

PÄIHDEKUNTOUTUJAN TYÖKIRJA

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen kehittämishanke

Maria Hanhikorpi

Opinnäytetyö, kevät 2012

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Diak Etelä, Järvenpää

Sosiaalialan koulutusohjelma

Diakonisen sosiaalityön suun-
tautumisvaihtoehto

Sosionomi (AMK) + Diakonin
virkakelpoisuus

TIIVISTELMÄ

Hanhikorpi, Maria. Päihdekuntoutujan työkirja. Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen kehittämishanke. Diak Etelä Järvenpää kevät 2012, 46 sivua. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma, diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto, sosionomi (AMK) + diakonin virkakelpoisuus.

Opinnäytetyön tarkoitus oli luoda kuntoutujan työkirja päihdekuntoutujien käyttöön Helsingin kaupungin Tervalammen kartanon kuntoutuskeskukseen. Opinnäytetyö oli työelämälähtöinen produktio eli toiminnallinen opinnäytetyö, jonka tuotoksena oli Minä Tervalampi -kuntoutuksessa kuntoutujan työkirja kuntoutusjaksolle.

Opinnäytetyön teoreettinen osuus perustui kuntoutumisen, päihdepalvelujen lainsäädännön, Helsingin kaupungin päihdepalvelujärjestelmän ja Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen kuntoutuspalveluiden kehittämisen sekä Suomen evankelis-luterilaisen kirkon päihdetyön tarkasteluun.

Työkirja suunniteltiin syksyllä 2010 toteutetun tausta- ja kartoitustutkimuksen materiaalin pohjalta huomioiden kuntoutujan kuntoutusprosessi ja Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen kuntoutusvaiheet. Työkirja voi toimia yhtenä kuntoutujan tukemisen välineenä kuntoutumisprosessissa kohti päihteetöntä elämää.

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen kuntoutujat ja henkilökunta toteuttivat työkirjan pilotoinnin kuntoutuskeskuksessa marraskuussa 2011. Pilotoinnista saadun palautteen perusteella työkirja on käyttökelpoinen kuntoutujan kuntoutumisen tukena.

Asiasanat: kuntoutuja, kuntoutus, päihdekuntoutus, asiakaslähtöisyys, osallisuus

ABSTRACT

Hanhikorpi, Maria. Rehabilitation clients' workbook for a rehabilitation period. 46 p. Language: Finnish. Järvenpää Spring 2012. Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services. Option in Diaconal Social Work. Degree: Bachelor of Social Services.

The aim of my thesis was to create a workbook for rehabilitation clients in Tervalampi Manor rehabilitation center. The thesis was a working life oriented production, a functional thesis, which produced a rehabilitation workbook for a rehabilitation period.

The theoretical part was focused on the review of rehabilitation, the law of rehabilitation services in Finland, Helsinki city's rehabilitation organization, development of Tervalampi Manor rehabilitation center and rehabilitation work in the Evangelical Lutheran Church of Finland.

Designing the workbook was based on the background survey in 2010, considering the best possible way to observe rehabilitation clients' needs in the rehabilitation process. Also attention was paid to the Tervalampi Manor rehabilitation center's rehabilitation program. So the workbook could be a valuable to help and support to rehabilitation clients towards a drug -free, better life.

In March 2011, the Tervalampi Manor rehabilitation center's employees and rehabilitation clients accomplished the workbook's first test round. According to the feedback, the workbook has a useful place in rehabilitation clients' rehabilitation period.

Keywords: rehabilitation client, rehabilitation, client orientation, participation

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	5
2 OPINNÄYTETYÖNÄ PRODUKTIO.....	7
3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET.....	9
4 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA	11
5 OPINNÄYTETYÖN KESKEISET KÄSITTEET	14
5.1 Kuntoutuja	14
5.2 Kuntoutus	14
5.3 Päihdekuntoutus.....	15
5.4 Asiakslähtöisyys	16
5.5 Osallisuus.....	17
6 PÄIHDEPALVELUT OVAT RIIPPUVAISIA LAINSÄÄDÄNNÖSTÄ	19
6.1 Lainsäädäntö työkirjassa	19
6.2 Päihdehuoltolaki, Raittiustyölaki ja Kansanterveyslaki	19
6.3 Lastensuojelulaki.....	20
6.4 Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista	21
6.5 Laki potilaan asemasta ja oikeuksista	21
7 PÄIHDEPALVELUJÄRJESTELMÄ	22
7.1 Päihdepalvelujärjestelmä työkirjassa.....	22
7.2 Päihdepalvelut.....	22
7.3 Päihdepalveluja ohjaavat päihdepalvelujen laatusuositukset	23
7.4 Päihdekuntoutus.....	24
7.5 Helsingin kaupungin päihdepalvelut	24
7.6 Tervalammen kartano Helsingin päihdepalveluissa	24
7.7 Tervalammen kartanon kuntoutuspalvelujen kehittäminen.....	25
8 SUOMEN EVANKELIS-LUTERILAISEN KIRKON PÄIHDETYÖ	28
8.1 Kristillisyys työkirjassa	28
8.2 Suomen evankelis-luterilaisen kirkon tehtävä.....	28
8.3 Kirkon päihdestrategia.....	29
8.4 Diakoninen päihdetyö	29
8.5 Kristillinen ihmiskäsitys.....	30
8.6 Uskon merkitys kuntoutumisessa	31
9 OPINNÄYTETYÖN PROSESSI.....	33

9.1 Produktion toteutus	33
9.2 Produktion aikataulu	35
9.3 Työkirjan pilotoinnin palaute	36
10 POHDINTA	38
LÄHTEET	41

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni on Helsingin kaupungin Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen päihderiippuvuudesta toipuville kuntoutujille suunnattu kuntoutujan työkirja. Opinnäytetyöni lähtee työelämän tarpeesta ja on toteutettu yhteistyössä kuntoutuskeskuksen kanssa. Opiskelujeni edettyä opinnäytetyön suunnittelu- vaiheeseen sekä pohtiessani opinnäytetyön aihetta otin asian esille silloisessa työpaikassani Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa. Pohdimme työyhteisössäni sopivaa ajankohtaista aihetta, joka olisi kuntoutuskeskuksen kannalta hyödyllinen. Esiin tuli ajatus kuntoutujille tarkoitetusta työkirjasta. Työkirja valikoitui Työ, työyhteisöt ja johtaminen -hankeharjoittelun ja opinnäytetyöni aiheeksi.

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskus on Helsingin kaupungin päihdekuntoutuslaitos, jonka perustehtävänä on tukea päihdekuntoutujien edellytyksiä elämänhallintaan sekä päihdeongelmista vapaaseen elämäntapaan. Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen toimintaa ohjaavina työmenetelminä ovat yhteiskuntoutus ja toiminnallisuus.

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa kehitetään parhaillaan kuntoutuspalveluja. Kiinnostukseni päihdetyötä ja asiakaslähtöistä päihdekuntoutusta kohtaan sai minut innostumaan ajatuksesta kartoittaa, Työ, työyhteisöt ja johtaminen -hankeharjoittelun aikana, mitä kuntoutujat haluaisivat sisällyttää kuntoutujille tarkoitettuun kuntoutujan työkirjaan. Ajatusta kuntoutujan työkirjan tarpeellisuudesta tukivat useat keskustelut, joita olin käynyt kuntoutujien kanssa työskennellessäni Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa. Näissä keskusteluissa kuntoutujat toivat esiin tarpeen yhtenäisestä kuntoutujan työkirjasta, jota voisi täydentää kuntoutuksessa ollessaan.

Opinnäytetyöni kirjallisessa raportissa käsittelen aluksi opinnäytetyölle asetettuja yleisiä tavoitteita ja lähtökohtia sekä oman työni taustoja. Seuraavaksi esittelen opinnäytetyöhöni liittyviä keskeisempiä käsitteitä, päihdepalveluihin liittyvää

lainsäädäntöä, päihdepalvelujärjestelmää ja Tervalammen kartanon kuntoutuskeskusta osana Helsingin päihdepalveluita. Tuon esille Suomen evankelis-luterilaisen kirkon päihdetyön, uskon sekä hengellisyyden merkityksen kuntoutumisessa. Kerron opinnäytetyöni prosessin etenemistä ja työkirjan pilotoinnista saadusta palautteesta. Lopuksi arvioin opinnäytetyöni kirjallista osuutta, työkirjaa, ammatillista kasvuani ja työn eettisyyttä.

2 OPINNÄYTETYÖNÄ PRODUKTIO

Ammattikorkeakoulun opinnäytetyön yhtenä vaihtoehtona on tehdä kehittämiss-painotteinen opinnäytetyö, josta käytetään myös nimitystä toiminnallinen opin-näytetyö tai produktio. Produktio on oman ammatillisen kentän käytännön toi-minnan ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä tai järjeistämistä. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 9.) Produktiolle keskeistä on paitsi käytännön toteu-tus myös sen huolellinen raportointi tutkimusviestinnän keinoin. (Vilkkä & Airak-sinen 2004, 65). Produktio on lyhykestoinen ja kertaluontoinen projekti, jonka tavoitteena on valmistaa tietylle käyttäjäryhmälle tuotos, jota voi käyttää käytän-nön työvälineenä. (Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä 2010, 33.) Käyttäjäryhmästä riippuen tuotos voi olla esimerkiksi musiikkiesitys, video, radio-ohjelma, näytel-mä, informaatiopaketti tai kirja. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 9.) Käytännön toteu-tus tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä on Tervalammen kartanon kuntou-tuskeskukselle tuotettu kuntoutujan työkirja sekä sen raportointi tutkimusviestin-nän keinoin.

Produktiota suunniteltaessa kartoitetaan aluksi työn tavoite ja se, miten työ so-veltuu ammatilliseen käytäntöön. Opinnäytetyön tulee tukea opiskelijan amma-tillista kasvua. Produktion aihealueeseen ja ammatillisiin käytäntöihin liittyvä tutkittu tieto tulee näkyä produktion suunnittelussa, toteuttamisessa ja reflek-toinnissa. (Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä 2010, 33-34.)

Opinnäytetyöraportilta edellytetään erilaisia tekstuaalisia piirteitä kuin mitä edel-lytetään produktiolta; produktion tekstissä puhutellaan sen kohde- ja käyttäjä-ryhmää, kun taas raportissa kerrotaan prosessista ja opiskelijan omasta oppi-misestä. Jos produkti on esimerkiksi ohje- tai opaskirja yrityksen henkilöstölle, sen pitää kieleltään olla kyseiselle kohderyhmälle sopiva. Produktion raportissa olevia yleisiä tutkimusviestinnän piirteitä ovat esimerkiksi lähteiden käyttö ja merkintä, tekstin asiatyylisyys ja viitekehityksestä tai tietoperustasta tulevat kä-sitteet ja termit. Raportista ilmenee paitsi mitä, miksi ja miten on tehty, myös millainen työprosessi on ollut sekä millaisiin tuloksiin ja johtopäätöksiin on pää-dytty. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 65 - 66.)

Produktio tuntui minusta käytännönläheiseltä ja työelämää palvelevalta tavalta opinnäytetyön toteuttamiseen. Erityisesti pidin tärkeänä sitä, että työstäni jäisi kuntoutuskeskuksen käyttöön jokin konkreettinen tuotos, jota voisi hyödyntää kuntoutumisen tukemisen välineenä.

