesta haetaan koh- dennettua tietoa, jota ei muilta auttajatahoilta ole saatavilla
Ovaskainen S. -Yhdessä vahvem- miksi 2004	Lastensuojelu, perhekuntoutus, vertaistuki, lapsen asema, vanhemmuus, lapsen ja van- hemman vuoro- vaikutus	Miten Kehrävän perhe- kuntoutusryhmä toimii perheiden tukena?	Yksi perhekuntoutus- ryhmä: 2 työntekijää ja 4 asiakasperhettä		
Kinnunen T. – Vertaistuki erityis- lapsen vanhempien voimavarana 2006	Perhe, vanhem- muus, vertaistuki, erityislapsen vanhemmuus	Miten erityislapsen vanhemmat ovat saa- neet tukea vanhem- muuteensa vertaistuki- toiminnan eri toimin- tamuotojen kautta?	Vertaistukiprojektiin osallistuneita vanhem- pia 18/60. Miehiä 6, naisia 12		