

TALOUS- JA VELKAVAIKEUKSISSA ELÄVIEN KOKEMUKSIA JA KEHITTÄMISIDEOITA PA- VERTAISTUKIRYHMISTÄ

Anne Vaalanti

Opinnäytetyö, syksy 2012

Diakonia-ammattikorkeakoulu,

Diak etelä, Järvenpää

Sosiaalialan koulutusohjelma

Diakonisen sosiaalityön suuntautumis-
vaihtoehto

Sosionomi + diakoni AMK

TIIVISTELMÄ

Anne Vaalanti. Talous- ja velkavaikeuksissa elävien kokemuksia ja kehittämisideoita PA-vertaistukiryhmistä. Syksy 2012. 63 s., 2 liitettä. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Etelä, Järvenpää. Sosiaalialan koulutusohjelma, Diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto, sosionomi (AMK) + diakonin virkakelpoisuus.

PA-vertaistukiryhmä on vertaistukiryhmä talous- ja velkavaikeuksissa eläville henkilöille. PA-lyhenne tulee sanoista Penniless Anonymous.

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli kuvata PA-vertaistukiryhmien toimintaan osallistuneiden kokemuksia PA-vertaistukiryhmätoiminnasta. Tarkoituksena oli myös tuottaa tietoa, jota voidaan käyttää PA-vertaistukiryhmän kehittämisessä.

Opinnäytetyöni on lähestymistavaltaan kvalitatiivinen eli laadullinen. Tutkimus suoritettiin kyselytutkimuksena ja tutkimuksellista kehittämismenetelmää käyttäen. Kehittämismenetelminä käytettiin tulevaisuusverstasmenetelmää ja soveltaen Learning cafe -menetelmää. Kyselytutkimukseen osallistui 11 PA-vertaistukiryhmiin osallistunutta henkilöä. Tulevaisuusverstas ja Learning cafe -menetelmään osallistui 11 – 15 henkilöä. Tutkimuksessa kerätty aineisto analysoitiin pääosin aineistolähtöistä sisällönanalyysia käyttäen.

Tutkimustuloksista ilmeni, että PA-vertaistukiryhmiin osallistuneilla oli hyviä kokemuksia vertaistukiryhmistä. He kokivat saaneensa vertaistukea, joka auttoi tilanteessa jaksamiseen ja itseyttämiseseen. Vertaistukiryhmätoiminta oli avannut osallistujille mahdollisuuden jakaa kokemuksiaan vertaistensa kanssa. Osallistujat olivat myös saaneet vertaistukiryhmästä tiedollista tukea, neuvoja ja vinkkejä arjen sujumiseen pienillä tuloilla. He ovat kokeneet saaneensa tukea ryhmästä ja pitävät ryhmän jatkumista tärkeänä.

Hyviä ja käyttökelpoisia kehittämisideoita PA-vertaistukiryhmiin saatiin runsaasti. Tutkimus osoitti, että osallistujat halusivat saada muun muassa PA-ryhmän tunnetumaksi ja ryhmiin enemmän osallistujia. Tämän edistämiseksi osallistujat ideoivat toimintasuunnitelmaa. Osallistujien ideoiden ja mielipiteiden avulla saatiin myös runsaasti tietoa, jonka perusteella PA-ryhmäkansion sisältöä voidaan kehittää.

Asiasanat: Talous- ja velkaongelmat, vertaistuki, vertaistukiryhmä, kvalitatiivinen tutkimus, kyselylomake, tulevaisuusverstas, Learning cafe

ABSTRACT

Vaalanti, Anne

Experiences and development ideas from peer support groups of people living in financial and debt difficulties. 63 p., 2 appendices. Language: Finnish. Järvenpää, Autumn 2012. Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social services, Option in Diaconal Social Work. Degree: Bachelor of Social Services.

Purpose of my thesis was to present peer support group participants' experiences of peer support groups organized for people living in financial and debt difficulties. Purpose was also to produce information that could be used in development of peer support groups.

Approach of my thesis is qualitative. Research was carried out as a survey and using research development method. Development methods used were future workshop and applied Learning café. Survey was partaken by 11 persons from peer support groups. Future workshop and Learning cafe methods were participated by 11-15 persons. Material collected from the survey was analyzed mainly by using material based content analysis.

Research results showed that people who had participated in the peer support groups had good experiences about them. They felt that they had received peer support that helped them to manage in their situations and to have self-comprehension. Peer support group activity had opened them a chance to share experiences with equals. Participants had also received informational support, help and tips on how to live with small incomes. They felt that they had received support from the group and considered it very important that the group continues.

Good and useable ideas on how to develop the peer support groups were received a lot. Survey showed that participants would like to have groups to be more known in public and to have more participants in the groups. To forward this, participants generated ideas for an activity plan. With the help of the participants' ideas and opinions we also received lots of information that can be used in the development of the group.

Keywords: Financial and debt problems, peer support, peer support group, qualitative research, survey, future workshop, Learning cafe

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA	8
3 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	10
4 TALOUS- JA VELKAONGELMAT	11
4.1 Talous- ja velkaongelmat Suomessa	11
4.2 Velkaongelman määrittely ja syitä velkaantumiselle	12
4.3 Ylivelkaantumisen aiheuttamia ongelmia	14
4.4 Kirkon näkökulmia velkaongelmaan	14
5 VERTAISTUKI	17
5.1 Vertaistukiryhmä	17
5.2 Ryhmämuotoisen vertaistuen merkitys	18
6 AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET	20
7 OPINNÄYTETYÖN KUVAUS	22
7.1 Opinnäytetyön kulku	22
7.2 Opinnäytetyön metodinen lähtökohta	23
8 AINEISTON KERUU JA KÄSITTELY	24
8.1 Aineiston keruu	24
8.2 Aineistonkeruumenetelmänä kyselylomake	25
8.3 Tutkimuksellinen kehittämistoiminta	26
8.3.1 Kehittämismenetelmänä tulevaisuusverstaas	27
8.3.2 Kehittämismenetelmänä Learning cafe	29
8.4 Aineiston analyysi	31
9 KOKEMUKSET PA-VERTAISTUKIRYHMISTÄ	33
9.1 Kokemukset vertaistukiryhmien käytännön toimivuudesta	33
9.2 Kokemukset vertaistukiryhmien toiminnan sisällöstä	35
9.3 Kokemukset vertaistukiryhmistä saadusta tuesta	37
9.4 Vertaistukiryhmien kehittäminen	38
10 KEHITTÄMISIDEOITA PA-VERTAISTUKIRYHMIIN	40
10.1 Tulevaisuusverstaan kehittämisideat	40
10.2 Learning Cafeen kehittämisideat	44
11 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	46

12 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	50
LÄHTEET	52
LIITTEET	57
LIITE 1: Kyselylomake	
LIITE 2: Tutkimuslupapyyntö	

1 JOHDANTO

Opinnäytetyön idea syntyi Työ, työyhteisöt ja johtaminen -opintojaksoon kuuluvan hankeharjoitteluni aikana. Hankeharjoittelussani tehtävänäni oli vertaistukiryhmän toiminnan suunnittelu ja ryhmäkansion valmistaminen talous- ja velkavaikeuksissa elävien ihmisten vertaistukiryhmään. Vertaistukiryhmä sai nimekseen PA-ryhmä, joka tulee sanoista PersAukinen tai virallisemmin Penniless Anonymous. PA-ryhmäkansio kehitettiin Takuu-Säätiön Omille jaloille -toiminnassa. Kansio esiteltiin Omille jaloille -tukihenkilöiden koulutuksessa tammikuussa 2012. Tällöin myös ensimmäiset kahdeksan ryhmäkansiota annettiin eri kaupunkien A-kiltoihin. Historian ensimmäiset PA-ryhmät aloittivat toimintansa tammikuussa 2012 Tampereella ja Karjaalla. Turussa PA-ryhmä aloitti toimintansa helmikuussa 2012 ja tämän jälkeen toiminta on alkanut kevään 2012 aikana myös Porissa ja Jyväskylässä. Opinnäytetyössäni olen tutkinut PA-vertaistukiryhmiin osallistuneiden ihmisten kokemuksia PA-ryhmien toiminnasta. Lisäksi olen kerännyt tutkimukseen osallistuneilta tietoa ja ideoita siitä, kuinka PA-ryhmien toimintaa voitaisiin kehittää. Opinnäytetyöni toimeksiantajana on Takuu-Säätiön Omille jaloille -toiminta.

Maksuhäiriöisten henkilöiden kokonaismäärä oli 344 200 syyskuussa 2012. Vuodesta 2008 maksuhäiriörekisterissä olevien henkilöiden määrä on ollut jatkuvasti kasvussa. (Suomen asiakastieto 2012a.) Maksuhäiriöt ovat lisääntyneet vuoden 2012 aikana jyrkästi. Asiakastieto ry:n mukaan yksityishenkilöille rekisteröitiin tammi-kesäkuun aikana miljoona uutta maksuhäiriömerkintää. Tämä määrä on melkein neljännes enemmän kuin edellisenä vuonna. (Kotimaa 2012.)

Erilaisten vertaisryhmien lukumäärä on kasvanut Suomessa sosiaali- ja terveysalalla etenkin viimeisten kymmenen vuoden aikana. Vertaistoiminnan lisääntyminen kertoo ihmisten tarpeesta jakaa kokemuksiaan ja saada tietoa ihmisiltä, jotka ovat samankaltaisessa elämäntilanteessa. (Nylund 2005, 195.)

Aiheen valintaan vaikutti oma kiinnostukseni aiheeseen sekä aiheen ajankohtaisuus. Kiinnostuin erityisesti talous- ja velkavaikeuksissa elävien ihmisten mahdollisuuksista saada tukea heille suunnatusta vertaistukiryhmästä. Koen tärkeänä järjestää ja kehittää

talous- ja velkavaikeuksissa eläville ihmisille tarkoitettua vertaistukiryhmätoimintaa. Halusin omalta osaltani olla mukana kehittämässä tärkeäksi katsomaani asiaa opinnäytetyölläni. Opinnäytetyöni avulla laajennan myös omaa tietouttani talous- ja velkaongelmien problematiikasta sekä vertaistukiryhmätoiminnasta.

Opinnäytetyöni alussa kuvaan opinnäytetyön taustaa ja esittelen työn tarkoituksen ja tutkimuskysymykset. Teoriaosuudessa määrittelen käsitteitä talousongelma ja ylivelkaantuminen sekä näiden vaikutuksia yksilön elämään. Käsittelen myös vertaistukea, ryhmämuotoisen vertaistuen merkitystä sekä aikaisempia tutkimuksia ja kirkon näkökulmaa velkaongelmaan. Tutkimusosassa kuvaan tutkimuksen kulun, tutkimusmenetelmät sekä aineiston analysoinnin. Tämän jälkeen esittelen tutkimustulokset. Tutkimuksen loppuosa käsittelee vielä tutkimuksen luotettavuutta ja eettisyyttä sekä tutkimuksen johtopäätöksiä sekä pohdintaa.

2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA

Takuu-Säätiö toteuttaa Omille jaloille -toimintaa Raha-automaattiyhdistyksen tukemana. Toiminta on valtakunnallinen verkostohanke, jossa useat sosiaali- ja terveysalan järjestöt ovat yhteistyökumppaneina. Omille jaloille -toiminta on apuna vaikeissa elämäntilanteissa oleville, erityisesti päihde- ja rikostaustaisille sekä mielenterveys- ja peliongelmaisille henkilöille heidän talous- ja velkaongelmissaan. Toiminnassa koulutuksen saaneet tukihenkilöt toimivat auttamalla ja opastamalla talousvaikeuksissa olevia henkilöitä tarvittavien auttamisjärjestelmien piiriin. Tukihenkilöiden lisäksi Omille jaloille -toiminnassa on perustettu taloustietopisteitä, joista on mahdollista saada taloudenhallintaa sekä velkaongelmia käsittelevää materiaalia. Omille jaloille -toiminnassa koulutetaan tukihenkilöiden lisäksi kumppanuusjärjestöjen ja näiden sidosryhmien henkilöstöä. Yleisellä tasolla toiminta on edistämässä toimia, joilla voidaan ehkäistä velkaongelmien syntymistä. (Takuu-Säätiö. Omille jaloille 2012.)

PA-vertaistukiryhmä on Omille jaloille -toiminnan uusi toimintamuoto. Se on vertaistukiryhmä henkilöille, jotka ajattelevat, että heillä saattaisi olla talous- ja velkavaikeuksia. PA-ryhmän vertaistuki perustuu ryhmän jäsenten keskinäiseen vuorovaikutukseen, mahdollisuuteen tunteiden, ajatusten ja kokemusten jakamiseen. Ryhmän tavoitteena on käsitellä talous- ja velkavaikeuksien aiheuttamia tuntemuksia, jakaa kokemuksia ja oppia kokemuksellisen tiedon kautta sekä saada arvokasta tietoa selviytymiskeinoista arjen elämiseen pienillä tuloilla.

PA-ryhmiä varten valmistamani ryhmäkansion on tarkoitus toimia ohjaavana välineenä vertaistukiryhmän toiminnassa. Kansiossa on esitetty ehdotuksia PA-ryhmän toiminnan rakenteeseen liittyvistä asioista. Kansioon on myös koottu yleistä tietoa ryhmätoiminnasta, tapaamisen kulusta, ryhmänvetäjän puheenvuorot, lukukortteja sekä ryhmän sääntöjä ja teemoja. PA-ryhmän ryhmäohjelma koostuu kymmenestä teemasta, jotka liittyvät talous- ja velka-asioihin. Ryhmät voivat käsitellä teemoja vapaassa järjestyksessä ja ryhmien on tarkoitus jatkua niin sanottuina nonstoppeina. Teemoissa käsitellään muun muassa jokaisen omaa tarinaa, hyväksymistä ja anteeksi antoa, elämän arvoja, ihmissuhteita, rahan käyttöä, tunne-elämää sekä tulevaisuuden aarteita. Teemoja käsitellään yleensä keskustelemalla, mutta PA-ryhmäkansiossa on myös esitelty muutamia vaihto-

ehtoisia tapoja teemojen käsittelyyn kuten asiantuntijoiden vierailuja, alustuksia, tutustumiskäyntejä ja pelejä. Eri paikkakunnilla toimivat PA-ryhmät voivat käyttää ryhmäkansiota soveltaen sitä kullekin ryhmälle sopivalla tavalla. Eri paikkakunnilla toimivien PA-vertaistukiryhmien kokoontumisajankohdat ja kokoontumiskertojen ajallinen pituus vaihtelevat paikkakunnasta riippuen.

3 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tutkimuksen tekemisellä on aina jokin tehtävä tai tarkoitus. Tutkimus saattaa olla kartoittava, selittävä, kuvaileva tai ennustava. Tutkimukseen voi sisältyä kuitenkin myös useampia tarkoituksia ja tutkimuksen tarkoitus saattaa myös muuttua tutkimuksen aikana. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004, 128–129.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa PA-ryhmien toimintaan osallistuneiden kokemuksia vertaistukiryhmätoiminnasta. Tarkoituksena on saada myös ryhmiin osallistuneilta tietoa ja ideoita, joiden avulla voitaisiin edelleen kehittää PA-ryhmien toimintaa. Opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Minkälaisia kokemuksia PA-ryhmien toimintaan osallistuneilla on vertaistukiryhmästä?
2. Miten PA-vertaistukiryhmän toimintaa voitaisiin kehittää?

Opinnäytetyössä haluan ottaa esille konkreettisia kokemuksia ja kehittämisideoita vertaistukiryhmästä ja tämän kautta tuottaa tietoa, joka auttaa kehittämään PA-vertaistukiryhmän toimintaa.

4 TALOUS- JA VELKAONGELMAT

4.1 Talous- ja velkaongelmat Suomessa

1980-luvun alku on ollut tilastotietojen perusteella käännekohta velkaongelmien kehityksessä. Luottosäännöstelyn vapautuminen 1980-luvulla kiihdytti luottojen käyttöä sekä edisti velkaongelmien syntymistä. Suomessa velkaongelmat ovat lisääntyneet 1980-luvulla ja etenkin 1990-luvun alussa. (Muttilainen 2002, 158.)