3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyöprosessini tarkoituksena oli siis suunnitella ja toteuttaa henkilökohtainen työkirja Helsingin kaupungin Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen kuntoutujien käyttöön kuntoutusjaksolle. Työkirja toimisi yhtenä kuntoutumisen tukemisen tärkeänä välineenä.

Kuntoutujan työkirjan tarkoitus on edistää kuntoutujien kuntoutumista sekä saada heidän näkökulmastaan kuntoutuspolkua suunnitelmallisemmaksi. Oleellinen työkirjan käytön tavoite on myös auttaa kuntoutujaa kuntoutuksen jälkeisen elämän suunnittelussa. Työkirjan sisällön suunnittelussa on huomioitu kuntoutujan näkökulma ja pyritty sisällyttämään työkirjaan kuntoutujan kannalta olennaiset kuntoutusta tukevat elementit. Pyrkimykseni on ollut tuottaa Työ, työyhteisöt ja johtaminen -hankeharjoittelun tausta- ja kartoitustutkimuksessa kertyneen aineiston pohjalta kuntoutujan työkirja. Työkirjaa varten kertyneenä pohja-aineistona olivat Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen käyttämät kuntoutusaineistot ja tausta- ja kartoitustutkimuksen aikana pidettyjen ryhmien muistiot. (Tervalammen kartanon kuntoutuskeskus muistiot). Muistioista ilmeni kuntoutuskeskuksen kuntoutujien ja henkilökunnan toiveet kuntoutujille tarkoitetun työkirjan sisällöstä. Tämän aineiston pohjalta aloin työstää työkirjaa. Työkirjan tarkoitus oli olla kuntoutujalähtöinen, selkeä ja helppolukuinen. Tarvittava tieto löytyy helposti. Työkirjasta tulee löytää kuntoutusjaksoon oleellisesti liittyvät asiat, kuntoutusvaiheet ja -teemat sekä kaikille kuntoutujille yhteisiä osioita. Työkirja antaisi mahdollisuuden myös kuntoutujan itsenäiseen työskentelyyn. Olen pyrkinyt siihen, että työkirja olisi helposti muunneltavissa kuntoutusta parhaiten palvelevaksi kulloisenkin tarpeen mukaan.

Diakonia- ammattikorkeakoulussa opinnäytetyön työelämälähtöisyys on keskeinen periaate. Ammatillisen tiedon ja taidon muodostaminen, kehittäminen ja osoittaminen ovat keskeinen osa opinnäytetyötä. (Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä 2010, 34, 48.) Työelämälähtöisen opinnäytetyön aihe tukee ammatillista kasvua. Opiskelija pääsee peilaamaan omia tietoja ja taitoja työelämän tarpei-

siin. Teoreettiseksi näkökulmaksi toiminnallisessa opinnäytetyössä riittää jokin alan käsite ja sen määrittely. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 17, 43.)

4 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA

Helsingin kaupungin strategiaohjelman 2009 - 2012 mukaan kaupungin tavoitteena on kehittää hyvinvointipalveluita käyttäjälähtöisemmiksi kaupunkilaisten osallisuutta ja omaa vastuuta vahvistaen. Tällä uudella palvelukulttuurilla halutaan lisätä kaupunkilaisten tyytyväisyyttä hyvinvointipalveluihin sekä turvata niiden saatavuus ja laatu kaikille kaupunkilaisille tasapuolisesti. Kaupungin arvoja ovat asukaslähtöisyys, ekologisuus, oikeudenmukaisuus, taloudellisuus, turvallisuus ja yrittäjämielisyys. (Helsingin kaupunki strategiaohjelma 2009-2012, 1-3.)

Helsingin sosiaaliviraston palvelustrategian mukaan sosiaaliviraston yhtenä tavoitteena on asiakaslähtöinen palvelukulttuuri ja joustavammat palvelukokonaisuudet. Sosiaaliviraston aikuisten palveluiden palvelustrategiassa pyritään järjestämään palvelutuotanto asiakkaan kannalta oikea-aikaisesti ja hänen tarpeensa täyttäväksi. Päihdepalvelujen kokonaissuunnitelmassa kaupungin omaa päihdepalvelujen tuotantoa täsmennetään nykyisestään. (Helsingin sosiaaliviraston palvelustrategia 2009, 9, 30.)

Kansalliseen mielenterveys- ja päihdesuunnitelmaan (Mieli 2009) on koottu sosiaali- ja terveysministeriön asettaman työryhmän ehdotukset mielenterveys- ja päihdetyön kehittämiseksi vuoteen 2015. Valtakunnallisesti mielenterveys- ja päihdetyötä suunnitelmassa linjataan ensimmäisen kerran yhtenä kokonaisuutena. Nämä mielenterveys- ja päihdetyön kehittämisen linjauksia ovat asiakkaan aseman vahvistaminen, ennaltaehkäisyyn panostaminen ja se, että palvelut toteutetaan toimivana kokonaisuutena sekä ohjauskeinojen kehittäminen. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009c, 5, 13.)

Tämän kansallisen mielenterveys- ja päihdesuunnitelman (Mieli 2009) mukaisesti Helsingin sosiaaliviraston aikuisten palveluiden päihdehuollossa toteutetaan rakennemuutosta. Aikuisten palveluiden uudet toimenpidelinjaukset ovat valmistuneet vuoden 2010 aikana ja niihin perustuva toiminta on käynnistetty laajamittaisena vuonna 2011. (Helsingin kaupunki sosiaalivirasto sosiaalitoimen

talousarvioehdotus vuodelle 2011 sekä taloussuunnitelmaehdotus vuosille 2011–2013, 11.)

Helsingin kaupungin päihdehuollon rakennemuutos käynnistyi vuoden 2010 alussa, joten kaupungin päihdehuollon kehittämistyötä on tehty vuosina 2010 - 2011 useita asiantuntijatahoja kuuntelemalla. Kaupunki on panostanut avohuoltoon, jotta laitoksiin ohjautuisivat vain ne, joilla on riittävä motivaatio kuntoutumiseen ja jotka eivät avohuollon tukitoimin omaan tavoitteeseensa yllä. Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa kehittämisen johdosta on arvioitu olemassa olevan toiminnan tuloksellisuutta. Kehittämistyössä on tutustuttu päihdekuntoutuksen toimintaan, tarkasteltu hyviä käytäntöjä ja tuoteistettu uusia innovaatioita. Kaikessa kehittämisessä johtajatuksena on pidetty kuntoutujan näkökulmaa. Asioiden tarkastelu kuntoutujan näkökulmasta on tehnyt kehittämistyöstä kokemuksellisesti rikasta. Kehittäminen on myös vaatinut henkilökuntaa luopumaan joistakin totutuista työskentelytavoista ja -ajoista. (Tervalammen kartanon kuntoutuskeskus kehittämistyön väliraportti 2010-2011.)

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen vuoden 2010 toimintasuunnitelmassa tavoitteena oli kehittää kartanon kuntoutusmenetelmiä kuntoutujan näkökulmasta entistä kannustavammiksi. (Tervalammen kartanon kuntoutuskeskus kehittämistyön väliraportti 2010-2011). Tähän prosessiin liittyi myös tarve kehittää kuntoutujille yhtenäinen työkirja kuntoutujien työvälineeksi. Tämän takia opinnäytetyöni aihe oli ajankohtainen.

Tarve kehittää kuntoutujille työkirja syntyi, koska Tervalammen kartanon kuntoutusyhteisöissä ei ole ollut käytössä yhtenäistä kuntoutujan työkirjaa. Naisenyhteisö Kaislassa on ollut jo vuosia käytössä naisten kuntoutumisen tukena Heinon (2003) opinnäytetyönä kehitetty KokoNaisena niminen -työkirja. Tämä KokoNaisena -työkirja on tarkoitettu kuntoutujan itsenäiseen työskentelyyn irrallaan muusta kuntoutusohjelmasta. Muissa kartanon kuntoutusyhteisöissä kuntoutujat ovat saaneet kuntoutusjaksonsa aikana useita erillisiä papereita, joita voi olla vaikea säilyttää kuntoutuksen aikana tai kuntoutuksen päättymisen jälkeen. Tästä syystä on nähty tarpeelliseksi kehittää työkirja, jota kaikki kuntoutusyhteisöt voisivat soveltuvilta osin käyttää. Tavoitteena on saada kuntoutujan

näkökulmasta kuntoutuspolku selkiytymään nykyistä paremmin. Yhtenäinen työkirja helpottaa myös henkilökunnan työskentelyä tilanteissa, joissa kuntoutujat vaihtavat kuntoutusyhteisöään kuntoutuksen aikana.

5 OPINNÄYTETYÖN KESKEISET KÄSITTEET

5.1 Kuntoutuja

Kuntoutuja on henkilö, joka hakee, tarvitsee tai käyttää kuntoutuspalveluja työ- ja toimintakyvyn ylläpitämiseksi tai palauttamiseksi. Vuonna 2003 voimaan tullessa kuntoutuksen asiakaspalveluyhteistyötä koskevassa laissa (497/2003) palvelujen hakijaa, tarvitsijaa ja käyttäjää nimitetään kuntoutujaksi. Kuntoutujan korostetaan olevan aktiivinen toimija, oman kuntoutumisensa subjekti, joka pyrkii ymmärtämään, suunnittelemaan ja toteuttamaan omia elämänprojektejaan ja tavoitteitaan. Kuntoutuja-käsite korostaa palvelun käyttäjän olevan itsenäinen toimija ja siitä syystä kuntoutuspalvelun käyttäjästä käytetään kuntoutuja-nimitystä asiakkaan sijaan. (Järvikoski & Härkäpää 2008, 36.) Kun ihmisen toimintakyky alentuu kuntoutuslain (604-628/1991) ja päihdehuoltolain (1986) kuntoutukseen oikeuttavalla tavalla hänestä tulee kuntoutuja.

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa olevat asiakkaat keskittyvät omien ongelmiansa kanssa työskentelyyn ja toimintakykynsä parantamiseen, joten he ovat kuntoutujia. Kuntoutuskeskuksen kuntoutujien vaihteleva kuntoutusmotivaatio huomioidaan työkirjan tehtävissä. Vaatimustasoltaan tehtävät ovat eritasoisia, joten ne antavat kuntoutujille mahdollisuuden käyttää työkirjaa itselleen sopivalla tavalla.

5.2 Kuntoutus

Kuntoutusta on ollut niin kauan kuin sairasta, vammaista tai yhteisöstään syrjään joutunutta ihmistä on autettu löytämään merkityksellinen asema omassa yhteisössään ja elämäntilanteessaan. Käsitteenä kuntoutus tuli suomalaiseen käyttöön vähitellen 1940-luvun lopusta lähtien. Sana tuli englanninkielisestä sanasta rehabilitation. Aluksi käytettiin muotoa kuntouttaminen, sittemmin on käytetty termejä kuntoutus ja kuntoutuminen. Taustalla tässä kehityksessä oli

kuntoutujan oman panoksen ja kuntoutumisen korostaminen. (Puumalainen & Vilkkumaa 2001, 16 – 17.)

Kuntoutus on yleensä suunnitelmallista ja monialaista toimintaa, jolla pyritään auttamaan kuntoutujaa tilanteissa, joissa hänen oma toimintakykynsä ja mahdollisuutensa selviytymiseen ja osallistumiseen ovat eri syistä heikentyneet tai uhatut. Kuntoutuksen tavoitteena on vaikuttaa kuntoutujan toimintakykyyn, työkykyyn ja sosiaaliseen selviytymiseen. (Kuntoutusportti i.a.). Kuntoutuksella tarkoitetaan prosessia, jossa kuntoutujaa autetaan itse saavuttamaan ja ylläpitämään mahdollisimman hyvää fyysistä, aistimuksellista, älyllistä, psyykkistä tai sosiaalista toiminnan tasoa, jotta hänellä olisi mahdollisuus elää mahdollisimman itsenäistä elämää. (Järvikoski & Härkäpää 2001, 31). Kuntoutuminen on siis syvästi ihmisen henkilökohtainen ja ainutlaatuinen muutosprosessi, jossa ihmisen arvot, asenteet, elämän päämäärät, taidot, tunteet ja roolit muuttuvat. (Koskisuu 2003, 21.)

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa kuntoutus tapahtuu kuntoutustyöntekijän ohjauksessa, mutta kuntoutus perustuu kuntoutujan omiin tavoitteisiin ja päämääriin. Kuntoutuja tekee laitostuntoutusjaksolleen tavoitteet ja päämäärät, joita kuntoutuja tarkentaa määräväleihin. Olen sisällyttänyt työkirjaan teoriatietaa ja tehtäviä kuntoutumisesta ja kuntoutujan kuntoutustavoitteen suunnittelua helpottamaan.

5.3 Päihdekuntoutus

Käsitettä päihdekuntoutus ja -hoito ei useinkaan eritellä toisistaan vaan niitä käytetään toistensa synonyymeinä. Päihdehoidon käsitettä käytetään puhuttaessa esimerkiksi opiaattiriippuvaisten korvaushoidosta tai katkaisu- ja vieroitushoidosta. Nämä hoidot tapahtuvat yleensä lääkärin valvonnassa ja hoidon aikana käytetään lääkitystä. Termien ”kuntoutus” ja ”hoito” päällekkäisyys kuvastaa, kuinka vahva rooli päihdehoidossa on sosiaalisella kuntoutuksella. Päihdekuntoutuksen käsite on laajempi kuin päihdehoidon. Kuntoutukseen sisältyy myös sosiaalinen ja yhteisöllinen tuki. Päihdekuntoutuksessa huomioidaan asiakkaan

koko sosiaalis-taloudellinen ympäristö, kuten perhe, toimeentulo, asuminen ja työ. Päihdekuntoutuksen tarkoituksena on parantaa asiakkaan elinoloja ja hänen tilaansa eli vaikuttaa kokonaisvaltaisesti psyykkisen, fyysisen ja sosiaalisen tilan parantamiseen. Päihteiden käyttö tapahtuu usein asiakkaan sosiaalisessa kontekstissa, joten päihdekuntoutuksessa on huomioitava asiakkaan koko sosiaalinen ympäristö. Kuntoutus ei ole tehokasta, jos käsitellään vain päihteiden ongelmakäyttöä. On tärkeää kartoittaa koko asiakkaan sosiaalinen elämäntilanne ennen hoitoa ja hoidon jälkeen, ja mitkä asiat tukevat toipumista tai vastavasti ehkäisevät sitä. (Lahti & Pienimäki 2004, 136–149.)

Yksilö- ja ryhmämuotoisten interventioiden periaatteet hallitaan suomalaisessa päihdekuntoutuksessa, mutta yhteistyö muiden hyvinvointipalveluiden kanssa on puutteellista. Päihdekuntoutus on vietävä mahdollisimman lähelle kuntoutujan arkipäivää; perhettä, koulua ja vapaa-aikaa, sillä kuntoutuminen kestää yleensä vuosia. (Lahti & Pienimäki 2004, 136–149.)

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa kuntoutus on vaiheistettua yhteisökuntoutusta. Kuntoutuksessa oleva kuntoutuja toimii kokonaisvaltaisesti oman elämänsä hyväksi hyödyntäen vertaistukea. Jokaisen kuntoutuminen on hänen henkilökohtainen prosessinsa, joka tapahtuu vähitellen kuntoutujan asettamien tavoitteiden ja päämäärien suuntaisesti. Työkirjassa huomioidaan kuntoutujan kaikki elämänalueet esimerkiksi sosiaaliset suhteet, asuminen, työ, toimeentulo ja harrastukset.

5.4 Asiakslähtöisyys

Asiakslähtöisyys voidaan määritellä toiminnan arvoperustaksi, jonka mukaan asiakas kohdataan arvokkaana yksilönä hänen elämäntilanteestaan riippumatta. Keskeistä asiakslähtöisyydessä on, että palvelut järjestetään asiakkaille asiakkaiden eikä palveluntuottajan organisaation tarpeista käsin mahdollisimman toimiviksi. Asiakslähtöinen palvelutoiminta on vastavuoroista asiakkaan ja palveluntuottajan välillä. Asiakslähtöisyydessä asiakas on aktiivinen palveluiden käyttäjä eikä passiivinen palveluiden kohde. Asiakas on oman elämänsä

asiantuntija ja samalla palveluprosessissa työntekijän kanssa yhdenvertainen toimija ja tasavertainen kumppani. (Virtanen, Suoheimo, Lamminmäki, Ahonen & Suokas 2011, 18-21.)

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa kuntoutusmenetelmänä käytetään yhteisökuntoutusta, jonka perusajatuksena on lähimmäisen kohtaaminen ja kunnioittaminen tasavertaisena henkilönä. Kuntoutuskeskuksessa henkilökunta ja kuntoutujat osallistuvat asioiden käsittelyyn, päättämiseen ja toimintaan yhdessä. Kuntoutuskeskuksessa kuntoutuja on oman elämänsä paras asiantuntija. Työkirja on kuntoutujalähtöinen. Sen sisältö perustuu Työ, työyhteisöt ja johtaminen -hankeharjoittelun kartoitustutkimuksessa esiin tulleiden kuntoutujien toiveisiin. Työkirja on suunniteltu helppokäyttöiseksi ja selkeäksi kuntoutumisvalmiudeltaan eritasoisia kuntoutujia varten.

5.5 Osallisuus

Osallisuus on paljon tutkittu käsite, mutta sille ei ole vielä pystytty laatimaan täydellistä, hyväksyttävää määritelmää. Osallinen voi olla moneen asiaan, kuten perheeseen, sukuun, ystäviin, yhteisöön ja yhteiskunnan toimintaan. (Kiilakoski 2007, 10-11.) Osallisuus voidaan esittää osattomuuden, syrjäytymisen ja ulkopuolisuuden vastakohtana (Mattila-Aalto 2010, 21.) Osallisuutta on määritelty halulla vaikuttaa ympäristöön, vastuun kantamisella ja saamisella oman, toisten ja koko yhteisön toimintakyvystä, oikeudella omaan identiteettiin ja arvokkuuteen osana yhteisöä. Osallisuuteen kasvatetaan ja kasvetaan. (Kiilakoski 2007, 10-13 ja Viirkorpi 1993, 22-23).

Kuntoutuksessa kuntoutujalla on kolme osallisuuden muotoa, joita ovat elämänhallinnan osallisuus, elämänpoliittinen osallisuus ja elämänorientaatiollinen osallisuus. Elämänhallinnan osallisuus on pitkälti sitä, että kuntoutuja suvaitsee kuntoutuksen kurin ja taipuu kuntoutuksessa hyväksytyihin luottamuksen näyttämisen muotoihin. Elämänpoliittinen osallisuus on virallisen päihdekuntoutuksen ulkopuolella olevaa kuntoutujan itsensä valitsemaa ja hänen hyvinvointiaan tukevaa ryhmään kuulumista. Elämänpoliittinen osallisuus voi lisätä kuntoutujan

hyvinvointia ja turvallisuutta tai tuoda elämään epävarmuutta ja turvattomuutta. Elämänorientaation osallisuudessa kuntoutuja hahmottaa itsensä useisiin sosiaalisiin piireihin kuuluvana ihmisenä ja ymmärtää piirien itseensä kohdistamia odotuksia. Elämänorientaation osallisuus mahdollistaa kuntoutujalle rakentamaan itselleen henkilökohtaisen koordinaatiston, jonka avulla hän elämässään suuntautuu ja oppii elämänsä hallintaa. (Mattila-Aalto 2010, 201-203.)

Kuntoutujan osallisuus kristillisen yhteisön toimintaan voi parhaimmillaan tukea kuntoutujan kuntoutumista. Osallisuus uskonnollisiin yhteisöihin antaa kuntoutujalle tukea ystävyssuhteiden, työpaikkojen, asumisen, elämäkatsomuksen ja luottamuksen alueilla. (Niemelä 1998, 124-125).

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa elämönhallinnan osallisuus on sitä, että kuntoutujat hyväksyvät ja noudattavat kuntoutuskeskuksen kuntoutussopimusta ja lääkelinjausta. Elämänpoliittisessa osallisuudessa kuntoutujat tutustuvat ja kiinnittyvät itsensä valitsemaan kuntoutumista tukevaan ja hyvinvointiaan lisäävään vertaistukiryhmään. Elämänorientaation osallisuudessa kuntoutuja ymmärtää päihteettömän elämäntavan tuoman sosiaalisen verkoston muutokset ja oppii uudenlaisia tapoja elää elämäänsä päihteittä.

Työkirjassa osallisuus huomioidaan teorianäkökulmana ja tehtävinä. Kuntoutujat perehtyvät kuntoutumiseen, kuntoutumista tukeviin asioihin, kuntoutumisen tavoitteisiin, riippuvuuteen, päihderiippuvuuteen, elämönhallintaan, muutosprosessiin ja sosiaalisen verkostonsa muutoksiin. Olen huomionnut työkirjassa myös kristilliseltä pohjalta toimivia järjestöjä, joiden toiminnassa kuntoutuja voi kokea osallisuutta.

6 PÄIHDEPALVELUT OVAT RIIPPUVAISIA LAINSÄÄDÄNNÖSTÄ

6.1 Lainsäädäntö työkirjassa

Lainsäädännön mukaan päihdehuollon toimijoilla ja päihdepalvelujen käyttäjillä on oikeuksia sekä velvollisuuksia. Päihdehuollon toimijoiden on huomioitava asiakkaan ja hänen läheistensä etu, toimintakyky ja turvallisuus, palveluihin ohjaus sekä palveluiden saatavuus ja laatu. Toimijoiden on tarjottava myös asiakkaille hyvää ja asianmukaista palvelua asiakkaan mielipiteet huomioiden. Päihdepalveluiden käyttäjällä on oikeutenaan saada tietoa palvelutarjonnasta ja asiakastiedoistaan palveluiden tuottajalta. Päihdepalvelujen käyttäjän velvollisuus on antaa palveluntuottajalle itseään koskevia tietoja.

Olen huomionnut työkirjan sisällössä lainsäädännön. Työkirjasta löytyy tietoa ja tehtäviä taloudellisista etuuksista, sosiaalisesta verkostosta, vertaistukitoimijoista, asumisesta ja avokuntoutuksesta. Tietoa ja ohjeita löytyy esimerkiksi Kansaneläkelaitoksen kuntoutusrahasta, toimeentulotuesta ja työ- ja elinkeinotoimiston etuuksista ja asiakkuudesta suhteen kuntoutuksen ajaksi ja sen jälkeen. Työkirjassa selitetään Helsingin kaupungin päihdehuollon avo- ja laitospalveluissa ja asumispalveluissa käytettävästä asiakastietojärjestelmästä. Työkirjan tehtävissä kuntoutujan on mahdollisuus tuoda esiin ajatuksiaan, toiveitaan, tavoitteitaan ja mielipiteitään itselleen sopivimman palvelun saamiseksi.