1990-luvun alussa kotitalouksien velkaongelmat kärjistyivät nopeasti taloudellisen laman takia, kun asuntojen hinnat laskivat ja yrityksiä meni konkurssiin. Kansantalous elpyi talouslaman jälkeen ja alkoi talouskasvun kausi. Kuitenkin syksyllä 2008 puhkesi taantumaa ennustanut finanssikriisi ja mediat välittivät nopeasti tietoa lomautuksista. (Rantala & Tarkkala 2009, 3.)

Taloudellinen kasvu oli voimakasta lamaa seuranneina vuosina. Pienituloiset eivät kuitenkaan muiden ryhmien tavoin hyötäneet tästä talouskasvusta, joka tapahtui vuosien 1994 ja 2008 välisenä aikana. Niinpä esimerkiksi köyhyys, tuloerot ja lapsiköyhyys ovat jatkuvasti kasvaneet 1990-luvun puolivälistä lähtien. (Hiilamo, Kangas, Manderbacka, Mattila-Wirolahti, Niemelä & Vuorenkoski 2010, 5.)

Rahamarkkinoilla tapahtuneet muutokset heijastuvat kotitalouksiin ja ihmisten taloudelliseen käyttäytymiseen. Rahamarkkinoiden rakenne on muuttunut ja markkinoille on tullut uusia luotontarjoajia ja luottotuotteita. (Peura-Kapanen, Rajas & Lehtinen 2010, 17.) Luotot ja kulutus ovat osa nykypäivän arkea. Luoton käyttö on yleistä ja kulutus on olennaista ihmisten elämässä. Rahoitusmarkkinoiden monimutkaistuminen, kulutusluotot, kaupallisten houkuttimien paljous ja päällekkäisyys sekä pätkätyöt, osa-aikaisuus ja matalapalkkaus edellyttävät, että kuluttajalla on riskitietoutta sekä monipuolista rahatalouden hallintaa ja osaamista. Aina kuitenkin eivät kuluttajien taloudenhallintakeinot vastaa vaatimuksia. Tulojen ja menojen hallinta tuottaa monille hankaluuksia. (Jerkku & Smeds 2005, 11 – 12.) Velkaongelmista ja ylivelkaantumisesta on tullut lähtemätön osa nykyaikaista yhteiskuntaa (Peura-Kapanen, Rajas & Lehtinen 2010, 17).

Myös Suomen asiakastiedon (2012) tilastot kertovat suomalaisten talousvaikeuksien lisääntymisestä. Viime vuosina on maksuhäiriömerkintöjen määrä kasvanut huomattavasti. Syyskyn lopussa 2012 Suomessa oli noin 344 000 maksuhäiriömerkinnän saanutta henkilöä. (Suomen asiakastieto 2012a.) Käräjille päätyneet velkariidat ovat kaksinkertaistuneet vuodesta 2005. Keskeisenä syynä tähän pidetään vakuudettomien pienlainojen eli pikavippien yleistymistä. (Helsingin Sanomat 2011.) Kaartisen ja Lähteenmaan (2006, 43 – 47) tutkimuksen mukaan pikavippejä ottivat heikossa taloudellisessa tilanteessa olevat, ja epävarmassa työmarkkinatilanteessa olevat työttömät, kotiäidit, sairaslomalaiset, varusmiehet ja yksinhuoltajat. Pikavippejä käytetään vuokraan, ruokaan, muiden velkojen ja näiden korkojen takaisin maksuun sekä puhelinkuluihin. Lisäksi pikavippejä käytetään myös juhlimiseen sekä nautintoaineisiin, kuten tupakkaan ja alkoholiin. Pikavippien käyttäminen peruselinkustannuksiin kertoo niiden ottajien suhteellisesta köyhyydestä tai siitä, etteivät heidän raha-asiansa ole kunnossa. Pikavippien otto saattaa myös muodostua tavaksi: noin kolmasosa pikavippiin joskus turvautuneista oli Kaartisen ja Lähteenmaan (2006) mukaan ottanut pikavippiä vähintään kuusi kertaa. Runsasta pikavippeihin turvautumista voidaan pitää yhteiskunnallisena ongelmana, koska sen mukana tulee muun muassa talouden hallinnan menetyksiä, velkaantumista sekä luottohäiriömerkintöjä (Kaartinen ja Lähteenmaa 2006, 48). Nuorten velkaantuminen on myös yleistynyt Suomessa. Nuoret ovat herkässä vaiheessa juuri muutettuaan kotoa pois. Heidän kykynsä käsitellä raha-asioita on huonoimmillaan olematon. Tämän vuoksi moni nuorista ajautuu velkakierteeseen. (Yle uutiset 2012.)

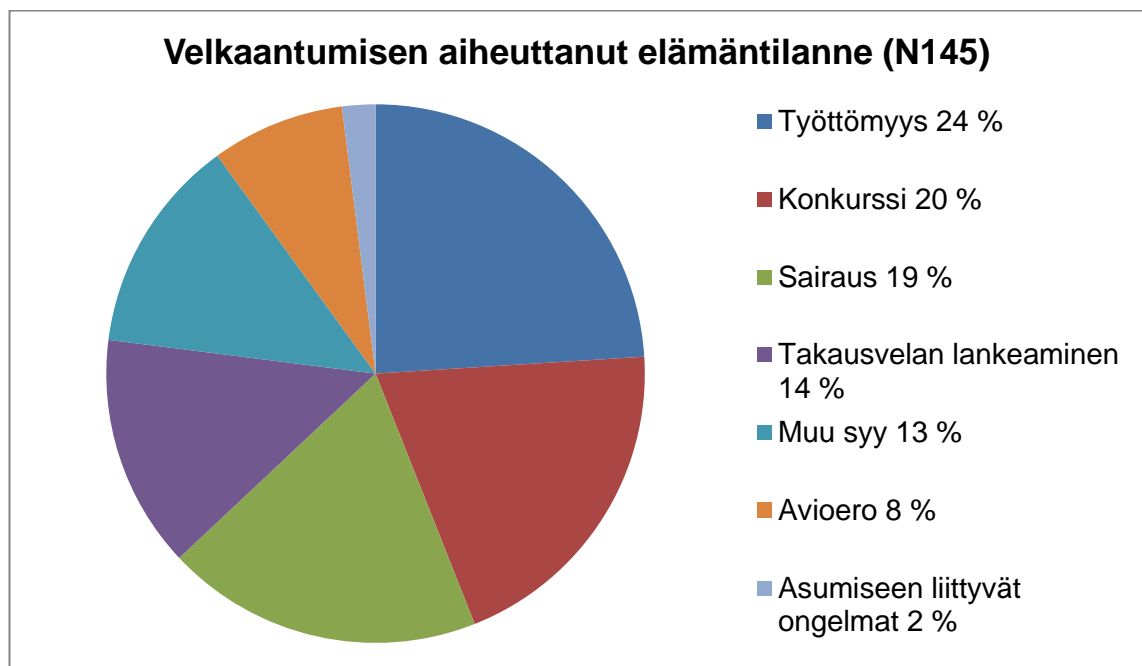
4.2 Velkaongelman määrittely ja syitä velkaantumiselle

Yksilötason velkaongelma on hankalaa määritellä tarkasti. Yleisen ja karkean määrittelyn mukaan velkaongelma perustuu henkilön omakohtaiseen kokemukseen siitä, kuinka hän suoriutuu veloistaan ja maksusitoumuksista. Toisaalta velkaongelman oireilu alkaa usein silloin, kun velkaa aletaan maksaa velalla, vaikka tällöin henkilö kuitenkin saattaa itse vielä kokea pärjäävänsä. Tilannetta, jossa velkojen suuren määrän vuoksi ei ole varaa kunnolla jokapäiväiseen elämiseen tai jossa joudutaan ostamaan elintarvikkeita kalliilla lainarahalla, voidaan myös pitää velkaongelmana. (Rantala & Tarkkala 2009, 10.)

Velkaongelma saattaa muodostua erilaisista syistä ja ilmetä eri tavoin. Maksuvaikeudet saattavat aiheutua yllättävistä elämäntilanteiden muutoksista. Tällaisia elämäntilanteen

muutoksia voivat olla muun muassa sairastuminen, työttömyys tai avo/avioero. Velkaongelma voi kehittyä niin ikään huolimattomuudesta, huonosta taloudenhoitokyvystä tai ajattelemattomuudesta. Lisäksi taipumuksesta kuluttaa yli varojen synnyttää velkaongelmia. (Rantala & Tarkkala 2009, 10.)

Velat anteeksi? -akordirahastotoimintamallin arviointitutkimuksen mukaan työttömyys oli suurin yksittäinen velkakierteen aiheuttaja. Erityisesti pitkäaikainen työttömyys heikentää maksukykyä olennaisesti. Isoja velkaantumisen aiheuttajia olivat tutkimuksen mukaan myös pitkäaikainen sairastuminen ja konkurssi. (Gothóni 2006, 54.) Seuraavassa taulukossa on esitetty Velat anteeksi? -tutkimuksessa esille tulleita elämäntilanteita, jotka ovat olleet aiheuttamassa velkaantumista.



(Gothóni 2006, 54.)

Velkaantumisen muu syy -kategoriassa ovat elämänhallinnalliset ongelmat. Esimerkiksi rahan käyttöä ei vielä osattu ja elämän kalleus yllätti itsenäistymisvaiheessa olevan nuoren. Muutamille oli kertynyt alkoholi- ja huumeongelmien vuoksi velkaa. Velkaantuminen ei välttämättä kaada taloutta täysin, mutta elämäntilanteen isot muutokset voivat viedä mahdollisuuden velkojen maksamiseen suunnitelman mukaisesti. (Gothóni 2006, 54.)

4.3 Ylivelkaantumisen aiheuttamia ongelmia

Velkaantumisen seuraukset voivat olla monenlaisia. Yksilön tasolla vakavassa velkaongelmassa on kysymys aina yksilötason hyvinvointiongelmasta. Mieltä painava tilanne heijastuu herkästi ihmissuhteisiin sekä terveyteen. (Rantala & Tarkkala 2009, 12.)

Velkaongelmalla on tehokkaasti syrjäyttävä vaikutus. Ylivelkaantuneista voidaan syystä puhua nimityksellä velkasyrjäytynyt. Kyse on totaalisesta syrjäytymisestä eikä pelkästään rahasta, jopa ystävät ja läheisetkin voivat kadota. Ahdistus, syyllisyys, häpeä ja viha liittyvät usein velkaantumiseen. Velkataakan ja näiden tunteiden kanssa eläminen vuosia sairastuttaa niin fyysisesti kuin psyykkisestikin. (Gothóni, Saarela & Sukula-Ruusunen 2005, 7.) Taloudelliset ongelmat voivat aiheuttaa pitkävaikutteisia seurauksia yksilön elämään. Opintolainan, asunnon ja jopa työpaikan saanti voivat vaikeutua maksuhäiriömerkintöjen vuoksi. Ylivelkaantumisesta saattaa seurata psyykkisiä, sosiaalisia ja fyysisiä ongelmia. (Jerkku & Smeds 2005, 12.) Stakesin tekemän tutkimuksen mukaan ylivelkaantuminen hajottaa ja kiristää perheiden välejä. Melkein joka neljäs haastatteluun osallistuneista ylivelkaantuneista oli eronnut. (Valkoniemi 2004, 103.)

Mikäli kotitalouksien vakavat velkaongelmat sekä näiden seurannaisvaikutukset kasvavat, kyseessä on lisäksi yhteiskunnallinen hyvinvointiongelma, joka näyttäytyy työelämästä syrjäytymisenä sekä sosiaali- ja terveydenhoitokustannusten kasvuna. (Rantala & Tarkkala 2009, 12.)

4.4 Kirkon näkökulmia velkaongelmaan

Suomen evankelis-luterilainen kirkko on jo 1990-luvun alusta asti kiinnittänyt huomiota Suomessa esiintyviin velkaongelmiin. Kirkko teki aloitteen esimerkiksi Takuu-Säätiön perustamisesta. (Kirkkohallitus 2004.) Seurakuntadiakonian tavoitteena on suunnata apu ja tuki ihmisille kaikilla heidän elämänalueillaan. Perustana diakoniatyölle on lainsäädännöllisesti kirkkojärjestys. Kirkkojärjestyksen mukaan kristilliseen rakkauteen kuuluu avun antaminen niille ihmisille, ”joiden hätä on suurin ja joita ei muulla tavoin auteta.” Diakoniatyössä voidaan apua ja tukea tarjota niin henkisesti, hengellisesti, fyysisesti kuin taloudellisestikin. (Juntunen, Grönlund & Hiilamo 2006, 59.)

Lamavuodet ja kriisiasiakkaiden määrän huomattava kasvu uudistivat diakoniatyön sisältöä ja työmenetelmiä. Diakoniatyön painopiste siirtyi laman jälkeen vanhuksista työttömien, velka- ja talousongelmien sekä työttömyyden kanssa kamppailevien asiakkaiden pulmakysymyksiin. Myös jo ennen yhteiskunnan heräämistä velkaneuvojien koulutamiseen seurakuntien diakoniatyöntekijät toimivat velkaneuvojina. (Heikkilä, Karjalainen & Malkavaara 2000.) Taloudellisen avustamisen määrät ovat lisääntyneet nopeasti erityisesti lamavuosien jälkeen. Seurakuntadiakonian taloudellinen tuki nähdään yleisesti kertaluontoisena avustuksena elämän kriisitilanteessa. Kirkon taloudellisen avun katsotaan olevan viimeinen avustamisen muoto. Taloudelliseen avustukseen kuuluu rahallinen auttaminen, kuten maksusitoumuksen ja osto-osoitusten antaminen. Lisäksi ruoka-avustukset ovat seurakuntien merkittävä avustuskanava. Diakoniatyön taloudelliseen avustamiseen liittyy myös keskustelu, jonka tarkoituksena on antaa tukea asiakkaalle. (Juntunen ym. 2006, 60 – 62.)

Kirkon diakoniatyössä kohdataan päivittäin taloudellisessa ahdingossa eläviä ihmisiä. Kirkon diakoniatyö kohtaa velkaantuneita ihmisiä, joilla ei ole mitään omaisuutta. Kirkkohallituksen lausunnon mukaan pitkäaikainen taloudellinen ahdinko syrjäyttää kaikilta elämän aloilta. (Kirkkohallitus 2004.)

Jokavuotinen, vuonna 1950 alkanut Yhteisvastuukeräys on ollut tärkeä seurakuntadiakonian yhdistäjä. Kirkko rakensi tämän järjestelmän, jonka avulla se voi jakaa hätäapua vaikeimmissa tilanteissa oleville ihmisille ja seuduille. Yhteisvastuukeräyksessä otetaan vuosittain esille jokin ryhmä, jota halutaan erityisesti huomata. (Malkavaara 2002, 231 – 232.) Kirkko jatkaa siis edelleen vaikeassa taloudellisessa tilanteessa elävien ihmisten tukemista. Vuoden 2012 Yhteisvastuukeräyksen tuotto kohdistetaan toimiin, joilla pyritään ehkäisemään pienituloisten ihmisten ylivelkaantumista. Keräysvärojen kanavoijana on Takuu-Säätiö, joka aloittaa yhteisvastuuvaroin pienluottohankkeen. Hankkeessa halpakorkoisia pienluottoja myönnetään ahdingossa oleville ihmisille, joille pienituloisuus tai menetetyt luottotiedot ovat esteenä muiden luottojen saamiselle. (Seurakuntalainen 2012.)