6.2 Päihdehuoltolaki, Raittiustyölaki ja Kansanterveyslaki

Päihdetyötä säädellään lainsäädännöllä. Vuonna 1986 voimaan tulleessa päihdehuoltolaissa säädetään päihderiippuvaisten palveluista. Päihdehuoltolain mukaan kuntien on järjestettävä päihdehuollon palveluita sisällöltään ja laadultaan kuntien asukkaiden tarpeen mukaisesti. Laissa on asetettu tavoitteeksi ja tarkoituksiksi ehkäistä sekä vähentää päihdeiden ongelmakäyttöön liittyviä sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja. Ongelmakäyttäjien ja heidän läheistensä toimintakyvyn ylläpitäminen ja turvallisuuden edistäminen on myös laissa säädetty. Päihde-

palvelut on järjestettävä siten, että asiakas voi hakeutua niihin oma aloitteisesti, jolloin hoito on luottamuksellista. Toiminnassa on otettava huomioon sekä päihdeiden käyttäjän että hänen läheisensä etu. (Päihdehuoltolaki 1986/41.)

Raittiustyölaki puolestaan velvoittaa hallintokunnat ja kunnat ehkäisevään päihdetyöhön. Raittiustyölain tarkoituksena on ohjata terveisiin elämäntapoihin. Näiden edellytysten luominen kuuluu valtiolle ja kunnille. Käytännön työtä tekevät raittius- ja kansanterveysjärjestöt yhteistyössä kuntien sosiaali- ja terveystoimen kanssa. Yleinen johto, ohjaus ja neuvonta kuuluvat sosiaali- ja terveysministeriölle sekä sen alaisille aluehallintovirastoille. (Raittiustyölaki 1982/828.)

Kansanterveyslaissa taas sanotaan kansanterveystyön olevan yksilöön, väestöön ja elinympäristöön kohdistuvaa terveyden edistämistä, sairauden ja tapaturmien ehkäisemistä sekä yksilön sairaanhoitoa. Yleinen kansanterveystyön suunnittelu, ohjaus ja valvonta kuuluvat sosiaali- ja terveysministeriölle. Laki määrittää kuntien huolehdittavaksi kansanterveystyön, jolloin kunnat voivat järjestää tehtävää varten kuntayhtymän. Kuntien tehtäviin kuuluu myös seurata asukkaidensa terveydentilaa ja siihen vaikuttavien tekijöiden kehitystä. (Kansanterveyslaki 1972/66.)

6.3 Lastensuojelulaki

Lastensuojelulaissa säädetään lapsen oikeus turvalliseen kasvuympäristöön. Lastensuojelun on edistettävä lapsen kehitystä ja hyvinvointia. Laissa säädetään tuen antamista myös perheille ja henkilöille, jotka ovat vastuussa lapsen kehityksestä ja huolenpidosta. Lastensuojelussa tulee ottaa aina huomioon lapsen etu. Laissa säädetään lapselle riittävä hoito ja tuki, kun vanhempi tai muu lapsen kasvatuksesta vastaava saa päihde- tai mielenterveyspalveluja. Silloin lapsen edun kannalta määritellään ja arvioidaan hoito ja tuen tarve. Sisällön ja laajuuden määrittää kunta tarpeittensa mukaan. Kunta huolehtii myös lain mukaisten edellytysten täyttymisestä. (Lastensuojelulaki 2007/417.)

6.4 Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista koskee sekä julkista että yksityistä sektoria. Laki pitää sisällään asiakkaan oikeuden saada hyvää sosiaalihuoltoa ja asianmukaista kohtelua ilman syrjintää. On otettava huomioon asiakkaan toivomukset, mielipiteet, edut ja yksilölliset tarpeet toteutettaessa sosiaalihuoltoa. Laissa säädetään myös, että asiakkaalla on oikeus saada tietoa toimenpidevaihtoehdoista ja tarkistaa itseään koskevia tietoja. Sitä vastoin asiakkaalla on velvollisuus antaa tarvittavat tiedot järjestettäessä ja toteutettaessa sosiaalihuoltoa. (Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 2000/812.)

6.5 Laki potilaan asemasta ja oikeuksista

Laissa potilaan asemasta ja oikeudesta määritellään potilaan oikeus saada hyvää terveyden- ja sairaanhoitoa sekä hyvää kohtelua. Laissa säädetään potilaalle oikeus saada tietoa terveydentilastaan, hoidon merkityksestä ja eri hoitovaihtoehdoista. Laki pitää sisällään myös potilaan itsemääräämisoikeuden, potilaan kunnioittamisen ja oikeuden päästä hoitoon. Jos potilas ei voi mielenterveyshäiriöiden tai muun syyn takia päättää hoidostaan, tulee kuulla potilaan läheisiä tai laillista edustajaa ennen hoitopäätöksen tekoa. Alaikäisen asemassa otetaan huomioon potilaan mielipide, jos se on kehitykseen ja ikään nähden mahdollista. Jos alaikäinen ei kykene päätökseen, kuullaan potilaan laillista edustajaa tai huoltajaa yhteisymmärryksessä hoitavan tahdon kanssa. Potilaalla on oikeus saada hoitoa henkeä ja terveyttä uhkaavan vaaran torjumiseksi. (Laki potilaan asemasta ja oikeuksista 1992/785.)

Edellisten lisäksi päihdekuntoutusta ohjaa myös laki kuntoutuksen asiakasyhteistyöstä ja laki Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahetuuksista sekä asetus sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksuista.

7 PÄIHDEPALVELUJÄRJESTELMÄ

7.1 Päihdepalvelujärjestelmä työkirjassa

Päihdepalvelujärjestelmä on oleellista päihdekuntoutuksessa. Päihdepalvelujärjestelmän ymmärtäminen ja osaaminen auttaa päihdepalvelujen työntekijöitä työssään. Heidän velvollisuutensa on opastaa asiakkaita asiakkaille sopivien palveluiden piiriin. Olen huomionnut päihdepalvelujärjestelmän työkirjassa sen, että kuntoutujat saavat tietoa päihdepalveluista. Työkirjan luvut on jaoteltu Tervalampi-kuntoutuksen vaiheiden mukaisesti. Työkirjan tehtävissä huomioidaan kuntoutujan siirtyminen laitospalvelusjakson jälkeen avokuntoutuspalveluiden asiakkaaksi A-klinikoille ja toimintakeskuksiin. Työkirja antaa kuntoutujalle tietoa avokuntoutuksen vaihtoehtoista. Työkirjan tehtävät tukevat ja vahvistavat kuntoutujaa siirtymään joustavasti avokuntoutuspalvelujen käyttäjäksi kuntoutuksen päätyttyä.

7.2 Päihdepalvelut

Kunnilla on päihdepalvelujen järjestämisvelvollisuus. Päihdehuoltolain (1986/41) mukaan kunnan on huolehdittava, että päihdehuolto järjestetään sisällöltään ja laajuudeltaan tarpeen edellyttämällä tavalla. Palveluja tulee antaa päihteiden ongelmakäyttäjille, heidän perheilleen ja muille läheisille. Palveluja on annettava asiakkaan avun, tuen ja hoidon tarpeen perusteella. Päihteiden ongelmakäyttäjän ja hänen läheistensä etu on otettava ensisijaisesti huomioon toiminnassa. Palvelujen piiriin on asiakkaiden voitava hakeutua oma-aloitteisesti ja itsenäistä suoriutumista tulee tukea mahdollisimman paljon. Asiakkaalle annetaan tietoa eri hoito- ja kuntoutusvaihtoehtoista sekä tarjotaan monipuolisia palveluvaihtoehtoja. (Päihdepalvelujen laatusuositukset 2002, 21). Päihdepalveluja tulee päihdehuoltolain mukaan järjestää sekä sosiaali- ja terveydenhuollon yleisissä palveluissa (muun muassa perusterveydenhuollossa ja lastensuojelussa) että päihdehuollon erityispalveluina A-klinikalla. Yleisiä palveluja on tärkeää järjestää lähipalveluina. (Stakes 2007.)

7.3 Päihdepalveluja ohjaavat päihdepalvelujen laatusuositukset

Päihdepalvelujen laatusuositukset luovat pohjaa laadukkaille päihdepalveluille. Laatusuositukset antavat yleiset suuntaviivat päihdepalvelujen suunnittelussa, järjestämisessä ja kehittämisessä. Laatusuositusten tarkoituksena on tukea kuntia tuottamaan laadukkaita päihdepalveluja. (Päihdepalvelujen laatusuositukset 2002, 14.)

Päihdepalvelujen laatusuositusten valmistelutyöryhmä määritteli päihdepalvelut seuraavasti:

"Päihdepalveluilla tarkoitetaan niitä sosiaali- ja terveydenhuollon yleisiä ja erityisiä palveluita, joissa päihteiden ongelmakäyttäjä ja hänen läheisensä saavat tukea, apua, hoitoa tai kuntoutusta." (Päihdepalvelujen laatusuositukset 2002, 14.)

Päihdepalvelujen ohjaus paikallisella tasolla oli osoittautunut vaikeaksi, ja päihdehaittojen aiheuttamat kokonaiskustannukset nousseet korkeiksi, niin vuonna 2002 valmistuneelle päihdepalvelujen laatusuositukselle on ollut tarvetta kuntien kehittäessä päihdepalvelujaan. (Päihdepalvelujen laatusuositukset 2002, 14.)

Päihdepalvelujen laatusuosituksissa on huomioitu varsinaisen asiakastyön lisäksi päihdetyön lähtökohdat ja päihdepalvelujen strategisen suunnittelun välttämättömyys, jotta koko palvelujärjestelmä olisi suunnitelmallisesti tehokkaassa käytössä. Laatusuosituksissa huomioidaan myös asiakkaiden tahto, oikeudet ja erityistarpeet, toimitilat, joissa palvelut tuotetaan, päihdepalveluissa työskentelevän henkilökunnan määrä, osaaminen ja työssä jaksaminen unohtamatta varsinaisen asiakastyön prosessia tai seurannan ja arvioinnin tarvetta. (Päihdepalvelujen laatusuositukset 2002, 15.)

7.4 Päihdekuntoutus

Nykyisellään päihdekuntoutusjärjestelmän ajatellaan rakentuvan akuuteista hoidoimista, aktiivisista kuntoutusohjelmista ja avokuntoutuksesta. Akuutteja hoidoimista ovat muun muassa avo- ja laitostarkkaisu, vieroitus ja päihdepsykoosivaiheen hoito. Aktiivisilla kuntoutusohjelmilla tarkoitetaan esimerkiksi yhteisöllisiä laitostarkkaisuohjelmia, niin sanotusti myllyhoitoa, A-klinikkahoitoa tai kotikuntoutusohjelmia. Avokuntoutus on esimerkiksi A-klinikkaterapiaa, Anonyymit alkoholistit/narkomaanit, muut toipuvien ryhmät ja A-kiltojen päiväkeskusohjelmat. Päihdekuntoutusjärjestelmään luetaan kuuluvaksi myös kaikkien edellä esitettyjen ohessa lääkehoito. Kuntouttavat toimet tulisi porrastaa optimaalisesti alkoholisairauden kroonisoitumisvaiheen mukaan. Osalla potilaista riittävät pelkät avohoidon kuntoutustoimet, osa tarvitsee toistuvaa laitostarkkaisuhoitoa ja toistuvia kuntoutusjaksoja päihdekriisin akuuttivaiheessa. (Holopainen 2008, 210–220.)