Turun- ja Kaarinan seurakuntayhtymä järjesti 19.10.2012 Kun rahat eivät riitä -teemapäivän. Tilaisuudessa seurakunnan diakoniatyöntekijä kertoi, kuinka kirkko voi auttaa tilanteessa, jolloin rahat eivät riitä. Kirkon diakoniatyön tarkoituksena on auttaa

ihmisiä ihan kaikin tavoin silloin, kun ihmisellä on vaikeaa ja muut eivät auta. Taloudelliset ongelmat ovat suurin syy yhteydenotoissa diakoniatyöntekijöihin. Reilusti yli puolet yhteydenotoista käsittelee jollakin lailla taloudellisia ongelmia. Suurin osa autettavista on työttömiä, melkein saman verran taloudellisesti autettavista on eläkeläisiä. Yli puolet heistä on yksinasuvia. Ihmiset tulevat vastaanotoille suurten taakkojen kanssa, joita taloudelliset vaikeudet ovat aiheuttaneet. Rahallisesti kirkon apu on kohtuullisen pientä. Pääasia auttamisessa kuitenkin on, että apu olisi mahdollisimman tasapuolista ja oikeudenmukaista. (Viherkoski 2012.)

5 VERTAISTUKI

Ydin vertaistukeen perustuvassa auttamisessa on ihmisten välinen arkinen kohtaaminen. Vertaistuellla tarkoitetaan kohdattujen vaikeuksien, kuten vaativien elämäntilanteiden keskinäistä jakamista. (Hyväri 2005, 214.) Vertaistukea voi saada ja antaa kahden henkilön välillä, ryhmässä tai verkostoissa (Nylund 2005, 203). Suomessa vertaistuki vakiintui sosiaali- ja terveysalan toimintamuotona 1990-luvun puolivälissä (Hyväri 2005, 214).

Lähtökohtana vertaistukemisessa on ihmisellä oleva luontainen tarve liittyä muihin, luoda sosiaalisia suhteita ja kokea yhteenkuuluvuutta. Ihmisen hyvinvoinnin ja jaksamisen kannalta sosiaalisilla suhteilla on merkittävä vaikutus. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 10.) Vertaistuki on yksi sosiaalisen tuen muodoista. Sosiaalisella tuella tarkoitetaan niitä voimavaroja, joita ihminen saa omaan elämäänsä vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa. Sosiaalisella tuella on tutkimuksissa osoitettu olevan yhteyksiä terveyteen sekä hyvinvoinnin kokemiseen. (Vuorinen 2002, 8.)

Vertaistuesta on olemassa monia painotuksiltaan vähän erilaisia määritelmiä. Kaikille määritelmille on yhteistä vertaistuen liittäminen johonkin ongelmaan tai elämäntilanteeseen, vastavuoroisuus tukemisessa ja auttamisessa sekä se, että vertaistuki perustuu omakohtaisiin kokemuksiin. (Huuskonen 2011.)

Vertaistuki on toimintana vastavuoroista kokemusten vaihtoa. Siinä elämässään samankaltaisia prosesseja läpikäyneet ihmiset tukevat toisiaan. Vertaistuki on samankaltaisessa elämäntilanteessa elävien ihmisten halua jakaa kokemuksiaan sekä tietoa ilmapiirissä, jossa kunnioitetaan toisia. Vertaistuki on mahdollista määritellä myös voimaantumisenä ja muutosprosessina, jonka seurauksena ihminen voi tunnistaa ja löytää omia voimavarojaan ja vahvuuksiaan sekä ottaa vastuun omasta elämästään. (Huuskonen 2011.)

5.1 Vertaistukiryhmä

Vertaistukiryhmästä käytettyjä eri nimityksiä ovat vertaisryhmä, itseapuryhmä, tukiryhmä, oma-apuryhmä, piiri tai kerho (Laatikainen 2010, 5). Marianne Nylund (2000, 35) määrittelee vertaistukiryhmän virallisten tukimuotojen ulkopuolella tapahtuvaksi

organisoidun tuen muodoksi ihmisten kesken, joilla on samanlainen huoli tai elämäntilanne. Näissä vertaistukiryhmissä jäsenet ovat sekä autettavia että auttajia.

Susanna Hyväri (2005, 215) määrittelee vertaistukiryhmän ryhmäksi, jossa on toisten auttamiseen ja tukemiseen pyrkiviä vastavuoroisia suhteita ja jossa kriittisiä sekä kriisiytyneitä elämäntilanteita käsitellään yhdessä. Vertaistukiryhmän toiminnan ei tarvitse rajoittua pelkästään kriisien käsittelyyn, vaan samalla on mahdollista luoda yhteisyyttä ja ystävyyssuhteita.

Vertaistukiryhmiä on monenlaisia. Ryhmät eroavat toisistaan muun muassa toimintavoiltaan, ohjaustavoiltaan ja taustayhteisöltään. Ryhmät esimerkiksi eroavat toisistaan siinä, onko ensisijaisena tarkoituksena keskustella kokemuksista yhdessä vai onko ryhmä enemmänkin toiminnallinen, asioita yhdessä tekevä. Vertaistukiryhmän toimintaan vaikuttaa myös se, toimiiko ryhmän ohjaajana vertaisohjaaja vai ammattilainen ohjaaja. Ryhmällä on mahdollisuus toimia myös ilman nimettyä ohjaajaa, mutta tällöin ryhmän jäsenillä on keskenään jaettu vastuu ryhmästä. Vertaisohjaajan ohjatessa ryhmää on toiminnassa mukana enemmän niin sanottua kokemustietoa. (Jyrkämä 2010, 25 – 35.) Vertaistukiryhmillä on erilaisia taustaorganisaatioita. Ne voivat olla järjestö-, julkis- tai kansalaistaustaisia. Järjestötaustaisessa vertaistukiryhmässä eri järjestöt organisoivat toimintaa yhtenä vapaaehtoistoiminnan muotona. Julkistaustaisessa vertaistukiryhmässä ryhmän ohjaajana toimii ammattilainen, jolla on asiantuntemusta, mutta ei välttämättä kokemustietoa. Kansalaistaustainen vertaistukiryhmä on puhtaasti ihmisten omaaloitteisuudesta käynnistynyt vertaistukiryhmä. (Laimio & Karnell 2010, 16.)

5.2 Ryhmämuotoisen vertaistuen merkitys

Vertaistukiryhmien merkityksestä on saatu paljon positiivisia kokemuksia yksilön elämänhallinnan vahvistajana. Vertaistukiryhmä mahdollistaa jäsenille tilaisuuden peilata, verrata ja suhteuttaa omaa elämäänsä, kokemuksiaan sekä tunteitaan muiden vastaavilaisiin tilanteisiin. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 34.) Kokemusten jakaminen ja osanottajien keskinäinen apu lisäävät itsetuntoa ja voimaannuttavat. Ryhmän jäsenet toimivat toinen toisilleen esimerkkeinä selviytymisestä ja muutoksen mahdollisuudesta ja siitä, millä tavoin ongelmia voi ratkaista. (Laimio & Karnell 2010, 18 – 19.)

Vertaisryhmässä omaan tilanteeseen saattaa avautua kokonaan uusi näkökulma. Vertaiset voivat olla eri vaiheissa omissa prosesseissaan, jolloin omaan tilanteeseen saadaan uutta näkökulmaa. Vertaistuen kautta ryhmään osallistujat saavat tietoa ja käytännön vinkkejä omaan tilanteeseensa. Vertaistukitoiminnan kautta on mahdollista saada sisältöä elämään, ystäviä sekä yhdessä tekemistä. Kokemusten vaihto vertaistukiryhmässä voi lisäksi saada aikaan sen, että ihmiset yhdessä vaikuttavat omaan asemaansa yhteisöissä sekä esimerkiksi tarvitsemiensa palvelujen kehittämiseen. Parhaimmillaan vertaistuki synnyttää yksilöiden ja ihmisryhmien voimaantumista. (Huuskonen 2011.) Voimaantuminen (empowerment) voidaan käsitteenä liittää esimerkiksi voimavarojen löytämiseen, asioiden mahdollistamiseen, toimintavalmiuksien ja toimintakykyisyyden saavuttamiseen sekä elämänhallintaan. Voimaantumis-prosessin ydinajatus on se, että ”voimaantuminen on ihmisestä itsestään lähtevä prosessi. Se on samanaikaisesti henkilökohtainen ja yhteisöllinen (sosiaalinen) prosessi.” (Siitonen & Robinson 2001.) Parhaimmillaan vertaistukiryhmä voi kuitenkin lisätä pahaa oloa, mikäli ryhmä jumittuu ainoastaan ongelmien vatvomiseen (Heiskanen & Hiisijärvi 2003).

6 AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET

Yhdysvallat on ollut edelläkävijämaa vertaistukea käsittelevän kirjallisuuden tuottamisessa. Siellä on julkaistu säännöllisesti laajoja artikkelikokonaisuuksia tai kirjallisuuskatsauksia vertaistuen tutkimuksesta. Pohjoismaissa uranuurtajana vertaistuen tutkimuksessa ja käytännön kehittäjänä on ollut Tanska. (Nylund 1997, 3 – 4.) Suomessa on alettu tutkia vertaistukiryhmiä pääasiassa vasta 1990-luvulla. Marianne Nylund on muun muassa tehnyt vertaistukiryhmistä laajan tutkimuksen vuosina 1994 – 1996. (Nylund 1997, 4.)

Marianne Nylundin tutkimuksen lisäksi Suomessa muun muassa Nousiainen (1996) on tutkinut omaishoitajien, Vanhanen-Silvendoin (1996) äitien sekä Huttunen (1998) kehitysvammaisten vertaisryhmien toimintaa. Useimpien tutkimusten mukaan vertaisryhmät ovat vaikuttaneet jäseniinsä positiivisesti. (Wilska-Seemer 2005, 256.)

Vertaistoiminnan tutkimuksessa on erotettavissa kaksi pääkoulukuntaa: sosiaali- ja yhteiskuntatieteet sekä terveystieteet ja psykologia. Sosiaali- ja yhteiskuntatieteissä tutkimus painottuu vertaisryhmiin yhteisöinä sekä osana yhteiskunnallista keskustelua. Terveystieteiden ja psykologian tutkimukset keskittyvät puolestaan yksilöllisiin kokemuksiin ja ryhmädynamiikkaan. (Nylund 2005, 197.)

Jantunen (2008) on lisensoitettavissaan tutkinut masentuneiden vertaistukea. Hänen tutkimuksensa tulosten mukaan osalliseksi tuleminen eli luottamus ja osallistava kanssakäyminen ovat vertaistuen ydin. Tutkimuksen tuloksissa vertaistuen kehitystä kuvaa viksi käsitteiksi määritellään yhteyden ulkopuolella oleminen, yhteyteen hakeutuminen, vuorovaikutuksessa oleminen, yhteyteen kuuluminen sekä voimaantuminen. Tutkimuksen mukaan vertaistuen tuloksena on voimaantuminen. Se ilmenee muun muassa tilan löytymisenä omille kokemuksille sekä luottamuksena omiin mahdollisuuksiin.

Liisa Lampela-Kivistö on tehnyt Kaskesta uusi kasvu -tutkimuksen. Tutkimuksen kohteena oli velkaisten miesten kuntoutumisohjelma. Miessakit ry toteutti tämän vuoden kestäneen projektin. Projektin kohderyhmänä olivat 12 miespuolista konkurssin tehnyttä yrittäjää. Projektin päätavoite oli löytää konkurssin tehneille yrittäjille mahdollisuus ja

oikeus ihmisarvoiseen elämään. Muina tavoitteina projektissa oli miesten tukeminen toimintakykynsä uudelleen löytämisessä, omien voimavaroihinsa luottamisessa sekä yhteiskuntaan ja työelämään uudelleen tiensä löytämisessä. Projektin konkreettinen tavoite oli luoda myös kuntoutusmalli velkasyrjäytyneille miehille, joka olisi valtakunnallisesti monistettavissa. Tavoitteiden toteuttamiseksi luotiin miehille mahdollisuus sekä fyysiseen että psyykkiseen kuntoutukseen. Psyykkistä kuntoutusta tapahtui vertaisryhmässä sekä erilaisissa yhteisissä toimintatilanteissa ja tapahtumissa. Tutkijan havaintojen perusteella kuntoutumisohjelman päättyessä vertaisryhmän tärkein merkitys oli toivon ja elämänuskon palautuminen. Ryhmä oli tuottanut useimmille palautuneen uskon omiin kykyihin ja mahdollisuuksiin. Ryhmän tärkeä anti oli ollut myös se, että ryhmässä oli pystytty puhumaan avoimesti omista asioista. Yhteiset kokemukset synnyttivät yhteenkuuluvuuden tunnetta, joka valoi ryhmäläisiin luottamusta yhteistoiminnan voimaan sekä sen myötä omaan itseen. (Lampela-Kivistö 2002.)

Diakonia-ammattikorkeakoulussa vuonna 2006 julkaistussa Erja Kekkosen opinnäytetyössä tutkittiin arviointitutkimuksena ylivelkaantuneille yrittäjille suunnattua Kaski-Pieksämäki -projektia. Tämän projektin toiminnassa korostettiin velkaneuvonnan lisäksi myös vertaistukitoimintaa. Opinnäytetyö osoitti, että projektin vertaistukitoimintaa pidettiin tärkeänä ryhmän jäsenten keskuudessa. Vertaistukitoiminnan avulla on mahdollista yhdistää samanlaisen elämäntilanteiden parissa olevia ihmisiä ja toiminta mahdollistaa yhteisten kokemusten jakamisen. (Kekkonen 2006.)

7 OPINNÄYTETYÖN KUVAUS

7.1 Opinnäytetyön kulku

Opinnäytetyöni käynnistyi ideatasolla syksyllä 2011. Olin tuolloin valmistamassa ryhmäkansiota PA-vertaistukiryhmille yhteistyössä Omlle jaloille -hankekoordinaattori Sari Lehtosen kanssa. Keskusteluissamme syntyi idea tehdä opinnäytetyö koskien alkavien PA-vertaistukiryhmien toimintaa. Aihe tarkentui vielä käsittelemään ryhmiin osallistuneiden kokemuksia sekä ryhmiä koskevia kehitysideoita.

Tämän jälkeen alkoi teorianäyttöön ja aiempiin tutkimuksiin tutustuminen sekä tutkimussuunnitelman kirjoittaminen. Tutkimussuunnitelman valmistumisen jälkeen hain tutkimuslupaa Takuu-Säätiöltä. Valmiin opinnäytetyön tutkimussuunnitelman esittelin opinnäytetyöseminaarissa huhtikuussa 2012. Seuraavia askeleita opinnäytetyön etenemisessä olivat teoriaosuuden kirjoittaminen ja kyselylomakkeen valmistaminen kevään ja kesän 2012 aikana. Kesällä suunnittelimme yhdessä hankekoordinaattori Sari Lehtosen kanssa PA-kehittämispäivien ohjelmaa sekä aikataulua. Kutsut PA-kehittämispäiville lähetettiin 13.6.2012 postitse kaikille niille, jotka olivat ilmaisseet kiinnostuksensa PA-ryhmää kohtaan. Kutsu lähetettiin 26 henkilölle, jotka veivät myös järjestettävistä kehittämispäivistä viestiä eteenpäin omissa ryhmissään ja kutsuivat ihmisiä kehittämispäiville. Hankekoordinaattori Sari Lehtonen huolehti kutsujen lähettämisestä. Kesällä hankekoordinaattorin kanssa olleessa tapaamisessamme päätettiin myös muuttaa alkuperäisiä suunnitelmia tutkimusmetodeista. Loppukesästä valmistunut kyselylomake esiteltiin syyskuussa 2012 yhden PA-vertaistukiryhmään osallistuneen henkilön kanssa. Tämän jälkeen kyselylomakkeesta jätettiin yksi kysymys pois päällekkäisyyden vuoksi. Lisäksi kyselylomakkeesta muotoiltiin uudelleen kaksi kysymystä, jotta ne olisivat paremmin ymmärrettävissä. Opinnäytetyön aineisto kerättiin 28. - 30.9.2012 välisenä aikana PA-kehittämispäiville osallistuneilta henkilöiltä kyselylomakkeella ja kehittämismenetelmien avulla. Kehittämismenetelminä käytettiin sekä tulevaisuusverstaas- että mukailtua Learning cafe -työskentelyä. PA-kehittämispäiville osallistui yhteensä 15 henkilöä, joista 11 oli osallistunut PA-ryhmiin ja neljä henkilöä oli kiinnostunut aloittamaan toiminnan. Lisäksi neljä henkilöä osallistui kehittämispäiville ohjaajan roolissa.

7.2 Opinnäytetyön metodinen lähtökohta

Tässä opinnäytetyössä käytettiin kvalitatiivista eli laadullista tutkimusmenetelmää. Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä on valittu sen vuoksi, että tutkimuksella on tarkoitus tuoda esiin PA-ryhmään osallistuneiden omia kokemuksia ja mielipiteitä vertaistutkimuksesta. Opinnäytetyössä on hyödynnetty myös metodista triangulaatiota käyttämällä aineiston keräämisessä ja analysoimisessa eri metodeja. Metodisella triangulaatiolla tarkoitetaan useiden metodien käyttöä samassa tutkimuksessa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 145).

Kvalitatiivisen tutkimuksen lähtökohtana pidetään todellisen elämän kuvaamista ja ihmistä suositetaan siinä tiedon keruun välineenä. (Hirsjärvi ym. 2004, 152, 155.) Kvalitatiivisessa tutkimuksessa pyritään muun muassa kuvaamaan jotain tapahtumaa tai ilmiötä. Samalla pyrkimyksenä on ymmärtää tiettyä toimintaa ja antaa jollekin ilmiölle teoreettisesti mielekäs tulkinta. Näin ollen kvalitatiivisessa tutkimuksessa on tärkeää, että henkilöt, joilta aineistoa kerätään, tietävät mahdollisimman paljon tutkimuksen kohteena olevasta asiasta tai heillä on asiasta kokemusta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85.) Kvalitatiivisen tutkimuksen erityispiirteenä on se, että tavoitteena ei pidetä ehdottoman totuuden löytämisestä tutkittavasta asiasta. Tutkimuksen tavoitteena sen sijaan on ihmisten kuvaamien käsitysten ja kokemusten avulla näyttää merkityksiä. (Vilkkä 2005, 97-98.)

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa on tyypillisenä piirteenä kokonaisvaltainen tiedon hankinta luonnollisessa ja todellisessa tilanteessa. Tutkimuksen kohdejoukko valitaan tutkimuksen mukaisesti, eikä siinä käytetä satunnaisotantaa. Hankittua aineistoa tarkastellaan yksityiskohtaisesti ja monipuolisesti. Tutkimusmetodina suositetaan sellaisia, joissa tutkittavien näkökulmat pääsevät esille. Kvalitatiivinen tutkimus etenee joustavasti ja suunnitelmia voidaan muuttaa tarvittaessa. (Hirsjärvi ym. 2004, 155.)

Kvalitatiivisen tutkimuksen aineiston hankinnassa käytetään tyypillisesti laadullisia metodeja. Tällaisia ovat muun muassa teemahaastattelu, osallistuva havainnointi sekä ryhmähaastattelut. Mikäli halutaan päästä selville ihmisten ajatuksista, tuntemuksista, kokemuksista tai uskomuksista, voidaan perussääntönä pitää esimerkiksi haastattelujen ja kyselylomakkeiden käyttöä tutkimusmetodina. (Hirsjärvi ym. 2004, 155, 174.)

8 AINEISTON KERUU JA KÄSITTELY

8.1 Aineiston keruu

Aineisto kerättiin PA-kehittämispäiville osallistuneilta henkilöiltä. PA-kehittämispäiville osallistui 15 henkilöä, joista naisia oli yhdeksän ja miehiä kuusi. Opinnäytetyön aineistonkeruun ensimmäisessä vaiheessa käytettiin kyselylomaketta. Kyselylomakkeen (liite 1) kysymysten avulla kerättiin tietoa kokemuksista PA-ryhmiin osallistuneilta henkilöiltä. Kyselylomake sisälsi avoimia kysymyksiä, monivalintakysymyksiä ja skaaloihin perustuvia kysymyksiä. Aineisto kerättiin tekemällä kysely yhtä aikaa kaikille osallistujille. Kyselyyn vastasi 11 henkilöä. Kehittämispäivillä mukana olleista neljä henkilöä ei vastannut kyselylomakkeen kysymyksiin, koska he eivät olleet vielä osallistuneet kertaakaan PA-vertaistukiryhmään. Näin ollen heillä ei vielä ollut kokemuksia PA-vertaistukiryhmästä. He olivat paikalla, koska heidän tarkoituksenaan oli aloittaa toiminta omilla paikkakunnillaan. Kyselylomakkeen saaneista henkilöistä kaikki palauttivat kyselyn. Kyselylomakkeeseen vastaaminen vei enimmillään aikaa 40 minuuttia.

Opinnäytetyön aineistonkeruun toisessa vaiheessa käytettiin tulevaisuusverstasmenetelmää, jonka avulla kerättiin kehittämisideoita PA-vertaistukiryhmiin. Tulevaisuusverstaas oli sopiva menetelmä tähän opinnäytetyöhön, koska siinä pohditaan ideoita koko joukon voimin. Tulevaisuusverstastyöskentelyyn osallistui verstaan ensimmäisessä ja toisessa vaiheessa 15 henkilöä. Tulevaisuusverstaan kolmanteen vaiheeseen osallistui 12 henkilöä. Kaikilla tulevaisuusverstaaseen osallistujilla ei ollut kokemuksia PA-vertaistukiryhmästä. He saivat etukäteen PA-ryhmäkansion ryhmäohjelmaan tutustuakseen. Näin he tarkastelivat käsiteltäviä asioita ryhmäohjelmasta käsin. Muut tarkastelivat asioita kokemuksesta sekä ryhmäohjelmasta käsin. Tulevaisuusverstastyöskentelyyn kului kokonaisuudessaan aikaa 4,5 tuntia. Kaikissa tulevaisuusverstastyöskentelyn vaiheissa syntyneet tuotokset valokuvattiin, ja työskentelyn aikana tehtiin muistiota tapahtumista, koska ne toimivat tutkimuksen dokumentteina.

Opinnäytetyön aineistonkeruu laajeni koskemaan myös mukailtua Learning cafe -työskentelyä. Learning cafe -työskentelyllä etsittiin kehittämisideoita PA-

vertaistukiryhmiin. Tähän ryhmätyöskentelyyn osallistui 11 henkilöä. Samoin kuin tulevaisuusverstastyöskentelyssä, tähän työskentelyyn osallistuneista kaikilla ei ollut kokemuksia PA-vertaistukiryhmästä. Learning cafe -työskentelyyn kului kokonaisuudessaan aikaa noin 3,5 tuntia. Siinä syntyneet tuotokset valokuvattiin ja niistä laadittiin myös muistio, jotka toimivat tutkimuksen dokumentteina.

8.2 Aineistonkeruumenetelmänä kyselylomake

Kyselytutkimuksen etuna on se, että sen avulla on mahdollista kerätä laaja tutkimusaineisto, tutkimukseen pystytään saamaan paljon henkilöitä ja voidaan kysyä useita asioita. Kyselymenetelmää voidaan pitää tehokkaana, koska se säästää tutkijan aikaa sekä vaivannäköä. (Hirsjärvi ym. 2004, 184.) Kyselylomaketta käyttämällä tässä opinnäytetyössä haluttiin varmistua siitä, että kaikilla PA-kehittämispäiville osallistuneilla ihmisillä on mahdollisuus osallistua tutkimukseen. Tässä tutkimuksessa esimerkiksi kaikkien halukkaiden haastattelu olisi ollut mahdotonta toteuttaa suuren analysointityömäärän vuoksi

Kyselytutkimukseen kuuluu myös heikkouksia. Aineistoa pidetään pintapuolisena ja tutkimuksia teoreettisesti vaatimattomina. Haittana pidetään muun muassa sitä, ettei ole selvää, kuinka onnistuneita laaditut vastausvaihtoehdot ovat olleet vastaajien näkökulmasta. Haittana on lisäksi se, että hyvän kyselylomakkeen tuottaminen vie aikaa ja vaatii tutkijalta monenlaisia tietoja sekä taitoja. (Hirsjärvi ym. 2004, 184.)

Kyselylomakkeen kysymykset on tässä opinnäytetyössä muotoiltu sekä avoimiksi kysymyksiksi, monivalintakysymyksiksi että skaaloihin perustuviksi kysymyksiksi. Avoimia kysymyksiä oli 12, monivalintakysymyksiä 11 ja skaaloihin perustuvia kysymyksiä yhdeksän kappaletta.

Avointen kysymysten etuna on, että vastaukset saattavat sisältää hyviä kehittämisideoita. Avointen kysymysten avulla voidaan saada selville myös vastaajan mielipide perusteellisesti. Avointen kysymysten huonona puolena saattaa olla vastausten ylimalkaisuus ja epätarkkuus sekä vastaamatta jättäminen tai vastaaminen asian vierestä. (Aaltola & Valli 2010, 126.) Strukturoitujen kysymysten etuna on, että ne tuottavat vastauksia, joita

on helpompi käsitellä. Strukturoituihin kysymyksiin vastaaminen on helpompaa, koska kysymykset auttavat vastaajaa tunnistamaan asian. Lisäksi ne tuottavat vähemmän kirjavia vastauksia. (Hirsjärvi ym. 2004, 190.)

Aineistoa pystytään keräämään tekemällä kysely samanaikaisesti isolle ryhmälle. Ihmistieteissä tätä on hyödynnetty silloin, kun kohderyhmä on yhdessä kokoontuneena johonkin. Tämän aineistonkeruumuodon yhtenä selkeänä etuna on se, että tutkijalla on paikalla ollessaan mahdollisuus tarkentaa kysymyksiä, mikäli hän huomaa, että vastaajat eivät ymmärrä kysymystä oikein tai jättävät täysin vastaamatta. Myös vastaajilla on mahdollisuus kysyä, jos he eivät ymmärrä jotakin. Tämän aineistonkeruutavan vastausprosentti on korkea ja kulut jäävät pienemmiksi kuin useimmissa muissa aineistonkeruumenetelmissä, koska useita vastaajia tavoitetaan kerralla. (Aaltola & Valli 2010, 108.)

Kyselylomakkeen laadinnalla ja kysymysten huolellisella suunnittelulla voidaan tehostaa tutkimuksen onnistumista. Onnistuneen kyselylomakkeen laatiminen vaatii tutkijalta monenlaisia huomioita. Kyselylomakkeen kysymysten tulisi olla muun muassa yksiselitteisiä ja mieluummin spesifisiä kuin yleisiä. On myös tärkeää huomioida, etteivät kysymykset ole liian pitkiä ja että vain yhtä asiaa kysytään kerrallaan. Kyselylomakkeen teossa tulee kiinnittää huomiota myös lomakkeen ulkoasuun ja siihen, että lomake näyttää helposti täytettävältä. (Hirsjärvi ym. 2004, 187 - 193.) Lisäksi käytetty kieli on erittäin tärkeässä osassa kyselyn onnistumisen kannalta. Esimerkiksi lomakkeen kysymykset on hyvä pyrkiä muotoilemaan kielellisesti oikein ja välttää vierasperäisten sanojen käyttöä. Kysymykset on myös hyvä pyrkiä muotoilemaan vastaajalle henkilökohtaiseen muotoon. (Aaltola & Valli 2010, 106.) Tämän tutkimuksen kyselylomakkeen laatimisessa on pyritty huomioimaan huolellinen suunnittelu ottaen huomioon sekä kysymysten muotoiluasiat että lomakkeen laadinnan vaatimukset.

8.3 Tutkimuksellinen kehittämistoiminta

Tutkimuksellisessa kehittämistoiminnassa käytännön ongelmat ja kysymykset ovat ohjaamassa tiedontuotantoa. Tietoa tuotetaan todellisissa toimintaympäristöissä ja tutkimukselliset menetelmät ja asetelmat toimivat tässä apuna. Tutkimuksellinen kehittä-

mistoiminta on tiedontuotantoa. Siinä kysymyksenasettelut tulevat esiin käytännön toiminnasta ja rakenteista. Ei siis voida enää puhua tutkimustiedon soveltamisesta, vaan uudenlaisesta tiedonmuodostuksen tavasta, jossa tutkimus toimii avustavassa roolissa. Tutkimuksellisessa kehittämistoiminnassa on tavoitteena saada aikaan konkreettinen muutos, mutta samalla pyrkimyksenä on tuottaa perusteltua tietoa. (Toikko & Rantanen 2009, 22-23.) Tässä opinnäytetyössä toteutettiin tutkimuksellista kehittämistoimintaa. Kehittämismenetelminä käytettiin tulevaisuusverstasmenetelmää ja Learning cafe -menetelmää soveltaen.

Kehittäminen nähdään useasti konkreettisena toimintana, jolla on tarkoitus saavuttaa jokin selkeästi määritelty tavoite. Kehittäminen tähtää muutokseen, jolla tavoitellaan jotakin tehokkaampaa tai parempaa kuin aikaisemmin käytetyt toimintatavat tai rakenteet. Lähtökohtana kehittämistoiminnassa saattavat olla nykyisen toiminnan ongelmat tai näky jostakin uudesta. Kehittämistoiminta on sosiaalinen prosessi, joka edellyttää ihmisten aktiivista vuorovaikutusta ja osallistumista. Lähtökohtana on, että ne ihmiset, joiden elämää kehittämistoiminta liittyy, toteuttavat kehittämistä. Kehittämistoiminnan onnistumisen kannalta käyttäjien ja toimijoiden osallistuminen on nähty olevan keskeinen tekijä. (Toikko & Rantanen 2009, 14–16, 89.)

8.3.1 Kehittämismenetelmänä tulevaisuusverstas

Tulevaisuusverstas on ryhmätyömenetelmä, jonka avulla nykyhetken ongelmien ja toiveiden pohjalta suunnitellaan ja toteutetaan tulevaisuutta. Tulevaisuusverstaan kehittäjänä on saksalainen Robert Jungk. Tulevaisuusverstaaseen sisältyy kolme vaihetta: ongelma- eli kritiikkivaihe, mielikuvavaihe sekä todellistamisvaihe. (Kiimamaa 2003.) Ongelma- eli kritiikkivaiheessa esitetään aiheeseen liittyvät ongelmat ja kritiikki sekä pahan olon tunteet. Toisessa vaiheessa eli mielikuvavaiheessa vastataan ensimmäisessä vaiheessa esitettyyn kritiikkiin omilla haaveilla, toiveilla, kuvitelmilla ja vaihtoehtoisilla ideoilla. Näistä valitaan kiinnostavimmat, joista aletaan työstää edelleen ratkaisuehdotuksia. Kolmannessa vaiheessa eli todellistamisvaiheessa ryhdytään arvioimaan kriittisesti aloitteiden toteuttamismahdollisuuksia tässä ja nyt. (Anttila 2005, 399-401.) Tulevaisuusverstaassa on mukana aina sekä menneisyys että tulevaisuus. Menetelmässä selvitetään suhde menneisyyteen ennen kuin mennään tulevaisuuteen. (Anunti & Vesikansa i.a.)

Tulevaisuusverstaaseen osallistujia pidetään oman alueensa tai ryhmänsä tilanteen asiantuntijoina, jotka ymmärtävät parhaiten kokonaistilanteen ja joiden mielipide on olennaisen tärkeä valittaessa toivotuinta tulevaisuudentilaa ja strategioita (Anttila 2005, 399-401). Tähän opinnäytetyöhön haluttiin ottaa mukaan vertaistukiryhmän toiminnan kehittämiseksi PA-ryhmiin osallistuneiden oman kokemuksen perusteella oleva asiantuntijuus. Tulevaisuusverstastyöskentelyssä kaikilla halukkailla PA-kehittämispäiviin osallistuneilla oli mahdollisuus tulla aidosti kuulluksi ja osallistua toiminnan kehittämiseen.