7.5 Helsingin kaupungin päihdepalvelut

Helsingin kaupungin päihdepalvelujärjestelmä rakentuu neuvontapalveluista, A-klinikoista, asumispalveluista, ehkäisevästä päihdetyöstä, kuntoutuskeskuksista, nuorisoasemista ja päivätoimintakeskuksista. Helsingiläisillä miehillä, naisilla ja perheillä on mahdollisuus saada alkoholi- ja huumevieroitusta sekä peliriippuvuuksien hoitoa avo- tai laitoshoidossa, kuntouttavaa laitoshoidoa ja tukea päihdekuntoutuksen jälkeen päivätoimintakeskuksissa. Helsingissä on tuki- ja neuvontapalveluja päihde- ja peliongelmaisten läheisille. (Helsingin kaupunki Sosiaalivirasto päihdetyö i.a.)

7.6 Tervalammen kartano Helsingin päihdepalveluissa

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa annetaan kuntouttavaa laitoshoidoa päihdeongelmallisille helsinkiläisille miehille, naisille ja perheille, joiden päihdeidenkäytön tarkkaisu ei avohoidossa onnistu. Hoidon tavoitteena on selviyty-

miskyvyn palautuminen vieroitusoireiden jälkeen ja paraneminen siten, että elämä laitoshoidon päätyttyä sujuu paremmin kuin ennen sitä. (Helsingin kaupunki i.a.)

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskus sijaitsee luonnonkauniissa kartanomiljöössä Vihdin Tervalammen kylässä puhtaan luonnon läheisyydessä aivan Nuuksion kansallispuiston kupeessa. Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen kaikissa kuntoutusohjelmissa hyödynnetään luonnon tarjoamia mahdollisuuksia viettää päihteetöntä vapaa-aikaa. Kuntoutusohjelmassa on esimerkiksi luontoryhmiä, joissa retkeillään ja kalastetaan kansallispuiston alueella. Samalla etsitään uudenlaisia, elämyksellisiä toimintatapoja tavanomaisten rutiinien vaihtoehtoiksi. (Tervalammen kartanon kuntoutuskeskus i.a.)

Tervalammella annettavan laitoshoidon tavoitteena on saada kuntoutuja motivoitumaan päihdeongelmansa kanssa työskentelyyn, jotta hän oppii tunnistamaan päihderiippuvuuttaan ja muita riippuvuuksia sekä niihin liittyvää käyttäytymistä. Kuntoutujaa tuetaan löytämään ja vahvistamaan uudenlaisia verkostoja ja ajatus- sekä käyttäytymismalleja, jotka kannattelevat häntä laitospäätyneen jälkeen. Kuntoutujalle tarjotaan mahdollisuus osallistua monipuoliseen kuntouttavaan toimintaan, kuten työtoimintaan, erilaisiin yhteisön yhteisiin toimintoihin, luovaan toimintaan ja keskusteluihin pohjautuviin ryhmiin. Kuntoutusjakson tavoitteet suunnitellaan kuntoutujan kanssa yksilöllisesti. (Tervalammen kartanon kuntoutuskeskus i.a.)

7.7 Tervalammen kartanon kuntoutuspalvelujen kehittäminen

Kaupungin hyvinvointipalvelujen kehittäminen käyttäjälähtöisemmäksi on näkynyt Tervalammella usealla eri tavalla. Eräänä monista muutoksista mainittakoon, että vuoden 2009 alussa Tervalammen kartanon paikkaluku oli 163 asiakaspaikkaa. Paikkalukuun sisältyi 57 kuntouttavan asumispalvelun asiakaspaikkaa. Pitkäaikaisasunnottomuuden vähentämishojelman myötä kuntouttava asumispalvelu poistui Tervalammen kartanon palveluvalikoimasta. Tässä yh-

teydessä laitoksen kokonaispaikkalukua pienennettiin, mutta kuntouttavan laitoshoidon paikkalukua nostettiin. Kokonaispaikkaluvuksi asetui 134.

Kaupungin päihdehuollon rakennemuutos käynnistyi vuoden 2010 alussa ja päihdeongelmaisia asiakkaita ohjattiin tehokkaasti avopalveluihin. Tämän vuoksi osa laitospaikoista jäi tyhjiksi, joka taas mahdollisti ja pakotti henkilöstöresurssien suuntaamisen enemmän kehittämistyöhön. Tuolloin todettiin tarve kuntoutuksen sisällön kehittämisen ohella kuntoutuksen rakenteiden muuttamiseen, erityisesti ilta- ja viikonlopputoiminnan vahvistamiseen. Niin laadittiin suunnitelma asiakaspaikkaluvun laskemisesta edelleen, jotta jo olemassa olevilla henkilöstöresursseilla voidaan kehittää kuntoutusta intensiivisemmäksi pienentämällä yhteisöjen ryhmäkokoja. Tervalammella on ollut maaliskuun 2011 alusta alkaen 108 asiakaspaikkaa. (Tervalammen kartanon kuntoutuskeskus kehittämistyön väliraportti 2010-2011.)

Tervalammella on siis panostettu kehittämistyöhön. Kehittämisessä on pyritty toimimaan niin, että tehdyt muutokset todella toimisivat yhteisökuntoutuksessa. Kehittämistyötä on tehty yhdessä henkilökunnan, kuntoutuksessa olevien kuntoutujien sekä oman toipumiskokemuksen omaavien kokemusasiantuntijoiden kanssa. (Tervalammen kartanon kuntoutuskeskus kehittämistyön väliraportti 2010-2011.)

Vuoden 2010 aikana tiivistettiin vertaistoimijoiden ja kokemusasiantuntijoiden yhteistyötä. Myös oppilaitosyhteistyötä on kehitetty. Kartanolle on perustettu päihdeettömyystyöryhmä edistämään ja ylläpitämään toipumiskulttuuria kuntoutuskeskuksessa. Kuntoutuskeskus on osallistunut myös Helsingin kaupungin päihdehuollon kuntouttavan laitoshoidon ohjausryhmän ja päihdeperheiden laitoskuntoutuksen työryhmään. (Tervalammen kartanon kuntoutuskeskus kehittämistyön väliraportti 2010-2011.)

Tervalammella on vuoden 2011 alusta siirrytty vaiheistettuun Tervalampi-kuntoutusmalliin. Tähän muutokseen työkirjan kehittäminen liittyy. Aloitettu intensiiviyhteisön toiminta tarjoaa lyhyen ja tiiviin kuntoutusjakson erilaisissa elämänsä kriiseissä oleville päihdekuntoutujille. Intensiiviyhteisössä ei sovelleta Ter-

valampi-kuntoutuksen vaihemallia. Helsinkiin on perustettu kohtaamispaikka Tervis, missä Tervalammella kuntoutuksessa olevat kuntoutujat ja entiset kuntoutujat voivat tavata turvallisesti päihteettömässä ympäristössä ja vaihtaa kuulumisia. (Tervalammen kartanon kuntoutuskeskus kehittämistyön väliraportti 2010-2011.)

8 SUOMEN EVANKELIS-LUTERILAISEN KIRKON PÄIHDETYÖ

8.1 Kristillisuus työkirjassa

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen yhteisökuntoutusmenetelmän ajatuksena on ihmisen kohtaaminen ja kunnioittaminen tasavertaisena yksilönä. Diakoniatyössä ihmisen kohtaamisen ja kunnioittamisen lisäksi välitetään Jumalan armoa ja rakkautta lähimmäistä palvelle. Olen huomioinut kristillisyyden työkirjassa sekä raportissa. Työkirjaan olen esimerkiksi liittänyt vertaistukitoimijoiden internet- sivustojen listaan kristillisiä osoitteita. Osoitteet antavat kuntoutujalle mahdollisuuden tutustua diakoniseen päihdetyöhön. Työkirjassa on luku elämänarvoista ja asenteista. Luvun tarkoituksena on auttaa kuntoutujaa miettimään elämänsä tarkoitusta, moraaliaan, syyllisyyttään ja uskoa. Luku antaa myös kuntoutuskeskuksen henkilökunnalle mahdollisuuden tukea uskonnollisesti aktiivista kuntoutujaa ammatillisesti. Tunteet ovat oleellinen osa ihmisen henkistä elämää, joten niitä käsitellään työkirjassa omassa luvussa. Sen tavoitteena on antaa kuntoutujalle mahdollisuus käsitellä tunteitaan turvallisesti. Luku tarjoaa kuntoutuskeskuksen henkilökunnalle tavan vahvistaa kuntoutujassa tapahtuvia tunne-elämän prosesseja.

8.2 Suomen evankelis-luterilaisen kirkon tehtävä

Suomessa evankelis-luterilaisen kirkon perustehtävä on julistaa Jumalan sanaa ja jakaa sakramenteja sekä levittää kristillistä sanomaa ja toimia niin, että lähimmäisenrakkaus toteutuu. (Kirkkolaki 1:2).

Toteuttaakseen kirkon tehtävää seurakunnan ja sen jäsenten tulee harjoittaa diakoniaa, joka on kristilliseen uskoon ja rakkauteen perustuvaa palvelua. Diakonia on kristityn tapa elää todeksi uskoa. Diakoniassa välitetään Jumalan armoa ja rakkautta tekemällä käytännön palvelutyötä lähimmäisten parissa. Diakoniatyön tulee kohdistua erityisesti sinne, missä hätä on suurin ja minne muu apu ei ulotu. Diakoniatyö on kohtaamista ja rinnalla kulkemista. Diakonia-

työ on myös vaikuttamista ja sillä pyritään lisäämään oikeudenmukaisuutta, yhteisöllisyyttä sekä ihmisten vastuuta toinen toisistaan. Diakoniatyössä on tärkeää tuoda niiden ääni kuuluviin, jotka eivät muuten tulisi kuulluiksi. (Kirkkojärjestys 4:3.)

8.3 Kirkon päihdestrategia

Kirkolla on oleellinen asema suomalaisessa yhteiskunnassa. Kirkko kohtaa ihmiset henkilökohtaisella tasolla ja tukee toiminnassaan yhteisöllisyyttä sekä lähiyhteisöjen vahvistamista. Vuonna 2005 kirkkohallitus hyväksyi kirkon päihdestrategian, joka koskee kaikkia päihteitä eli alkoholia, huumeita, väärinkäytettyjä lääkkeitä ja tupakkaa. Kristillinen päihdetyö on laaja käsite, joka sisältää kristillisen arvopohjan omaavien kolmannen sektorin toimijoiden sekä seurakunnissa tehtävän diakonisen päihdetyön. Kirkon päihdestrategian tarkoituksena on sanoittaa kirkolle ja kristillisten järjestöjen päihdetyölle yhteiset tavoitteet, linjaukset ja painopisteet, joiden pohjalta käytännön päihdetyötä tehdään. Kirkon päihdestrategian mukaan kristillisen päihdetyön lähtökohtana on ihmisen ainutkertaisen arvon tunnustaminen. Ehkäisevän päihdetyön tärkein ulottuvuus kirkon näkökulmasta on ihmisten ja yhteisöjen auttaminen arjessa selviytymisessä ja pyrkiä vaikuttamaan päihteetöntä elämää edistävien rakenteiden syntymiseksi. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko i.a.)

8.4 Diakoninen päihdetyö

Diakoninen päihdetyö on osa diakoniaa. Diakoninen päihdetyö on merkittäviltä osin ihmiselämän varjopuolien kanssa työskentelyä. Diakonisessa päihdetyössä diakoniatyöntekijä kohtaa ihmiselämän ongelmien koko kirjon: asunnottomuutta, syrjäytymistä, yksinäisyyttä, työttömyyttä, kuoleman läheisyyttä, köyhyyttä, fyysistä ja psyykkistä sairautta, itsetuhoisuutta, rikollisuutta ja monia muita ongelmia. Diakonista päihdetyötä tekevän on uskottava työn merkitykseen ja varauduttava samalla pettymyksiin, sekä hitaisiin muutoksiin. Parhailaan nämä muu-

tokset merkitsevät pienempiä tai suurempia onnistumisia ja joskus myös käsitämättömiä selviytymistarinoita.

Diakonisen päihdetyön tarkoituksena on edistää päihteetöntä elämäntapaa, pitää esillä Jumalan armon sanomaa ja anteeksiantamusta kaikissa olosuhteissa. Kirkon päihdetyön tehtävänä ei ole tarkoitus tarjota kuntoutuspalveluja vaan ohjata päihdeongelmaisia kuntoutuspalvelujen piiriin. Sen tehtävänä on tuoda julkisuuteen sitä hätää ja avuntarvetta mitä kohdataan diakoniatyössä. Diakoniatyöntekijän tehtävänä on järjestää toimintaa vaikeasta päihdeongelmasta kärsiville ja muokata ilmapiiriä seurakunnassa ennakkoluulottomammaksi ja armoa korostavaksi, jotta päihdeongelmaiset voivat osallistua seurakunnan toimintaan. Päihdeongelmista kärsiville diakoniatyöntekijät järjestävät seurakunnissa muun muassa vastaanottoja, erilaisia ryhmiä, kerhoja, katkaisuleirejä, tal-kooleirejä, retkiä ja päiväkeskustoimintaa. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko i.a.)

8.5 Kristillinen ihmiskäsitys

Diakonia perustuu kristilliseen ihmiskäsitykseen ja uskoon ja on sen motivoimaa toimintaa. Jumala on lahjoittanut ihmiselle hänen ainutlaatuisen arvonsa. Jumalan kuvana ihmisen arvo on ehdotonta, jakamatonta ja kaikille yhtäläistä. Sitä ei voi menettää eikä sitä voi ansaita. Diakoniatyön arvoja ovat välittäminen, luottamus, yhteisöllisyys ja sosiaalinen oikeudenmukaisuus. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko i.a.)

Kristillinen ihmiskäsitys perustuu Raamattuun. Kristillinen käsityksen mukaan Jumalan rakkaus tekee jokaisesta ihmisestä samalla tavalla arvokkaan. Ihminen voi halutessaan tuhota elämänsä ja vahingoittaa ympäristöään, siltikin hän pysyy ainutlaatuisena ja täydet ihmisoikeudet omaavana yksilönä. Ihmisyys toteutuu ruumiillisuuden, sosiaalisuuden, henkisyiden ja hengellisyyden ulottuvuuksilla. Ihmisen sosiaalisuus toteutuu toisten ihmisten kautta eikä ihminen voi olla kokonainen ihminen ilman toisia ihmisiä. (Lindqvist 1997, 33-34.)

8.6 Uskon merkitys kuntoutumisessa

Päihdeongelmasta kuntoutuminen voi alkaa psyykkistä terveyttä luovasta tai ylläpitävästä luonnollisessa ajattelussa, terapiassa, sielunhoidossa, sosiaalityössä tai psykososiaalisessa työssä tai terveydenhuollon yhteydessä. Yleensä kuntoutumiseen liittyy myös henkisen tason muutos. Perimmiltään kuntoutustyö virittää ja vahvistaa kuntoutujan omia, luontaisia prosesseja. Päihdekuntoutuksen tavoitteena on siis virittää ja vahvistaa kuntoutujassa tapahtuvaa kuntoutumista. Päihdekuntoutujan kuntoutumista edesauttava tila voi olla päihdeongelmaa syvempi uskonnollinen kriisi. Tämän kuntoutumista edesauttavan tilan voi kuntoutujassa virittää myös aito välittäminen, rakkaus ja huolenpito. Kuntoutuja voi kokea uskonnollisen kääntymyksen ja saavuttaa uskonnollisen sanoman kautta uudenlaisen ajattelu-, tunne-, käyttäytymis- ja toimintamallin. Kuntoutujalle muodostuu uskonnollisen sanoman kautta kyky hahmottaa paremmin elämää ja sen ongelmia. (Niemelä 1998, 292-295.)

Kuntoutujan kokiessa löytäneensä suhteen Jumalaan hänen suhtautumisensa itseensä ja maailmaan muuttuu. Useimmat kristillisen kääntymyksen kokeneet kuntoutujat ovat oivaltaneet anteeksiantamuksen ja armon sekä syyllisyydestä vapautumisen merkityksen. Kristillisen kääntymyksen kokeneet kuntoutujat kokevat moraalinsa muuttuneen sisäisen muutoksen kautta eikä sääntöjen ja määräysten vaikutuksesta. Uskonnollinen kääntymys voi poistaa kuntoutujalta päihteiden käyttötarpeen tai -pakon, mutta ei ratkaise kaikkia ongelmia kuntoutujan elämästä välittömästi. Uskonnollinen kääntymys voi antaa kuntoutujalle selviytymisstrategian, jonka avulla kuntoutuminen edistyy. (Niemelä 1998, 294-295.)

Päihdekuntoutuksen parissa työskentelevien tulisi huomioida kuntoutujan päihdekeskeisen elämän synnyttämä syyllisyys ja moraalinen ristiriita. Kuntoutuksessa olevan kuntoutujan tulisi voida käsitellä omaa syyllisyyttään ilman, että hän ei aseta itseään eikä häntä aseteta vastuuseen siitä, mistä hän ei ole vastuussa ja mistä hän ei voi kantaa vastuuta. (Niemelä 1998, 294.)

Päihdekuntoutujassa tapahtuva muutos ja toipuminen ovat prosesseja, jotka tapahtuvat kuntoutuksessa, ilman kuntoutusta ja kuntoutuksesta huolimatta. (Niemelä 1998, 295). Uskonnollinen kääntymys voi vahvistaa kuntoutujassa tapahtuvaa muutosta, joten päihdekuntoutuksessa tulisi ottaa hengellisyys huomioon jo palvelujen suunnitteluvaiheessa. Päihdekuntoutuksen parissa työskentelevien ammattilaisten tulisi etsiä tapoja kohdata osassa kuntoutujia oleva uskonnollinen aktiviteetti ja hengellisyys ammatillisesti. Päihdekuntoutuksen ammattilaisten tulisi osata tukea kuntoutujaa kuntoutumaan kuntoutujan omien tavoitteiden suuntaisesti, vaikka kuntoutujan tavoitteet olisivat hengellisiä ja vieraita kuntoutuksen ammatilliselle. Kuntoutujalle on järjestettävä mahdollisuus seurakunnan palveluihin. (Niemelä 1998, 301-306.) Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa se on järjestetty niin, että kuntoutujilla on mahdollisuus tiistai-iltaisain osallistua seurakunnan tilaisuuksiin kartanorakennuksessa.

9 OPINNÄYTETYÖN PROSESSI

9.1 Produktion toteutus

Aloitin työkirjan työstämävaiheen hakemalla ajankohtaista teoreettista tietoa kuntoutumisesta ja kuntoutusosallisuudesta kuntoutusprosessissa väitöskirjoista, opinnäytetöistä ja tutkimuksista.

Tutustuin erilaisiin käytössä oleviin työkirjoihin visuaalisen ilmeen löytämiseksi suunnitteilla olevaan työkirjaan. Kävin palveluissa, joissa laituskuntoutusjakson jälkeen kuntoutujat voivat viettää päihdeetöntä vapaa-aikaa toisten päihdekuntoutujien kanssa. Esimerkkinä mainitsen Pukinmäen A-killan kiltailan, AA-ryhmän ja erityisdiakonian pullakirkon. Minulle vierailut olivat merkittäviä, koska kartoitustutkimus toi esiin, että kuntoutujat toivoivat työkirjaan esimerkkejä ja tietoa paikoista, joissa kuntoutusjakson päättäneet kuntoutujat voivat saada vertaistukea toisilta kuntoutujilta.

Tutustuin Helsingin kaupungin strategiaohjelmaan, Helsingin sosiaaliviraston palvelustrategiaan, Helsingin päihdepalvelujen kokonaissuunnitelmaan, Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen toimintasuunnitelmaan sekä kuntoutuksessa olevan kuntoutujan kuntoutuspolkuun.

Lopulta lähdin suunnittelemaan kuntoutujan työkirjaa Työ, työyhteisöt ja johtaminen -hankeharjoittelusta kertyneiden muistioiden pohjalta. Hankeharjoittelun kartoitustutkimuksessa olin tutkinut mitä kuntoutujat ja kuntoutuskeskuksen henkilökunta haluaisivat sisällyttää kuntoutujille tarkoitettuun kuntoutujan työkirjaan. Kuntoutuskeskus antoi muistiot käyttöni työkirjan sisällön suunnittelemista varten. Muistioista ilmeni Tervalamella kartoitustutkimukseen osallistuneiden kuntoutujien ja henkilökunnan sisältöehdotukset työkirjaa varten. Toiveena oli, että työkirjassa olisi kolme tai neljä osiota, jotka sisältäisivät vähintään orientaation, kuntoutuksen, kotiutumisen osiot ja mahdollisesti vielä osion laituskuntoutusjakson päättymisen jälkeiseen aikaan.

Työkirjan osiossa toivottiin olevan kuntoutujalle tehtävä suhtautumisen muutoksesta päihteisiin sekä mahdollisesti myös jokaiselle viikolle oma tehtävä jostakin kuntoutukseen liittyvästä aiheesta. Työkirjassa oli varattava tilaa kuntoutujan omille kuntoutustavoitteille ja tunteiden käsittelyyn jokaisessa osiossa, jotta kuntoutuksen aikana tapahtuneita muutoksia voisi halutessaan vertailla kuntoutusjakson edetessä ja kuntoutuksen päättymisen jälkeen vielä vuosienkin kuluttua. Työkirjaan toivottiin sisällytettävän tilaa kuntoutusjakson aikana tunnelmien, tunteiden, ajatusten ja näkemysten kirjaamiseen tai kuntoutusjakson kuvalliseen esittämiseen. Tilaa oli varattava myös ryhmien jälkeiseen ja ryhmän aiheesta nousutta omaa pohdintaa varten, jotta näihin kirjaamisiin olisi mahdollisuus palata myöhemmin.