Tulevaisuusverstaassa tutkijan asema muistuttaa tilannetta esimerkiksi toimintatutkimuksessa. Tutkija toimii ulkopuolisena havainnoijana eikä ulkopuolelta tuotujen teorioiden tuojana, vaan tutkija toimii tilaisuudessa osallistujien esittämien ideoiden syventäjänä ja käsitteellistäjänä. Tulevaisuusverstaassa on toimintatutkimuksen strategiaa muistuttavia piirteitä. Siitä löytyvät toimintatutkimuksen keskeiset elementit: ryhmässä tapahtuva, spiraalimaisesti vuorotteleva suunnittelu, toiminta, havainnointi ja reflektointi. (Anttila 2005, 400.)

Tulevaisuusverstaan toteutuksen aloitin kirjoittamalla ensin otsikoksi taululle: ”PA-vertaistukiryhmä”. Tämän jälkeen toteutettiin tulevaisuusverstaan ensimmäinen, niin sanottu ongelma- eli kritiikkivaihe. Pyysin kaikkia osallistujia pohtimaan itsenäisesti PA-vertaistukiryhmän heikkouksia ja huonoja puolia, joista he haluavat päästä eroon. Osallistujat saivat kirjata niin monta mieleen tullutta ongelmaa kuin keksivät kirjaten ne ensin omalle muistilehtiölleen ja sen jälkeen käyden kirjoittamassa seinillä oleville fläppipapereille. Ongelmia kertyi yhteensä 32. Kävimme vielä yhteisesti läpi kaikki ongelmakohdat, jotta jokainen osallistuja ymmärsi varmasti niiden sisällön samalla tavalla. Samankaltaiset ongelmat yhdistettiin, ja jo tässä vaiheessa syntyneet ideat muutettiin ongelmiksi. Pyysin osallistujia jakamaan ääniä tärkeimpinä pitämilleen ongelmille. Jokainen osallistuja sai käytettäväkseen kolme ääntä, jotka hän sai antaa yhdelle tai useammalle ongelmalle. Äänet käytiin kirjaamassa fläppipapereille merkittyjen ongelmien perään. Äänestämisen jälkeen laskimme annetut äänet. Eniten ääniä saaneet ongelmat otettiin mukaan tulevaisuusverstaan seuraavaan vaiheeseen siten, että enemmän kuin yhden äänen saaneet ongelmat otettiin mukaan jatkotyöskentelyyn.

Siirryttäessä tulevaisuusverstaan toiseen vaiheeseen eli mielikuvavaiheeseen pyysin osallistujia pohtimaan vastauksia näihin keskeisiin ongelmiin, joita oli tässä vaiheessa

12 kappaletta sekä vastaamaan keskeisiin ongelmiin ideoimalla, haaveilemalla ja toivomalla mahdollittomaltakin tuntuvia asioita ongelman vastauksiksi. Tässä vaiheessa ei saanut vielä kuitenkaan kirjata keinoja, joilla ideat saavutetaan. Osallistujat saivat kirjoittaa taas ensin omaan muistilehtiöön mieleen tulleita asioita ja käydä kirjoittamassa ne sen jälkeen seinällä olleille fläppipapereille. Vastauksia kertyi yhteensä 46. Kävimme taas yhteisesti läpi kaikki vastaukset ja tarkensimme niitä, jotta jokainen ymmärsi asian sisällön. Jokainen osallistuja sai jälleen kolme ääntä käytettäväkseen ja äänestys tapahtui samaan tapaan, kuin ensimmäisessä vaiheessa. Äänestyksen jälkeen yhdistelimme jälleen samansisältöiset vastaukset yhteen ja laskimme annetut äänet. Ongelmat ja niihin liittyvät vastaukset, jotka olivat saaneet eniten ääniä, otettiin mukaan tulevaisuusverstaan seuraavaan vaiheeseen.

Tulevaisuusverstaan kolmanteen vaiheeseen eli todentamisivaiheeseen valittiin neljä eniten ääniä saanutta aloitetta tai ideaa, joita lähdettiin pohtimaan tarkemmin kolmen hengen ryhmissä. Ryhmät miettivät kukin yhtä aloitetta tai ideaa. Oliko se toteuttamiskelpoinen? Sitten he laativat suunnitelmia ja keinoja siitä, kuinka idea voitaisiin toteuttaa. Ryhmät tekivät toteutusehdotuksensa fläppipapereille ja esittelivät ne koko ryhmälle ryhmän kokoontuessa taas yhteen. Tämän jälkeen kävimme yhdessä avoimesti keskustellen läpi, mitkä ideoista olivat sellaisia, joita ryhmä haluaa lähteä käytännössä toteuttamaan. Näistä tehtiin pienimuotoinen toimintasuunnitelma, johon kirjattiin toteutukseen liittyvät toimenpiteet.

8.3.2 Kehittämismenetelmänä Learning cafe

Learning cafe on ryhmätyömenetelmä, jonka avulla etsitään ideoita ja kehitetään uutta. Sen perusajatuksena on, että työskennellään dialogisesti siten, että kaikki osallistujat voivat tuoda omia ajatuksiaan esille. Oleellista siinä on lisäksi ryhmissä yhdessä ideoiden tuottaminen reflektoiden ja ideoiden kehittäminen edelleen. Keskeisenä ajatuksena Learning cafe -menetelmässä onkin, että sen avulla pystytään jakamaan kokemuksia, luomaan uutta tietoa ja rakentamaan yhteistä näkemystä. Sen avulla saadaan suurikokoinenkin ryhmä toimimaan ja kehittämään ja kehittymään yhdessä. (Lahden ammattikorkeakoulu. Learning cafe i.a.) PA-kehittämispäivillä toteutetun Learning cafe -työskentelyn tarkoituksena oli kerätä aineistoa mahdollisista kehittämis ehdotuksista PA-ryhmäkansion sisällön parantamiseksi.

Learning cafe työskentelyssä etukäteen valittuihin aiheisiin haetaan ideoita ja mielipiteitä. Tilaisuuden vetäjä kertoo valitut aiheet ja antaa toimintaohjeet työskentelylle. Osallistujat jakaantuvat ryhmiin ja ryhmät asettuvat eri pöytiin. Jokaiselle pöydälle jaettuun isoon paperiin on kirjattu keskusteluaiheet. Pöydissä keskustellaan aiheista ja kirjataan ajatuksia papereihin. Kaikissa pöydissä on isäntä/emäntä, jonka tehtävänä on vauhdittaa keskustelua ja tehdä muistiinpanoja. Pöydittäin keskustellaan yhdessä sovittu aika ja tämän jälkeen pöytiä ja keskusteluaiheita vaihdetaan. Lopuksi kerätään syntyneet tuotokset pöydistä ja niiden pohjalta käydään yhteinen loppukeskustelu. (Jelli järjestötietopalvelu i.a.) Learning cafe -työskentely toteutettiin PA-kehittämispäivillä hieman muokailtuna niin, että pöydissä ei ollut isäntää tai emäntää vaan ryhmät työskentelivät itsenäisesti. Vetäjänä tässä työskentelyssä toimi hankekoordinaattori Sari Lehtonen. Aluksi hän ohjeisti ryhmää työskentelytavoista. Työskentelyn aiheiksi valittiin PA-ryhmäkansion teemojen otsikointi, vaitiolositoumuksen lukukortti, periaatteet sekä säännöt ja ryhmän ohjaajan puheenvuorot. Näin muodostui neljä eri pöytää omilla aiheillaan, joista alettiin käydä keskustelua. Osallistujilla oli mahdollisuus antaa jokaiseen aiheeseen ideoita ja näin osallistua kehittämistyöhön.

Työskentelyn aluksi osallistujat jakaantuivat neljään pienryhmään ja aloittivat työskentelyn eri pöydissä. Jokaisella osallistujalla oli mahdollisuus esittää ajatuksiaan ja ideoitaan kuhunkin aiheeseen. Muistiinpanovälineenä toimi fläppipaperi, johon ajatukset ja ideat kirjattiin. Työskentelyajaksi oli varattu 30 minuuttia yhtä pöytää kohden. Tämän jälkeen ryhmät vaihtoivat paikkaa seuraavaan pöytään ja seuraavan aiheen pariin. Fläppipaperi, johon muistiinpanot oli kirjattu, jätettiin paikalleen, jotta seuraava pienryhmä pystyi taas jatkamaan aiemman ryhmän ajatusten ja ideoiden työstämistä. Työskentely jatkui samalla tavalla, kunnes jokainen pienryhmä oli käynyt tekemässä muistiinpanot kaikista neljästä aiheesta.

Työskentelyn loputtua pöydissä kaikki ryhmät kokoontuivat yhteen. Pöydissä syntyneet tuotokset käytiin keskustelemalla läpi ja jokaisella oli vielä mahdollisuus kommentoida pöydissä syntyneitä tuotoksia. Lopuksi ajatuksista ja ideoista valittiin yhteisessä keskustelussa vetäjän johdolla ne ideat ja muutokset, jotka oli tarkoitus toteuttaa. Ryhmä työskenteli tässä vaiheessa avoimesti keskustellen ja toteutettavista ideoista päästiin helposti yksimielisyyteen. Vain muutaman idean osalta syntyi eriäviä mielipiteitä, mutta ne saa-

tiin keskustellen helposti ratkaistuksi. Kehittämisehdotusten pohjalta toteutettavaksi päätetyt muutokset kirjattiin muistioon.

8.4 Aineiston analyysi

Tutkimuksen ydinasiana voidaan pitää kerätyn aineiston analyysia, tulkintaa ja johtopäätösten tekoa (Hirsjärvi ym. 2004, 209). Sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä, jota voidaan käyttää laadullisessa tutkimuksessa. Sisällönanalyysillä voidaan analysoida dokumentteja objektiivisesti ja systemaattisesti. Se soveltuu hyvin strukturoimattoman aineiston analyysiin. Sisällönanalyysissä aineistosta pyritään saamaan tiiviissä ja yleisessä muodossa kuvaus tutkittavasta ilmiöstä sekä järjestämään aineisto tutkimuksen johtopäätösten tekoa varten. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91,103.) Tässä tutkimuksessa analysoinnin tarkoituksena on tiivistää tutkimukseen osallistuneiden kuvaukset kokemuksistaan ja PA-vertaistukiryhmän kehittämisideoista. Tämän tutkimuksen dokumenttina toimii kyselylomake, tulevaisuusverstasmenetelmällä sekä Learning cafe -menetelmällä tuotettu materiaali.

Sisällönanalyysi voidaan jaotella aineistolähtöiseen, teoriasidonnaiseen ja teorialähtöiseen analyysiin. Aineistolähtöisessä analyysissa tutkija pyrkii luomaan tutkimusaineistosta teoreettisen kokonaisuuden. Siinä tutkimusaineistosta rakennetaan analyysi tutkimuksen tarkoituksen ja tehtävänasettelun mukaisesti. Tutkijan aikaisemmat havainnot, tiedot ja teorialähtöiset tutkimukset eivät saa vaikuttaa analyysin toteuttamiseen tai lopputulokseen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 95.)

Tämän opinnäytetyön tutkimusaineisto käsiteltiin pääasiallisesti laadullisen tutkimuksen aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Kyselylomakkeen avoimet kysymykset ja kehittämismenetelmillä hankittu aineisto analysoitiin sisällönanalyysin avulla. Laadullista analyysia täydennettiin kyselylomakkeen monivalintakysymyksillä ja skaaloihin perustuvilla kysymyksillä, jotka tarkasteltiin tilastollisesti ja ilmoitettiin frekvensseinä eli lukumäärinä. Aloitin analyysin kokoamalla kerätyn tutkimusaineiston yhteen ja tarkastamalla sen. Luin kerätyn tutkimusaineiston huolellisesti ja havainnoin sen sisältöä kokonaiskuvan muodostamiseksi. Keräsin yhteen kuhunkin kysymykseen saadut vastaukset. Kirjoitin avointen kysymysten vastaukset puhtaaksi sanatarkasti. Jaoin vastaukset

kokemuksiin vertaistukiryhmien käytännön toimivuudesta, vertaistukiryhmän toiminnan sisällöstä, vertaistukiryhmistä saadusta tuesta ja vertaistukiryhmien kehittämisestä. Kirjasin tutkimusaineistosta myös suoria lainauksia opinnäytetyön tutkimuksen tuloksiin.

Opinnäytetyön kehittämismenetelmien aineiston analysointi aloitettiin jo yhtäaikaaisesti aineistonkeruun kanssa. Kehittämismenetelmiin osallistujat etsivät yhtäläisyyksiä tuotetusta aineistosta keskustellen tulevaisuusverstaan eri vaiheiden lopussa ja Learning cafeen päätteeksi. Kehittämismenetelmillä tuotettu aineisto tiivistettiin ja niistä haettiin olennainen tieto. Kehittämismenetelmien aikana valittiin tärkeimmiksi koetut kehittämisideat ja päädyttiin tekemään niihin liittyviä toimenpiteitä. Kehittämisideoiden ja toimenpiteiden valinta perustuivat osallistujien omaan tulkintaan ja kokemukseen. Tästä aineistosta pyrittiin saamaan tiivis ja selkeä sanallinen kuvaus.

9 KOKEMUKSET PA-VERTAISTUKIRYHMISTÄ

Kyselylomakkeen saivat täytettäväkseen 11 henkilöä, joista kaikki lomakkeet palautettiin täytettynä. Yksi kyselylomake jouduttiin hylkäämään tutkimuksesta puutteellisen vastaamisen vuoksi. Vastausprosentiksi tuli näin 90. Kyselylomakkeen vastaajista naisia oli kuusi ja miehiä neljä. Vastaajista viisi henkilöä oli osallistunut PA-ryhmän kokoontumisiin enemmän kuin 16 kertaa. Yksi vastaaja oli osallistunut kokoontumisiin 13 – 16 kertaa, kolme vastaajaa 9 – 12 kertaa ja yhden vastaajan osallistumisen määrä oli 5 – 8 kertaa. Kyselylomakkeeseen vastaajat olivat vastanneet kaikkiin monivalintakysymyksiin ja skaaloihin perustuviin kysymyksiin. Avoimista kysymyksistä osalta vastaajista puuttui joitakin vastauksia.

9.1 Kokemukset vertaistukiryhmien käytännön toimivuudesta

Kyselylomakkeella kerättiin kokemuksia PA-vertaistukiryhmien käytännön toimivuudesta. Vastauksia haettiin muun muassa kokoontumisten ajallisen keston, kokoontumisajankohdan ja kokoontumistilojen toimivuudesta. Lisäksi haluttiin selvittää PA-vertaistukiryhmien ilmapiiriin liittyviä asioita. (LIITE 1: kysymykset 4-9, 22-23, 25)

Tutkimuksessa haluttiin myös selvittää, mistä ryhmiin osallistuneet olivat saaneet tiedon PA-vertaistukiryhmästä. Kyselylomakkeeseen vastaajista viisi oli saanut tiedon A-killasta, kolme tukihenkilökoulutuksesta, yksi Omille jaloille -koordinaattorilta ja yksi vastaajista oli saanut tiedon ”kaverilta”.

Yhdeksän henkilöä eli lähes kaikki kyselylomakkeeseen vastanneista pitivät kokoontumiskerran ajallista kestoja sopivana. Yksi vastaajista piti aikaa liian pitkänä. Vastaaja perusteli kokemustaan jaksamiskysymyksellä. Eri paikkakuntien PA-ryhmien kokoontumiskerran pituus vaihteli siten, että vastanneista kahdeksan ilmoitti kokoontumiskerran pituudeksi kaksi tuntia. Yksi vastaaja ilmoitti kokoontumisen pituudeksi 1,5 tuntia ja yksi vastaaja 1-2 tuntia.

Myös ryhmien kokoontumisajankohdat vaihtelivat paikkakunnittain. Kyselylomakkeeseen vastanneista kahdeksan ilmaisi ryhmänsä kokoontuneen ilta-aikaan ja kaksi ilmaisi

ryhmänsä kokoontuneen päivääikaan. Kaikki kymmenen vastaajaa pitivät kokoontumisajankohtaa itselleen sopivana.