Muistioiden mukaan kuntoutajat olivat esittäneet, että työkirjassa olisi hyvä ottaa huomioon kuntoutujan sosiaalinen verkosto (myös kuntoutusjakson jälkeen). Työkirjaan tuli sisällyttää myös kuntoutujan omat arviot, saavutukset ja suunnitelmat sekä tavoitteet kuntoutusajaksi ja sen jälkeiseen aikaan. Kuntoutajat toivoivat myös ”muutosjanaa”, jonka avulla voisi kuvata sosiaalisessa verkostossa ja kuntoutujan prosessissa tapahtuneita muutoksia. Kirjaan toivottiin selkeää kuvausta kuntoutuspolusta, osiota motivaatiosta ja osiota kuntoutuksen jälkeisen ajan suunnitteluun. Kirjan odotettiin sisältävän ohjeistusta käytännön asioihin: siinä voisi olla tila esimerkiksi A-klinikkakäynneille sekä muille sovituille, hoidettaville asioille kuntoutusaikana ja heti kuntoutuksen päättymisen jälkeen. Lisäksi ehdotettiin kuvitusta kansilehdestä alkaen.

Edellisten lisäksi esitettiin toive ”aivopähkinöistä” ja tehtävistä, joita on mahdollisuus omaohjaajan kanssa käydä läpi esimerkiksi ryhmissä. Työkirjan odotettiin auttavan kuntoutujaa sulautumaan yhteisöön kuntoutuksen alussa ja toimivan linkkinä jatkokuntoutuspaikalle kuntoutuksen päätyttyä.

Muistioista ilmeni, että työkirjan visuaaliseen ilmeeseen ja kirjan soveltuvuuteen kaikille kuntoutujille oli tärkeä kiinnittää suunnitteluvaiheessa huomioita. Erityisesti toivottiin huomioitavan sellaiset kuntoutajat, jotka eivät kykene kirjallisiin tuotoksiin vaan ilmaisevat itseään muulla tavoin. Yhtenä kuntoutujien ajatukse-

na oli saada sisällytettyä työkirjan laitoskuntoutusjakson loppuun diplomi, jonka kuntoutuja saa, kun päättää kuntoutusjakson sovitusti.

Muistioiden pohjalta olen jakanut työkirjan viiteen kokonaisuuteen, joista ensimmäisessä selitetään Tervalampi-kuntoutuksessa olevat kuntoutusvaiheet. Seuraavissa neljässä osiossa käsitellään kuntoutusvaiheita ja vaiheisiin oleellisesti liittyviä asioita. Nämä neljä osiota ovat orientaatiovaihe, kuntoutumisvaihe, irtaantumisvaihe ja kuntoutuksen jälkeinen aika.

Työkirjaan olen pyrkinyt sisällyttämään kuntoutujilta tulleen toiveen mukaisesti hieman teoretietoa ja tehtäviä, joiden toivon auttavan kuntoutujia työskentelysäään oman kuntoutumisena hyväksi. Kuntoutujien näkökulma on työkirjan suunnitteluprosessissa ollut minulle tärkeä, joten kaikessa kirjan suunnittelussa, kokoamisessa ja muokkaamisessa olen pyrkinyt huomioimaan kuntoutujan. Tämä näkyy työkirjassa.

9.2 Produktion aikataulu

Opinnäytetyöprosessini alkoi syksyllä 2010 idean ja tutkimussuunnitelman esittämällä opinnäytetyöseminaarissa. Tutkimussuunnitelman hyväksymisen jälkeen hain joulukuussa 2010 tutkimuslupaa Helsingin kaupungilta, jotta voisin tutkimusluvan saatua aloittaa kuntoutujan työkirjan tuottamisen. Tutkimusluvan sain vuodeksi tammikuussa 2011, jolloin aloin työkirjaa varten tehdyn tausta- ja kartoitustutkimuksessa kertyneen pohjamateriaalin pohjalta työstää ensimmäistä versiota työkirjasta. Ensimmäinen versio työkirjasta oli valmis kommentoitavaksi huhtikuussa 2011 ja lähetin sen sähköisessä muodossa kuntoutuskeskuksen yhteystyöhenkilönä silloin toimineelle johtavalle sosiaalityöntekijälle Sirku Alanteelle sekä opettajalleni Jouni Kylmälälle Järvenpään. Palautetta ensimmäisestä työkirjaversiosta sain toukokuun loppuun mennessä, joten minulla oli kesä aikaa jatkaa työkirjan sisällön suunnittelua. Syyskuussa työkirja oli valmis uudelle kommenttikierrokselle ja toimitin toisen työkirjaversion kuntoutuskeskuksen johtajalle Pia Pulkkiselle ja erityissuunnittelijalle Tiina Rannalle sekä opettajilleni Jouni Kylmälälle ja Ulla Jokelalle Järvenpään. Syyskuun

lopulla tapasin Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen johtoryhmän, joka oli tutustunut työkirjaan. Tapaamisessa sovimme työkirjaan tehtävistä muutoksista ja työkirjan pilotoinnista kuntoutuskeskuksessa. Tein sovitut muutokset ja toimitin lokakuun alussa pilottivaiheessa olevan työkirjan kuntoutuskeskuksen yhteyshenkilönä toimineelle johtavalle sosiaalityöntekijälle Pekka Taipaleelle. Kuntoutujat pilotoivat työkirjaa marraskuun ajan ja joulukuussa sain palautteen, jonka pohjalta tein muutokset työkirjaan tammikuussa 2012. Työkirja oli lopulta valmis.

Työkirjan suunnittelun ja toteutuksen rinnalla olen kirjoittanut muistiinpanoja koko opinnäytetyöprosessin ajan työkirjaan oleellisesti liittyvistä teorioista ja omista pohdinnoistani. Marraskuussa 2011 esittelin opinnäytetyöseminaarissa osan opinnäytetyöstäni, jonka jälkeen olen muokannut raporttiosuutta saamieni ohjeiden mukaan.

9.3 Työkirjan pilotoinnin palaute

Työkirjan pilotointi toteutettiin Tervalammella kahdessa eri yhteisössä niin, että pilotoinnin alussa kaikille yhteisöissä kuntoutuksessa olleille jaettiin työkirja. Myös kaikki uudet pilotoinnin aikana yhteisöihin tulleet kuntoutujat saivat työkirjan.

Pilotointiin osallistuneista yhteisöistä ensimmäisessä kuntoutujat käyttivät työkirjaa itsenäisesti. Toisessa yhteisössä pilotoinnin tavoitteena oli saada kokemuksia työkirjan käytöstä ryhmässä. Tässä yhteisössä työkirjaryhmiä pidettiin kolme. Ensimmäisessä työkirjaryhmässä käsiteltiin työkirjan merkitystä kuntoutuksen työvälineenä ja kuntoutuksen tukena. Toisessa työkirjaryhmässä kuntoutujat saivat vastata itsenäisesti sivulla 11 oleviin kysymyksiin, jotka käsittelevät kuntoutujan omaa yhteisöä ja kuntoutujalle tärkeitä A-klinikan ja sosiaalitoimiston yhteystietoja. Kolmannessa työkirjaryhmässä käsiteltiin retkahdusta. Tämän yhteisön kuntoutujat käyttivät edellisten ryhmien lisäksi työkirjaa henkilökohtaisia kuntoutussuunnitelmia tehdessään.

Pilotointiin osallistuneiden kuntoutujien mielestä työkirjan ulkoasu oli hyvä ja selkeä. Työkirjaa pidettiin parempana kuin monia yksittäisiä papereita. Työkirjaan toisaalta toivottiin lisää tietoa asumisesta ja tukiasunnoista, mutta toisaalta nyt toteutettu malli koettiin toimivaksi. Lisäyksenä työkirjaa toivottiin muovitasua, johon voi laittaa oman viikko-ohjelman ja kaupunkiharjoitteluhakemukset. Juuri kuntoutuksen aloittaneet kokivat kuntoutusvaiheet -osion liian pitkänä ja ahdistavana. Kuntoutajat toivoivat kuntoutuskeskuksen henkilökunnalta enemmän ohjeistusta työkirjan käyttämiseen ja täyttämiseen. Kuntoutujien jatkuva vaihtuminen yhteisöissä vaati toistuvasti työkirjan käytön opastamista.

Työkirjan koettiin antavan kaiken tarpeellisen tiedon Tervalampi-kuntoutuksesta niille kuntoutujille, joita kuntoutuminen päihteistä kiinnostaa. Työkirjan ajateltiin olevan hyvä keskusteluryhmien apuvälinenä sekä auttavan ryhmien suunnittelussa ja ohjaamisessa. Työkirjan arvioitiin olevan hyvä kuntoutuksen työkalu, sillä se inhimillistää ja visualisoi kuntoutuksessa käytettyjä menetelmiä. Työkirjan todettiin parhaimmillaan aktivoitavan kuntoutujaa suunnittelemaan ja seuraamaan omaa kuntoutumistaan ja omia tavoitteitaan. Työkirjan käyttämiseen tarvitaan työntekijöiltä ja kuntoutujilta omaa motivaatiota ja paneutumista, jotta siitä olisi hyötyä kuntouttamis- ja kuntoutumisprosessissa.

10 POHDINTA

Opinnäytetyötä arvioidaan työlle asetetuista tavoitteista käsin. On tärkeää pohdita kriittisesti, miten tavoitteet saavutettiin ja mitkä tavoitteista jäivät saavuttamatta sekä miten tavoitteet muuttuivat prosessin aikana. (Vilka & Airaksinen 2004, 154-155.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa kuntoutujille henkilökohtainen työkirja Helsingin kaupungin Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen kuntoutujien käyttöön kuntoutusjakson yhdeksi kuntoutumisen tukemisen välineeksi. Mielestäni työkirjasta tuli asettamieni tavoitteiden mukainen. Työkirja on kuntoutujan huomioiva, selkeä ja helppolukuinen. Se sisältää kuntoutukseen kuntoutujan kannalta oleellisesti liittyvät asiat ja on helposti muunneltavissa kuntoutuskeskuksen tarpeiden mukaan. Työkirja on tarpeellinen. Kuntoutajat ja henkilökunta voivat hyödyntää sitä kuntoutuskeskuksessa. Se toteutettiin työelämän tarpeiden pohjalta.

Yksin toteutettuna näinkin suuri työkirjan suunnittelu- ja tuottamisprosessi on ollut haastavampaa kuin olin kuvitellut. Työkirjan sisällön suunnittelussa olen pyrkinyt huomioimaan kuntoutujan näkökulman ja helppokäyttöisyyden. Nämä huomioimani asiat ovat aiheuttaneet minulle useita haasteita. Kuntoutujilla on monia hyviä näkökulmia, joista on ollut vaikeaa valita kaikkia kuntoutujia parhaiten palveleva näkökulman. Työkirjan sisällön pitäminen helppokäyttöisenä, selkeänä ja sopivan laajuisena on tuottanut minulle paljon työtä. Haastetta on tuonut myös Tervalammen kartanon kuntoutuspalveluiden kehittämistyö, koska työkirjan sisällön suunnitteluprosessin aikana kuntoutuskeskuksen kuntoutuspalveluissa on tapahtunut useita käytäntöjen muutoksia. Yhteistyö Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen kuntoutujien ja henkilökunnan kanssa on ollut antoisaa ja sujuvaa. Kuntoutuskeskuksen henkilökunta on pitänyt minut ajan tasalla kuntoutuspalveluissa tapahtuvista muutoksista, joten olen osannut muovata työkirjan sisältöä niiden suuntaisesti. Olen saanut palautetta työstäni joustavasti, kannustavasti ja rakentavasti pitkin opinnäytetyöprosessia.

Itse prosessi on ollut minulle opettavainen ja olen ymmärtänyt kansallisen mielenterveys- ja päihdesuunnitelman vaikutuksen kuntoutuskäytäntöihin entistä paremmin. Olen saanut prosessin aikana seurata miten Helsingin kaupungin strategiaohjelman mukaan suunnitellaan ja toteutetaan rakennemuutosta Tervallammen kartanon kuntoutuskeskuksessa. Olen tutustunut kuntoutujien vertaistukea tarjoavien järjestöjen palveluihin ja ymmärtänyt vertaistuen merkityksen kuntoutumisprosessissa. Olen oivaltanut, että kirkolla ja erityisesti diakonisella päihdetyöllä on merkitystä useiden päihdekuntoutujien kuntoutumisprosessissa. Tärkeää on kiinnittää huomiota kuntoutujan kaikkiin osa-alueisiin kokonaisuutena.

Minä kuntoutujana -työkirjaa kuntoutuja voi hyödyntää oman kuntoutumisprosessina aikana ja sen jälkeen ja kuntoutuskeskuksen henkilökunnalla on mahdollisuus saada siitä tukea omaan työhönsä. Työkirja on konkreettinen tapa havainnollistaa kuntoutuspolkua kuntoutujalle selkeämmäksi, mutta asettaa samalla kuntoutujalle sekä henkilökunnalle omat haasteensa muuttaa omia totuttuja tapojaan. Työkirja tulee muuttumaan ja elämään ajan myötä. Kuntoutuspalvelut muuttuvat ja työkirjaa voi päivittää helposti tarvittaessa, koska se on sähköisessä muodossa. Työkirjan sisältöjen päivittämiseen onkin tärkeää kiinnittää huomiota kuntoutuspalveluiden muuttuessa, jotta kuntoutujat voisivat saada aina ajankohtaista tietoa.

Opinnäytetyöprosessin aikana olen pyrkinyt eettisyyteen ennen kaikkea sanavalinnoilla. Työkirjan termistöllä olen pyrkinyt kunnioittamaan kuntoutujan ainutlaatuisuutta ja ehdotonta ihmisarvoa sekä hänen itsemääräämisoikeuttaan ja oikeutta omaan mielipiteeseen, kulttuuriin ja uskontoon myös kuntoutuspalveluiden käyttäjänä ollessaan. Olen pitänyt kuntoutujalähtöisyyden mielessäni koko opinnäytetyöprosessin aikana, jotta kuntoutujilla on ollut mahdollisuus vaikuttaa työkirjaa koskeviin sisältöpäätöksiin ja toteutustapoihin.

Jos olisin pysynyt paremmin aikataulussa ja tehnyt työkirjan nopeammin, olisin säästynyt sisältöä koskevalta muutosvaiheelta. Olisin halunnut työkirjaan enemmän valokuvia virittämään kuntoutujan ajatuksia, mutta se olisi tullut liian kalliiksi, joten jätin ne työkirjasta pois. Jatkokehitysidea voisi olla esimerkiksi

tutkimus siitä, miten kuntoutujat käyttävät työkirjaa ja miten henkilökunta on voinut hyödyntää sitä työssään.

LÄHTEET

Kirjalliset lähteet

Järvikoski, Aila & Härkäpää, Kristiina 2001. Kuntoutuksen käsitteet ja kuntoutustarve-kuntoutujan, ammattihenkilön ja yhteiskunnan näkökulmat. Teoksessa Tapani Kallanranta, Paavo Rissanen & Ilpo Vilkkumaa, (toim.) Kuntoutus. Helsinki: Duodecim, 30-41.

Järvikoski, Aila & Härkäpää, Kristiina 2008. Kuntoutuskäsityksen muutos ja asiakkuuden muotoutuminen. Teoksessa Paavo Rissanen, Tapani Kallanranta & Asko Suikkanen. (toim.) Kuntoutus. Helsinki: Duodecim.

Kiilakoski, Tomi 2007. Johdanto: Lapset ja nuoret kuntalaisina. Teoksessa Anu Gretschel & Tomi Kiilakoski (toim.) Lasten ja nuorten kunta. Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 77. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto.

Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä 2010. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. Diakonia-ammattikoulun julkaisuja C. Katsauksia ja aineistoja 17. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.

Koskisuus, Jari 2003. Oman elämänsä puolesta. Helsinki: Mielenterveyden keskusliitto ry.

Lahti, Jari & Pienimäki, Anneli 2004. Päihdekuntoutus rakentuu sosiaaliselle perustalle. Teoksessa Vappu Karjalainen & Ilpo Vilkkumaa, (toim.) Kuntoutus kanssamme Ihmisen toimijuuden tukeminen. Helsinki: Stakes, 136–151.

Lindqvist, Martti 1997. Kristillinen ihmiskäsitys. Teoksessa Kirsti Aalto, Martti Esko & Matti-Pekka Viitaniemi (toim.) Sielunhoidon käsikirja. Helsinki: Kirjapaja

Heino, Heljä 2003. Tervalammen naistenyhteisön työkirja, KokoNaisena. Laurea Ammattikorkeakoulu.

Holopainen, Antti 2008. Alkoholiongelmat. Teoksessa Tapani Kallanranta, Paavo Rissanen & Ippo Vilkkumaa (toim.) Kuntoutus. Helsinki: Duodecim, 210–225.

Mattila-Aalto, Minna 2010. Kuntoutusosallisuuden diagnoosi. Kuntoutussäätiö tutkimuksia 81/2009. Helsinki: Kuntoutussäätiö.

Niemelä, Jorma 1998. Usko, hoito ja toipuminen. Tutkimus kääntymisestä ja kristillisestä päihdehoidosta. Sosiaali- ja terveysalan tutkimuksia 96. Stakes: Helsinki

Suikkanen, Asko & Lindh, Jari 2003. Kuntoutus kehossa - keho kuntoutuksessa. Helsinki: Duodecim.

Viirkorpi, Paavo 1993. Osallisuus, yhteistyö, valta ja muutos. Helsinki: Suomen Kuntaliito.

Vilka, Hanna & Airaksinen, Tiina 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Virtanen, Petri; Suoheimo, Maria; Lamminmäki, Sara; Ahonen, Päivi & Suokas, Makku 2011. Matkaopas asiakaslähtöisten sosiaali- ja terveyspalvelujen kehittämiseen. Tekesin katsaus 281/2011. Helsinki: Tekes:

Elektroniset lähteet

Kansallinen mielenterveys- ja päihdesuunnitelma (Mieli). Viitattu 18.10.2011.

<https://info.stakes.fi/mielijapaihde/FI/index.htm>

Kirkkolaki 1993/1054, 26.11.1993. Viitattu 22.11.2011.

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1993/19931054>

Kirkkojärjestys 1991/1055, 8.11.1993. Viitattu 22.11.2011.

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1993/19931055>

Kuntoutusportti i.a. Viitattu 15.11.2011.

<http://www.kuntoutusportti.fi/portal/fi/kuntoutus/yleista>

Laki kuntoutuksen asiakasyhteistyöstä 2003/497, 13.6.2003. Viitattu

12.11.2011. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2003/20030497>

Laki raittiustyöstä 1982/828, 19.11.1982. Viitattu 12.11.2011.

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1982/19820828>

Laki päihdehuollosta, 1986/653, 29.8.1986. Viitattu 12.11.2011.

<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/1986/19860653>

Tervalammen kartano kuntoutuskeskus i.a. Viitattu 2.11.2011.

<http://www.hel.fi/hki/sosv/fi/paihdeytyo/kuntoutuskeskukset/tervalampi>

Helsingin kaupunki i.a. Helsingin kaupungin strategiaohjelma 2009-2012. Viitattu 28.10.2011.

<http://www.hel2.fi/taske/julkaisut/2009/Strategiaohjelma.pdf>

Helsingin sosiaaliviraston palvelustrategia i.a. Helsingin kaupungin sosiaalilautakunta, 13.1.2009 (§ 5). Viitattu 28.10.2011.

http://www.hel.fi/static/public/hela/Sosiaalilautakunta/Suomi/Paatos/2009/Sosv_2009-01-13_Soslk_01_Pk/6D29990F-DB93-4528-B9EFF43433A0A929/Sosv_palvelustrategia_lopullinen_soslk_13.pdf

Helsingin kaupunki i.a. Päihdetyö. Kuntoutuskeskukset. Viitattu 19.11.2011.

<http://www.hel.fi/hki/sosv/fi/paihdeytyo/kuntoutuskeskukset>.

Helsingin kaupunki sosiaalivirasto i.a. Sosiaalitoimen talousarvioehdotus vuodelle 2011 sekä taloussuunnitelmaehdotus vuosille 2011–2013.

[http://www.hel.fi/static/public/hela/Sosiaalilautakunta/Suomi/Esitys/2010/Sosv_2010-05-11_Soslk_09_EI/134FD454-9DBC-4894-A16C25B6C36CD534/Sostoimen TAE 2011 6 5 2010 viimeisin.pdf](http://www.hel.fi/static/public/hela/Sosiaalilautakunta/Suomi/Esitys/2010/Sosv_2010-05-11_Soslk_09_EI/134FD454-9DBC-4894-A16C25B6C36CD534/Sostoimen_TAE_2011_6_5_2010_viimeisin.pdf)

Helsingin kaupunki Sosiaalivirasto i.a. Päihdetyö. Palvelut. Viitattu 7.1.2012.

<http://www.hel.fi/hki/sosv/fi/paihdetyo/palvelut>

Sosiaali- ja terveysministeriö i.a. Päihdepalvelujen laatusuositukset 2002. Viitattu 12.11.2011.

<http://pre20031103.stm.fi/suomi/pao/paihdepalvelu/paihdepalv.pdf>

Sosiaali- ja terveysministeriö i.a. Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma KASTE-ohjelma. Viitattu 12.11.2011

http://www.stm.fi/vireilla/kehittamisohjelmat_ja_hankkeet/kaste

Suomen evankelis-luterilainen kirkko i.a. Kirkon päihdestrategia. Viitattu

22.11.11. [http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/D369F10AF9D44A9FC22577A500368BD5/\\$FILE/kirkonpaihdestrategia.pdf](http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/D369F10AF9D44A9FC22577A500368BD5/$FILE/kirkonpaihdestrategia.pdf)

Suomen evankelis-luterilainen kirkko i.a. Diakonian viranhaltijan ydinosaaminen. Viitattu 7.1.2012.

[http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/F69989152F5F3B0AC2257744002BF5ED/\\$FILE/diakonia_yo.pdf](http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/F69989152F5F3B0AC2257744002BF5ED/$FILE/diakonia_yo.pdf)

Stakes 2007, Ehkäisy ja hoito. Viitattu 12.11.2011. [http://neuvoa-](http://neuvoa-antavat.stakes.fi/NR/rdonlyres/A23A9F80-CF02-431B-BF71-D344695E5198/0/Kunta310807.pdf)

[antavat.stakes.fi/NR/rdonlyres/A23A9F80-CF02-431B-BF71-D344695E5198/0/Kunta310807.pdf](http://neuvoa-antavat.stakes.fi/NR/rdonlyres/A23A9F80-CF02-431B-BF71-D344695E5198/0/Kunta310807.pdf)

Julkaisemattomat lähteet

Hanhikorpi, Maria 2012. Minä Tervalampi-kuntoutuksessa kuntoutujan työkirja.
Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen hallussa.

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskus. Kehittämistyön väliraportti 2010-2011.

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskus. Muistiot. Työ, työyhteisöt ja johtaminen -hankeharjoittelun tausta- ja kartoitustutkimuksen ryhmien muistiot. Tulosteet tekijän hallussa. Ilman vuosilukua.