Vastaajilta kysyttiin, pitivätkö he tilaa, jossa ryhmä kokoontui hyvänä. Kyselylomakkeeseen vastanneista kahdeksan olivat sitä mieltä, että kokoontumistila oli hyvä. Vastaajista yksi oli sitä mieltä, että kokoontumistila ei ollut hyvä. Perusteluna tälle oli se, että kokoontumistilan lävitse kulki ylimääräisiä henkilöitä. Vastanneista yksi piti kokoontumistilaa hyvänä, mutta ilmaisi sieltä puuttuvan fläppitaulun.

Vertaistukiryhmän ilmapiiri koettiin erinomaiseksi. Puolet vastaajista oli täysin samaa mieltä ja neljä vastaajaa oli melko samaa mieltä siitä, että ilmapiiri ryhmässä oli erinomainen. Yksi vastaaja ei osannut sanoa mielipidettään. (TAULUKKO 1.) Vertaistukiryhmän ilmapiiri koettiin myös luottamukselliseksi. Täysin samaa mieltä siitä, että ryhmässä vallitsi luottamuksellinen ilmapiiri, oli viisi vastaajista ja melko samaa mieltä asiasta oli neljä vastaajaa. Yksi ei osannut sanoa mielipidettään ryhmän luottamuksellisesta ilmapiiristä. (TAULUKKO 2.)

TAULUKKO 1. Ryhmän ilmapiirin kokeminen erinomaiseksi

	Lukumäärä
Täysin samaa mieltä	5
Melko samaa mieltä	4
En osaa sanoa	1
Yhteensä	10

TAULUKKO 2. Ryhmän ilmapiirin luottamuksellisuus

	Lukumäärä
Täysin samaa mieltä	5
Melko samaa mieltä	4
En osaa sanoa	1
Yhteensä	10

9.2 Kokemukset vertaistukiryhmien toiminnan sisällöstä

Kyselylomakkeella oli pyrkimyksenä myös kerätä kokemuksia PA-vertaistukiryhmien toiminnan sisältöön liittyvistä asioista. Lomakkeella kysyttiin kokemuksia ryhmien asiapalavereista, käsiteltävistä teemoista, asiantuntijavierailijoista ja tutustumiskäyneistä. (LIITE 1: kysymykset 10 - 21)

Vastaajilta kysyttiin, pidettiinkö ryhmässä asiapalavereita ja kuinka tarpeelliseksi ne koettiin. Kuuden vastaajan ryhmissä asiapalavereita oli pidetty. Asiapalaverit koettiin tarpeellisiksi. Neljä vastaajaa koki asiapalaverit erittäin tarpeellisiksi ja kaksi vastaajaa melko tarpeellisiksi. Yksikään vastaaja ei ollut sitä mieltä, että asiapalaverit eivät olisi olleet tarpeellisia. Vastaajilta tiedusteltiin avoimella kysymyksellä, millaisia asioita ryhmän asiapalavereissa käsiteltiin. Asiapalavereissa käsiteltäviä asioita olivat olleet ryhmän käytännön asioista ryhmän ohjaajavuorojen jakaminen, budjetti, rahastonhoitajan valitseminen, aikataulut ja kokoontumispaikan vaihto. Asiapalavereissa käsiteltiin myös asiantuntijavierailijoihin, koulutuksiin ja teemoihin liittyviä asioita.

Kysyttäessä käsiteltiinkö ryhmän kokoontumisissa itselle tärkeitä teemoja, vastaajista yhdeksän oli sitä mieltä, että itselle tärkeitä teemoja käsiteltiin aina. Yksi vastaaja oli sitä mieltä, että itselle tärkeitä teemoja käsiteltiin kokoontumisissa joskus. Vastaajia pyydettiin mainitsemaan kymmenestä käsitellystä teemasta kolme itselleen tärkeintä teemaa. Teemat ”PA ja ihmissuhteet” sekä ”PA ja todellisuuden hyväksyminen sekä anteeksi anto” tulivat valituksi kuusi kertaa kolmen tärkeimmän teeman joukkoon. Yksikään vastaajista ei valinnut kolmen tärkeimmän teeman joukkoon teemoja ”PA ja elämä edullisemmaksi” sekä ”PA ja tulevaisuuden aarteet.” (TAULUKKO 3.)

TAULUKKO 3. Tärkeimmiksi koetut teemat

Teema	Lukumäärä
PA ja ihmissuhteet	6
PA ja todellisuuden hyväksyminen sekä anteeksi anto	6
PA ja velka sekä köyhyys haasteena	5
PA ja elämän arvot	4
PA ja miten käytän rahaa	3
PA ja minun tarinani	3
PA ja tunne-elämä sekä itsetunto	2
PA ja velkaantumisen kulku	1
PA ja elämä edullisemmaksi	0
PA ja tulevaisuuden aarteet.	0
Yhteensä	30

Enemmän olisi toivottu käsiteltävän teemoja ”PA ja miten käytän rahaa” (n=3), ”PA ja ihmissuhteet” (n=2), ”PA ja elämän arvot” (n=2) sekä ”PA ja minun tarinani” (n=2). Suurin osa vastaajista (n=7) ei olisi toivonut mitään teemoista käsiteltävän vähemmän. Yksittäisiä toiveita vähemmän käsiteltävistä teemoista oli ”minun tarinani”, ”elämä edullisemmaksi” ja ”velkaantumisen kulku”.

Tutkimuksessa pyydettiin vastaajia mainitsemaan teemoja tai asioita, joita ei käsitelty ryhmässä lainkaan. Kysymys oli avoin ja sen vastausprosentti oli 100. Vastaajista kuusi oli sitä mieltä, että itselle tärkeitä teemoja tai asioita, joita ei olisi käsitelty ryhmässä, ei ollut lainkaan. Yksittäiset tärkeiksi koetut teemat tai asiat, joita ei käsitelty lainkaan, koskivat vierailuja, hengellisiä asioita ja ennaltaehkäisevää tietoa.

*Sosiaalityöntekijän vierailu
Diakonin vierailu*

Ennalta ehkäisevää tietoa esimerkiksi epäselvistä ja harhauttavista sopimusten tekemisestä esim. osamaksuista ja puhelintilauksista

Vastaajilta kysyttiin, kävikö ryhmässä asiantuntijavierailijoita ja kuinka tarpeelliseksi ne koettiin. Kuusi vastaajaa ilmaisi, että ryhmässä oli käynyt asiantuntijavierailijoita. Asi-

asiantuntijavierailijoiden aiheina olivat olleet ”köyhyys ja elämän rikkaus kaikesta huolimatta” sekä ”ulosottomies”. Asiantuntijan vierailut koettiin tarpeellisina. Neljä vastaajaa oli täysin samaa mieltä siitä, että asiantuntijavierailijan käynti oli tarpeellinen ja kaksi vastaajaa oli asiasta melko samaa mieltä.

Vastaajista kolme oli tehnyt ryhmänsä kanssa tutustumiskäynnin tai -käyntejä. Tutustumiskäyntien kohteina olivat olleet kierrätyskeskus, pankki ja kaupungin velkaneuvoja. Kaksi vastaajista oli täysin samaa mieltä siitä, että tutustumiskäynnit olivat tarpeellisia ja yksi vastaaja oli asiasta melko samaa mieltä.

9.3 Kokemukset vertaistukiryhmistä saadusta tuesta

Kyselylomakkeen kysymyksillä 26 - 30 kerättiin osallistujilta kokemuksia saadusta tuesta ja ryhmän tarpeellisuudesta. Vastaajat pitivät ryhmää tarpeellisena. Viisi kyselyyn vastanneista oli täysin samaa mieltä siitä, että ryhmä oli hänelle erittäin tarpeellinen. Neljä vastaajaa oli melko samaa mieltä ryhmän tarpeellisuudesta itselleen ja yksi vastaaja ei osannut sanoa tähän mielipidettään.

Vastaajat kokivat saaneensa ryhmässä vertaistukea. Kuusi vastaajaa oli täysin samaa mieltä siitä, että sai ryhmässä vertaistukea ja neljä vastaajaa oli asiasta melko samaa mieltä. (TAULUKKO 4.)

TAULUKKO 4. Ryhmästä saatu vertaistuki

	Lukumäärä
Täysin samaa mieltä	6
Melko samaa mieltä	4
Yhteensä	10

Kysymys, millaista tukea vastaajat kokivat saaneensa ryhmässä, oli avoin ja kysymyksen vastausprosentti oli 80 prosenttia. Kyselyyn vastanneista viisi koki saaneensa elämäntilanteensa ymmärtämistä samankaltaisia asioita kokeneilta. Saatu tuki auttoi jakamaan tilanteessa ja itseymmärrystä. Vastanneista kaksi huomasi ryhmässä puhumisen auttavan omassa tilanteessaan. Ryhmässä koettiin myös kuulluksi tuleamista. Yksi vas-

taajista oli saanut ryhmästä kannustusta opiskeluun ja yksi vastaajista oli löytänyt ryhmän avulla uuden harrastuksen. Lisäksi yksi vastaaja oli saanut tukea ajatukseen ryhmän tarpeellisuudesta.

Elämäntilanteeni ymmärtämistä

Ettemme syyllistä itseämme sitten enää

Oli helpompi hyväksyä omia heikkouksia, ihminen kaikesta huolimatta

Korvia, jotka kuulevat

Seuraavaksi vastaajilta tiedusteltiin, ovatko he saaneet ryhmässä neuvoja ja vinkkejä arjen sujumiseen pienillä tuloilla sekä millaisia vinkkejä he ovat saaneet. Yhdeksän vastaajista ilmaisi saaneensa tällaisia neuvoja ja vinkkejä. Yksi vastaaja ei kokenut saaneensa neuvoja ja vinkkejä. Neuvoja ja vinkkejä oli saatu muun muassa ilmaisista tai halvoista harrastuksista, ruokaresepteistä, huonekaluista ja virkistysmahdollisuuksista. Tietoa oli saatu myös luennoista ja yhdistysten jäseneduista.

Harrastus, ruoan hankinta, uusia kirpputoripaikkoja, esim. nettikirppis.

Mistä saa halpoja vaatteita, ruokaa, huonekaluja, halpoja virkistysmahdollisuuksia.

Tampereella on kaksi ilmaista kuntosalia!

Kaikki kymmenen vastaajaa kokivat tulleen kuulluksi vertaistukiryhmässä. Seitsemän vastaajaa oli täysin samaa mieltä siitä, että pystyi keskustelemaan ryhmässä avoimesti. Melko samaa mieltä ryhmässä avoimeen keskusteluun pystymisestään oli kaksi vastaajaa ja yksi vastaaja ei osannut sanoa mielipidettään.

9.4 Vertaistukiryhmien kehittäminen

Yksi kyselylomakkeen kysymyksistä koski PA-vertaistukiryhmien kehittämistä. Tällä kysymyksellä haluttiin kerätä ideoita ryhmien kehittämiseksi. Kysymys oli jälleen avoin ja kysymyksen vastausprosentiksi muodostui 80 prosenttia. Vastaajien kehittämisideoista neljä koski PA-vertaistukiryhmien tunnetummaksi tekemistä. Neljä vastaajaa kehit-

täisi ryhmäkansion lukukortteja yhdistämällä ne yhdeksi lukukortiksi. Lisäksi yksittäisiä kehittämisideoita tuli esille ryhmien yhdenmukaistamiseksi ja toiminnallisuuden lisäämiseksi.

Markkinointiin suuri apu jos julkisesti kertoo ryhmistä esim. lehtijutulla.

Vain yksi lukukortti olisi hyvä. Asiat tärkeitä, pitäisi tiivistää.

Ryhmiä tulisi yhdenmukaistaa. Niillä pitäisi olla jokin yhteinen ydin, josta ne tunnistaa kaupungista riippumatta. Tiedottamista tulisi yhtenäistää ja lisätä.

Viimeiseksi kysyttiin haluavatko vastaajat kertoa jotakin muuta kokemuksistaan PA-vertaistukiryhmässä. Myös tämä kysymys oli avoin ja sen vastausprosentti oli 70 prosenttia. Tämän kysymyksen vastauksista viisi käsitteli vertaistukiryhmän tarpeellisuutta. Myös henkilökemian merkitys ja vaihtoehtoisen keskusteluaiheen ehdotus esiintyivät vastauksissa.

Todella tarpeellinen. Ainoa paikka jossa pystyn rehellisesti puhumaan köyhydestäni.

En oikein tiedä mitä kertoisin, mutta tärkeitä on jatkaa ryhmiä.

Kemialla (henkilö-) on turhan suuri merkitys. Eräs osallistuja kuiskutteli, ettei halua tulla, koska siellä käy eräs tietty henkilö (ei vetäjä)

Jutellaan muutakin järkevää, kun velka-aihe ei vedä. Hyvä.

10 KEHITTÄMISIDEOITA PA-VERTAISTUKIRYHMIIN

10.1 Tulevaisuusverstaan kehittämisideat

Tulokset muodostettiin tulevaisuusverstastyöskentelyllä edeten ongelmavaiheesta mielikuvavaiheeseen ja sen jälkeen todentamisivaiheeseen. Ongelmavaiheessa kerättiin tietoa nykyisistä PA-ryhmään liittyvistä ongelmista, joista haluttiin päästä eroon. Mielikuvavaiheessa osallistujat vastasivat ongelmavaiheessa eniten ääniä saaneisiin epäkohtiin unelmilla ja toiveilla. Todellistamisivaiheessa osallistujat pohtivat toiveiden ja unelmien toteuttamismahdollisuuksia ja keinoja niiden toteuttamiseksi. Näin saatiin tulokseksi kehittämisideoita, joita PA-kehittämispäiville osallistuneet halusivat käytännössä lähteä toteuttamaan.

Esitän seuraavissa neljässä taulukossa tulevaisuusverstastyöskentelyn eri vaiheissa eniten ääniä saaneet asiat, jotka valikoituivat verstastyöskentelyssä todellistamisivaiheeseen. Taulukkoon on koottu tulevaisuusverstaassa syntyneet, kuhunkin asiakokonaisuuteen liittyvä ongelma, unelmia/toiveita vastauksena ongelmiin, toimintasuunnitelma ongelmien poistamiseksi ja tavoiteltavia tuloksia.

Ongelma	Vähän osallistujia, ryhmän tunnettavuus (markkinointi)
Toivottu tai unelmoitu vastaus ongelmaan	<p>”Killan SUURIN vertaistoiminta (ryhmä)”</p> <p>”Valitettavasti vain 16 mahtuu ryhmään, tosi sorry.”</p> <p>”Jono ryhmän ovella.”</p> <p>”Olis sees 10 joka kerta.”</p> <p>”Valtakunnallisesti tunnettu ryhmä.”</p> <p>”Media paikalle.”</p> <p>”Kaikki köyhät, jotka ovat tilanteestaan ahdistuneita, hakeutuvat PA-ryhmään.”</p> <p>”PA-ryhmä jokaiselle tuttu.”</p> <p>”Koko kaupunki tietää ryhmästä.”</p> <p>”Sossu kertoo PA-ryhmästä.”</p> <p>”PA maailmanlaajuiseksi.”</p>
Toimintasuunnitelma ongelman poistamiseksi / vähentämiseksi	<ul style="list-style-type: none"> - Hankekoordinaattori laatii lehdistötiedotteen ja toimittaa sen sähköpostitse PA-ryhmien valituille yhteyshenkilöille. - Yhteyshenkilöt toimittavat tiedotteen paikallisiin lehtiin. - Hankekoordinaattori tekee paikkakuntakohtaiset PA-ilmoitukset ja toimittaa ne valituille yhteyshenkilöille. - Omille jaloille -toiminnan järjestöpäällikkö laatii yleisesitteen, joka on paikkakuntaan sitoutumaton.
Tavoiteltava tulos	Saada PA-ryhmä tunnetummaksi ja ryhmiin enemmän osallistujia.

Ongelma	Avautumisen pelko
Toivottu tai unelmoitu vastaus ongelmaan	<p>”Luottamuksen kasvaminen.”</p> <p>”Avoimuuteen rohkaiseminen ja kannustaminen -> positiivisen ilmapiirin luominen.”</p> <p>”Ei välitä, mitä muut ajattelevat.”</p> <p>”Täytyy jakaa vain 2 min. puheenvuorot.”</p>
Toimintasuunnitelma ongelman poistamiseksi / vähentämiseksi	<ul style="list-style-type: none"> - Asiapalavereissa aihe otetaan erityisteemaksi. (Ryhmät huolehtivat asiasta) - Lukukorttiin lisätään seuraava teksti: ”Jokaisella on oikeus puhua tai olla puhumatta, mutta puhuminen auttaa sinua eniten.” - Hankekordinaattori tekee sovitun lisäyksen lukukorttiin ja toimittaa ennen vuoden vaihdetta päivitetyn ryhmäkansion ryhmien yhteyshenkilöille.
Tavoiteltava tulos	Avautumisen pelon väheneminen

Ongelma	Velkaantumisen kieltäminen
Toivottu tai unelmoitu vastaus ongelmaan	<p>”Kilpailua kenellä eniten velkaa.”</p> <p>”Velkaantuminen on luonnollinen asia.”</p> <p>”Kukaan ei vähättele eikä kiellä omia talousongelmiaan.”</p> <p>”Kukin kokee oman velkaantumisen eri lailla.”</p>
Toimintasuunnitelma ongelman poistamiseksi / vähentämiseksi	<ul style="list-style-type: none"> - Tehdään asia avoimemmaksi ja näkyvämmäksi. - Jokaisella halukkaalla on mahdollisuus kirjoittaa oma tarinansa. - Omia tarinoita julkaistaan Omille jaloille nettisivuilla ja / tai PA-ryhmien käyttöön.
Tavoiteltava tulos	Velkaantumisen kieltäminen vähenee

Ongelma	Toisten tunteiden väheksyminen
Toivottu tai unelmoitu vastaus ongelmaan	”Kaikki puhuvat tunteista.” ”Ollaan samassa veneessä.” ”Empatia kukkii – lohdutus.” ”Tunteet peliin kaikilla rohkaisua.” ”Aktiivinen kuuntelu.”
Toimintasuunnitelma ongelman poistamiseksi / vähentämiseksi	- Aihe otetaan asiapalaveriin keskusteltavaksi. (Ryhmät huolehtivat asiasta) - Aiheeseen liittyviä lisäyksiä tehdään ryhmäkansion lukukortteihin. Hankekoordinaattori tekee sitten sovitut muutokset ryhmäkansion lukukortteihin.
Tavoiteltava tulos	Toisten tunteiden väheksyminen vähenee

10.2 Learning Cafeen kehittämisideat

Learning cafe -työskentelyllä kerättiin aineistoa PA-ryhmäkansion sisällön kehittämiseksi. Työskentelyn aiheiksi oli valittu PA-ryhmäkansion teemojen otsikointi, vaihtolositoumuslukukortti, periaatteet sekä säännöt ja ryhmän ohjaajan puheenvuorot. Seuraavaksi kuvaan Learning cafe -työskentelyllä saatuja tuloksia PA-ryhmäkansion kehittämiseksi.

Teemojen otsikointi: Osallistujat ideoivat joitakin muutoksia PA-ryhmäkansion teemojen otsikoihin. He päätyivät poistamaan kaikista otsikoista PA-lyhenteen. Kuusi otsikkoa päätettiin muutoin säilyttää entisellään. Nämä kuusi otsikkoa olivat: ”Minun tarinani”, ”Haasteena velka ja köyhyys”, ”Elämän arvot”, ”Ihmissuhteet”, ”Velkaantumisen kulku” ja ”Tulevaisuuden aarteet”. Otsikko ”Todellisuuden hyväksyminen ja anteeksianto” päätettiin eriyttää kahdeksi eri otsikoksi ja lisätä jälkimmäiseen anteeksi pyytäminen. Tästä otsikosta ideoitiin siis seuraavat otsikot: ”Todellisuuden hyväksyminen”

sekä ”Anteeksianto ja anteeksi pyytäminen”. Otsikko ”Tunne-elämä sekä itsetunto” päätettiin eriyttää omiksi otsikoikseen. ”Elämä edullisemmaksi” -otsikko säilyi ennallaan, mutta tekstiin haluttiin lisäyksenä teksti ”euronvenyttäjän kootut seikkailut”. Lisäksi ryhmäkansioon päätettiin lisätä kolme uutta teemaa, jotka otsikoitiin seuraavasti: ”Suhteeni rahaan”, ”Ongelmasta mahdollisuudeksi” ja ”Anna hyvän kiertää”. Teemojen otsikoiden edeltä päätettiin myös poistaa numerointi, jotta kukin ryhmä voisi vapaammin päättää kulloinkin käsiteltävästä teemasta.

Vaitiolositoumuslukukortti: Osallistujat päätyivät jättämään vaitiolositoumuslukukortin kokonaan pois ryhmäkansiosta. Vaitioloasia päätettiin sisällyttää ryhmän sääntöihin ja ryhmänohjaajan puheenvuoroihin. Lisäksi ideana syntyi, että ”vaitiolositoumus” sanaa ei enää käytettäisi, vaan se tuodaan esille sanalla ”luottamuksellisuus”. Asia tiivistetään ryhmänohjaajan puheenvuoroon lauseella: ”Kaikki minkä kuulet ja näet PA-ryhmässä, anna sen myös jäädä tänne (myös ulkopuolella käymäsi keskustelut), jotta keskinäinen luottamus säilyy.”

Periaatteet ja säännöt: Learning cafe -työskentelyyn osallistujat ideoivat, että periaatteet ja säännöt yhdistetään nykyisestä kahdesta lukukortista yhdeksi lukukortiksi. Vertaistukiryhmän yhdeksästä säännöstä päädyttiin muuttamaan kolmea sääntöä lyhentäen niitä ja tehden ne ymmärrettävämmäksi. Periaatteet taas päädyttiin muutoin pitämään ennallaan, mutta kolme periaatetta päätettiin yhdistää yhdeksi periaatteeksi. Näin vertaistukiryhmän periaatteita olisi jatkossa neljä aiemman kuuden periaatteen sijaan.

Ryhmän ohjaajan puheenvuorot: Learning cafeen osallistujat halusivat säilyttää ohjaajan puheenvuoroissa alkusanat, aikatauluasiaan liittyvän tekstin sekä puheenvuoroihin liittyvän tekstin entisellään. Taloustietokansiosta ja velkalinjan korteista mainitseminen päädyttiin poistamaan tekstistä, koska ne ovat esillä ryhmätilassa. Ryhmän ohjaajan puheenvuoroihin päädyttiin tekemään myös kolme lisäystä. Lisäykset koskivat vapautta puhua tai olla puhumatta, kokoontumisen kulkua sekä sitä, että ryhmässä käsitellään ainoastaan talous ja velka-asioita. Osallistujat keskustelivat myös siitä, että ryhmän ohjaaja voi käyttää lukukortteja tai puhua asiat vapaasti. Lukukortti toimii lähinnä apuna ohjaajalle, jolla ei ole vielä paljon kokemusta ryhmän ohjaajana toimimisesta. Kokeneemmalle ohjaajalle riittäisi muistilista ryhmälle kerrottavista asioista.

11 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa PA-ryhmien toimintaan osallistuneiden kokemuksia PA-vertaistukiryhmätoiminnasta. Tarkoituksena oli myös saada ryhmiin osallistuneilta tietoa ja ideoita, joiden avulla voitaisiin tämän hetkistä toimintaa kehittää. Kerätty aineisto vastasi opinnäytetyön tarkoitusta, vastauksia saatiin sekä osallistuneiden kokemuksiin liittyvään tutkimuskysymykseen että vertaistukiryhmän kehittämistä koskevaan tutkimuskysymykseen. Vastaajien mielipiteet olivat kokonaisuudessaan melko samansuuntaisia. Myöskään vastauksissa ei juurikaan ollut sukupuolten välisiä eroja.

Tutkimustuloksista käy ilmi, että vertaistukiryhmien kokoontumiskertojen ajallista kestoa ja kokoontumisajankohtaa on pidetty sopivana. Useimmiten kokoontumiskerran ajallinen kesto oli kaksi tuntia. Tutkimus osoitti, että kokoontumistiloja pidettiin pääosin hyvinä. Kokemuksena tuli esiin kuitenkin myös se, että tila ei ollut hyvä, koska sen lävitse kulki ylimääräisiä henkilöitä. Tulevaisuudessa kokoontumistiloja valitessa onkin varmasti hyödyllistä kiinnittää huomiota muun muassa kokoontumistilan sijaintiin tältä osin. Vertaistukiryhmiin osallistuneet kokivat myös ryhmän ilmapiirin hyväksi ja luotamukselliseksi.

Tutkimus osoittaa, että PA-vertaistukiryhmissä pidetyt asiapalaverit sekä ryhmien asiantuntijavierailijat koettiin tarpeellisina. Tutustumiskäyntejä oli tehnyt vain pieni osa vastaajista, mutta he kuitenkin kokivat ne tarpeellisina. Lähes kaikkien vastaajien mielestä ryhmissä käsiteltiin aina itselle tärkeitä teemoja. Yhtenä tärkeimpänä teemana tuli esiin muun muassa ”PA ja ihmissuhteet”. Rantala ja Tarkkala (2009,12) ovatkin kirjassaan todenneet, että velkaongelman painaessa mieltä tilanne heijastuu herkästi ihmissuhteisiin.

Vertaistukiryhmien merkityksestä on saatu paljon positiivisia kokemuksia yksilön elämänhallinnan vahvistajana. Vertaistukiryhmä mahdollistaa jäsenille tilaisuuden peilata, verrata ja suhteuttaa omaa elämäänsä, kokemuksiaan sekä tunteitaan muiden vastaavansiin tilanteisiin. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 34.) Myös tässä tutkimuksessa osallistuneet kokivat saaneensa vertaistukea, joka auttoi tilanteessa jaksamiseen ja itseymmärrykseen. Vertaistukiryhmätoiminta on avannut osallistujille turvallisen mah-

dollisuuden jakaa kokemuksiaan vertaistensa kanssa. Kaikki tutkimukseen osallistuneet kokivat, että heitä kuunneltiin ja lähes kaikki pystyivät myös keskustelemaan ryhmässä avoimesti. Lampela-Kivistön (2002) tutkimuksesta selviää, että ryhmän tärkeänä antina pidettiin juuri sitä, että pystyi puhumaan avoimesti omista asioistaan. Huuskonen (2011) mainitsee kirjoituksessaan, että vertaistuen kautta ryhmään osallistujat saavat tietoa ja käytännön vinkkejä omaan tilanteeseensa. Myös lähes kaikki tähän tutkimukseen osallistuneista olivat saaneet tiedollista tukea, neuvoja sekä vinkkejä arjen sujumiseen pienillä tuloilla. Tulokset osoittavat, että PA-vertaistukiryhmä on vaikuttanut positiivisesti osallistujien arjessa jaksamiseen. He ovat selkeästi kokeneet saaneensa tukea ryhmästä ja pitävät sen jatkumista tärkeänä. Jotkut osallistujat kokivat tuen merkityksen kuitenkin suuremmaksi kuin toiset. Aikaisemmin vertaistuellisista ryhmistä tehtyihin tutkimuksiin perehdyttyäni voin todeta niiden tulosten olleen samansuuntaisia kuin tässä tutkimuksessani. Aiempien ja oman tutkimukseni valossa voin todeta vertaistuen olevan merkityksellistä.

Tutkimukseen osallistuneilla oli mielestäni todella hyviä ja käyttökelpoisia ideoita PA-vertaistukiryhmien kehittämiseksi tulevaisuutta ajatellen. Tulevaisuusverstasmetodilla saatiin runsaasti tietoa PA-vertaistukiryhmän nykytilanteesta ja siihen liittyvistä tulevaisuuden toiveista. Tulevaisuusverstaan tulos osoittaa, että osallistujat haluaisivat saada PA-ryhmää tunnetummaksi ja ryhmiin enemmän osallistujia. Avautumisen pelko, velkaantumisen kieltäminen ja toisten tunteiden väheksyminen tulivat myös esille ongelmina, joiden poistamiseksi tai vähentämiseksi osallistujat halusivat tehdä toimintasuunnitelmia. Tulevaisuusverstas oli mielestäni hyödyllinen, koska sen avulla saatiin tehtyä toimintasuunnitelmia PA-vertaistukiryhmien kehittämiseksi. Erinomaisia aloitteita olivat mielestäni toimintasuunnitelma ryhmien tunnetummaksi tekemiseksi sekä mahdollisuus omien tarinoiden kirjoittamiseen ja julkaisuun. Samoin Learning cafe -työskentelyllä valittuihin aiheisiin saatiin runsaasti osallistujien ideoita ja mielipiteitä. Osallistujien ideoiden ja mielipiteiden perusteella kehitetään PA-ryhmäkansion sisältöä. Learning cafe -työskentelyssä huomasin osallistuneiden innostuvan kehittämisestä yhteisellä keskustelulla. Kuten Toikko & Rantanen (2009, 14) kirjassaan toteavat, kehittämistoiminta on sosiaalinen prosessi, joka edellyttää ihmisten aktiivista vuorovaikutusta ja osallistumista. Juuri tällaista sosiaalista kehittämistoimintaa sain huomata toteutuvan osallistujien Learning cafe -työskentelyssä. Uskon myös saavutettujen muutosten

tehneen toimintamalleista aikaisempaa parempia ja sellaisia, joista osallistujat pääsevät hyötymään.

Pohdin opinnäytetyötä tehdessäni sen soveltamismahdollisuuksia seurakunnan työssä. Uskon seurakunnalla olevan hyvät mahdollisuudet järjestää vertaistukitoimintaa ja toivoisin seurakunnan tarjoavan taloudellisissa vaikeuksissa eläville asiakkailleen tällaista toimintaa. Opinnäytetyön tuloksia ja PA-vertaistukiryhmän ryhmäkansiota voisi mielestäni hyödyntää diakoniatyössä, jossa pyritään tukemaan talous- ja velkavaikeuksissa eläviä ihmisiä. Vertaistukiryhmä on erinomainen tukemisen väline, jota kannattaa käyttää hyödyksi. Kirkkohallituksen lausunto tukee myös vertaistukiryhmien tarpeellisuutta. Sen mukaan elämän palautuminen ennalleen pitkäaikaisen käsittelemättömän kriisin jälkeen ei onnistu pelkästään velkaongelman ratkettua. Mikäli tavoitteena on, että velallinen pääsee mahdollisimman nopeasti takaisin yhteiskunnan aktiiviseksi toimijaksi, tulisi myös olla mahdollisuus käydä läpi kokemuksia ja tunteita. Vertaistukiryhmät ja ylivelkaantuneiden kuuleminen asiantuntijoina ovat tärkeitä askeleita voimaantumiseen yhteiskunnan aktiiviseksi jäseneksi. (Kirkkohallitus 2004.)

Usein taloudellisiin vaikeuksiin joutuneet tai velkaantuneet ihmiset kääntyvät seurakunnan diakoniatyön puoleen. Diakoniatyöntekijöiden kautta nämä ihmiset saisivat myös hyvin tietoa toimivista PA-ryhmistä. Turussa 19.10.2012 järjestetyssä teemapäivässä muun muassa diakoniatyöntekijä kertoi seurakunnan tekävän yhteistyötä eri toimijoiden kanssa. Hän myös mainosti tilaisuudessa Turussa toimivaa PA-ryhmää.

Opinnäytetyöni aihe on hyvin ajankohtainen. Itse työn tekeminen on ollut erittäin mielenkiintoista, vaikkakin se osoittautui myös pitkäksi ja ajoittain raskaaksi prosessiksi. Aiheen mielenkiintoisuus auttoi opinnäytetyön etenemisessä silloin, kun aikaa ja terveyttä ei tuntunut olevan riittävästi opinnäytetyön tekemiseen. Haastavaksi opinnäytetyön tekemisessä muodostui alkuperäisen suunnitelman muuttuminen työn edetessä. Alkuperäisenä ajatuksena oli kerätä aineisto haastatteluilla ja osallistuvalla havainnoinnilla. Suunnitelman muuttumisen jälkeen työssäni oli vaihe, jossa työ ei tuntunut lainkaan edistyvän.

Opinnäytetyön tekemisen aikana olen perehtynyt talous- ja velkaongelmien problematiikkaan sekä vertaistukiryhmätoimintaan ja saanut näistä runsaasti tietoa. Talous- ja

velkaongelmista saamani tieto on varmasti tärkeää tulevaisuuden työssäni ja kohdatesani näiden ongelmien kanssa kamppailevia ihmisiä. Tulevaisuusverstaas- ja Learning cafe -työskentely olivat mielestäni antoisia. Iloitsen näistä saamistani kokemuksista ja uskon niistä olevan hyötyä myös tulevaisuuden työssäni. Uskon opinnäytetyön tekemisen kasvattaneen myös kykyäni itsenäiseen ja vastuulliseen työhön kykenevään työskentelyyn. Jatkotutkimuksen aiheeksi esitän tutkimusta siitä, millaisia vaikutuksia nyt tehdyillä kehittämissuunnitelmilla ja muutoksilla on kokemuksiin PA-vertaistukiryhmistä. Kaiken kaikkiaan olen tyytyväinen opinnäytetyöhöni ja siihen, että PA-kehittämisspäiville osallistuneet saivat ilmaista mielipiteitään ja ideoitaan PA-ryhmien kehittämiseksi. Olen mielissäni ja innoissani siitä, että PA-ryhmät lähtivät, varsin hyvin käytiin eripuolilla Suomea. Näin opinnäytetyöni loppusuoralla iloitsen vielä hankekoordinaattori Sari Lehtoselta saamastani tiedosta, että uusi PA-ryhmä aloittaa toimintansa tammikuussa 2013 Kirkkonummella. Suuri kiitos tämän opinnäytetyöni valmistumisesta kuuluu kaikille tutkimukseen osallistuneille sekä Omille jaloille – toiminnan työntekijöille. Kaikkein suurimmat kiitokset ansaitsee perheeni, joka pitkämisyydellään mahdollisti opinnäytetyöni valmistumisen.

12 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Tutkimuksen luotettavuuteen liittyvistä kysymyksistä on olemassa erilaisia käsityksiä laadullisen tutkimuksen piirissä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 134). Tutkimuksessa on pyrkimyksenä aina välttää virheiden syntymistä. Siitä huolimatta tulosten luotettavuus sekä pätevyys vaihtelevat. Tästä syystä kaikissa tutkimuksissa pyritään arvioimaan luotettavuutta. Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta parantaa tutkijan tarkka selostus tutkimuksen kaikista vaiheista. Tutkijalta vaaditaan tarkkuutta myös tulosten tulkinnassa. (Hirsjärvi ym. 2004, 216 - 218.) Olen pyrkinyt kuvaamaan tarkasti kaikki tutkimuksen vaiheet ja tulkitsemaan tuloksia tarkasti. Luotettavuuteen saattaa tässä tutkimuksessa vaikuttaa tulevaisuusverstaan jälkeen ilmennyt ylimääräisten äänten käyttö tulevaisuusverstaan äänestysvaiheessa. Äänestysvaiheessa jokaisella oli siis kolme ääntä käytössään ja osallistujia oli 15 henkilöä. Kokonaisäänimäärän olisi tällöin pitänyt olla 45, mutta myöhemmin suoritettu yhteenlasku osoitti, että annettuja ääniä löytyi kuitenkin yhteensä 52 kappaletta. Ylimääräisten äänten vaikutuksia todentamisvaiheessa äänimäärän perusteella valittuihin aiheisiin on mahdotonta jälkikäteen arvioida. Saattaa kuitenkin olla, että ilman ylimääräisiä ääniä jokin toinen aihe olisi tullut valituksi.

”Ammattikorkeakoulututkimuksen tulee olla tavoitteiltaan moraalisesti oikein, tulosten tieteellisesti totta ja seurausten käytäntöä hyödyttäviä” (Kainulainen 2004, 74). Opin näytetyötä tehdessä on tärkeää, että eettiset näkökohdat huomioidaan riittävästi ja oikein. Tutkimuksen aiheen valinta on jo eettinen ratkaisu. Tulee miettiä, kenen ehdoilla aihe valitaan ja miksi tutkimukseen ryhdytään. Myös tutkimuksen kohteena olevien henkilöiden kohteluun tulee kiinnittää huomiota kaikessa ihmiseen kohdistuvassa tutkimustyössä. Tutkimuksen kohdistuessa ihmisiin on selvitettävä, kuinka henkilöiden suostumus osallistumiseen saadaan, millaista tietoa tutkittaville annetaan ja sisältykö tutkimukseen osallistumiseen riskejä. Tutkimustyössä vältetään lisäksi epärehellisyyttä kaikissa sen osavaiheissa. Toisten kirjoittajien tekstiä ei saa suoraan kopioida ja tekstiä lainattaessa tulee huomioida asianmukaiset lähdemerkinnät. Tutkimuksen raportointi ei tule myöskään olla harhaanjohtavaa tai puutteellista. (Hirsjärvi ym. 2004, 26 – 28.)

Aito kiinnostukseni talous- ja velkavaikeuksissa elävien ihmisten tukemisesta vertaistutkimuksen avulla vaikutti aiheeni valintaan. Tutkimuksen toteuttamiseen on haettu ja

saatu lupa Takuu-Säätiöltä (Liite 2.). Olen koko opinnäytetyönprosessin ajan pyrkinyt siihen, että opinnäytetyö toteutuu luotettavasti ja huolellisesti. Olen huolehtinut myös siitä, että raportoin opinnäytetyöni eri vaiheet yksityiskohtaisesti. Olen pitänyt huolta tutkittavien tietosuojasta ja informoinut tutkimukseen osallistuvia henkilöitä opinnäytetyöstä ja sen tavoitteista. Tutkimusaineistoa olen käsitellyt ja säilyttänyt turvallisesti.

LÄHTEET

- Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.) 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Anttila, Pirkko 2005. Ilmaisuu, teos, tekeminen ja tutkiva toiminta. Hamina: Akatiimi Oy.
- Anunti, Päivi & Vesikansa, Sari i.a. Ohjeita tulevaisuusverstaiden pitämiseen. Hesari Nuorten Ääni –kampanja. Helsinki: Helsingin nuorisosiain keskus.
- Gothóni, Raili 2006. Velat anteeksi? –akordirahastotoimintamallin arviointitutkimus. Suomen ev.lut.kirkon kirkkohallituksen julkaisuja 2006:1. Helsinki: Kirkkohallitus.
- Gothóni, Raili; Saarela, Tiina & Sukula-Ruusunen, Kirsi 2005. Johdanto. Teoksessa Kaaos kukkarossa ja mielessä: Moniammatillinen auttaminen. Helsinki: Opas-projekti.
- Heikkilä, Matti; Karjalainen, Jouko & Malkavaara, Mikko (toim.) 2000. Kirkonkirjat köyhyydestä. Kirkkopalvelujen julkaisuja N:O 5. Helsinki: Kirkkopalvelut.
- Heiskanen, Tuula & Hiisijärvi, Seija 2003. Vertaisryhmä ja sen ohjaaminen. Viitattu 10.9.2012. <http://www.ela.fi/akatemia/ryhmienohjaaminen.php>
- Helsingin Sanomat 2011. Pikavippi voi pilata nuoren elämän. Viitattu 8.9.2012. <http://www.hs.fi/paakirjoitus/artikkeli/Pikavippi+voi+pilata+nuoren+el%C3%A4m%C3%A4n/1135267058122>
- Hiilamo, Heikki; Kangas, Olli; Manderbacka, Kristiina; Mattila-Wiro, Päivi; Niemelä, Mikko & Vuorenkoski, Lauri 2010. Hyvinvoinnin turvaamisen rajat; näköaloja talouskriisin ja hyvinvoinnin kehitykseen. Helsinki: Kelan tutkimusosasto.

- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2004. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Huuskonen, Päivi 2011. Vertaistuki - "en olekaan ainut". Viitattu 20.2.2012. <http://www.sosiaaliporssi.fi/fi-FI/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/vertaistuki/>
- Hyväri, Susanna 2005. Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa Marianne Nylund & Anne Birgitta Yeung (toim.) Vapaaehtoistoiminta: anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 214 – 235.
- Jantunen, Eila 2008. Osalliseksi tuleminen – masentuneiden vertaistukea jäsentävä substansiivinen teoria. Diakonia-ammattikoulun julkaisuja A Tutkimuksia 18. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Jelli järjestötietopalvelu i.a. Tiedonhankintaan ja toiminnansuunnitteluun sopivat menetelmät. Viitattu 1.10.2012. <http://www.jelli.fi/osallisuus/osallisuuden-tyokalupakki/tiedonhankinta-ja-toiminnansuunnittelumenetelmät/>
- Jerkku, Teija & Smeds, Janine 2005. Luottoyhteiskunnan haasteet. Teoksessa Raili Gothóni, Tiina Saarela & Kirsi Sukkula-Ruusunen (toim.) Kaaos kukkarossa ja mielessä: Moniammatillinen auttaminen. Helsinki: Opas-projekti, 11 – 18.
- Juntunen, Elina; Grönlund, Henrietta & Hiilamo, Heikki 2006. Viimeisellä luukulla: Tutkimus viimesijaisen sosiaaliturvan aukoista ja diakoniatyön kohdentumisesta. Helsinki: Kirkkohallitus.
- Jyrkämä, Oili 2010. Vertaistukiryhmä käyntiin! Teoksessa Tanja Laatikainen (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: Asumispalvelusäätiö ASPA, 25 – 49.
- Kaartnen, Risto & Lähteenmaa, Jaana 2006. Miten ja mihin nuoret käyttävät pikavippejä ja muita kulutusluottoja? Kauppa- ja teollisuusministeriö rahoitetut tutkimukset 10/2006. Helsinki: Edita.
- Kainulainen, Sakari 2004. Oikein, totta ja hyödyllistä. Teoksessa Hannu Kotila & Arto Mutanen. Tutkiva ja kehittävä ammattikorkeakoulu. Helsinki: Edita, 68 – 77.

- Kekkonen, Erja 2006. Pieksämäen Kaski-projektin vertaistukiryhmän arviot. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Pieksämäen yksikkö. Opinnäytetyö. Viitattu 20.2.2012.
http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Pieksamaki2006/kekkonenerja.pdf
- Kirkkohallitus 2004. Kirkkohallituksen lausunto oikeusministeriön asettaman velkahallintatyöryhmän laatimasta velkahallintaohjelmasta. Viitattu 20.2.2012.
 Ylivoimaisia velkatilanteita soviteltava. Lausunto oikeusministeriön asettaman velkahallintatyöryhmän laatimasta velkahallintaohjelmasta.
- Kehätieto i.a. Takuu-Säätiö hallitsee herkkiä prosesseja vahvalla tietojärjestelmällä. Viitattu 26.1.2012. <http://www.kehatieto.fi/artikkeli/takuu-s%C3%A4%C3%A4ti%C3%B6-hallitsee-herkki%C3%A4-prosesseja-vahvalla-tietoj%C3%A4rjestelm%C3%A4ll%C3%A4>
- Kiimamaa, Jouni 2003. Tulevaisuusverstaas – ongelmia, ideoita ja toteutuksensuunnitelmia yhdessä. Viitattu 15.9.2012.
<http://terra.oulu.fi/psms/julkaisut/NTA2003/Tulevaisuusverstaas.pdf>
- Kotimaa 2012. Alkuvuodesta miljoona maksuhäiriömerkintää. Viitattu 15.9.2012.
<http://www.kotimaa24.fi/uutiset/kotimaa/8641-alkuvuodesta-miljoona-maksuhairiomerkinata>
- Laatikainen, Tanja (toim.) 2010. Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: Asumispalvelusäätiö ASPA.
- Lahden ammattikorkeakoulu. Learning cafe i.a. Viitattu 1.10.2012.
<http://www.lpt.fi/tykes/pages/methods.php?MCID=203>
- Laimio, Anne & Karnell, Sonja 2010. Vertaistoiminta – kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Tanja Laatikainen (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: Asumispalvelusäätiö ASPA, 9 – 19.
- Lampela-Kivistö, Liisa 2002. Kaskesta uusi kasvu, Velkaisten miesten kuntoutumishjelma –kehitysprojektin loppuraportti. Helsinki: Miessakit ry.

- Malkavaara, Mikko 2002. Sodasta laman kynnykselle, Köyhyys ja diakonia hyvinvointivaltiota rakennettaessa. Teoksessa Virpi Mäkinen (toim.) Lasaruksesta leipäjonoihin: Köyhyys kirkon kysymyksenä. Jyväskylä: Atena Kustannus Oy, 221 – 260.
- Muttilainen, Vesa 2002. Luottoyhteiskunta. Kotitalouksien velkaongelmat ja niiden hallinnan muodonmuutos luottojen säännöstelystä velkojen järjestelyyn 1980- ja 1990-luvun Suomessa. Helsinki: Oikeuspoliittinen tutkimuslaitos.
- Mykkänen-Hänninen, Riitta & Kääriäinen, Aino 2009. Vertaisuus ja vertaistuki eroauttamisessa. Helsinki: Lastensuojelun Keskusliitto/Neuvo-projekti.
- Nylund, Marianne 1997. Oma-apuryhmät vapaaehtoisuuden ja julkisen välimaastossa. Oma-aputoiminnan valtakunnallinen kehittämisselvitys 1994-96. Helsinki: Kansalaisareena ry.
- Nylund, Marianne 2000. Varieties of Mutual Support and Voluntary Action – A Study of Finnish Self-Help Groups and Volunteers. Helsinki: The Finnish Federation for Social Welfare and Health.
- Nylund, Marianne 2005. Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa Marianne Nylund & Anne Birgitta Yeung (toim.) Vapaaehtoistoiminta: anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 195 – 213.
- Peura-Kapanen, Liisa; Raijas, Anu & Lehtinen, Anna-Riitta 2010. Velkatunneli. Takuu-Säätiön asiakkaiden selviytymiskokemuksia. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus & Takuu-Säätiö.
- Rantala, Kati & Tarkkala, Heta 2009. Kotitalouksien velkaonelmien nykytila ja kehitys. Helsinki: Oikeuspoliittisen tutkimuslaitos.
- Seurakuntalainen 2012. Yhteisvastuu 2012 tukee ylivelkaantuneita. Viitattu 10.9.2012. http://www.seurakuntalainen.fi/uutiset/ulkomaat/2167/yhteisvastuu_2012_tukee_ylivelkaantuneita
- Siitonen, Juha & Robinson, Heljä 2001. Pohdintaa voimaantumisesta. Viitattu 15.11.2012. <http://www.voimaantuvasuomi.org/sirob.pdf>

Suomen asiakastieto. Maksuhäiriötilastot 2012. Viitattu 17.2.2012.

<http://www.asiakastieto.fi/asiakastieto/tilastot/maksuhairiot/index.jsp>

Suomen asiakastieto 2012a. Viitattu 8.11.2012.

http://www.asiakastieto.fi/pdf/rekisterimerkinnat/maksuhairiotilastot_tammi_syys.pdf

Takuu-Säätiö. Omille jaloille 2012. Viitattu 26.1.2012. <http://www.takuusaatio.fi/omille-jaloille/>

Toikko, Timo & Rantanen, Teemu 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. Tampere: Tampere University Press.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Valkoniemi, Ismo 2004. Seinätön vankila: velkavankeudesta toivon näkyymiin. Helsinki: Sininauhaliitto.

Viherkoski, Erja 2012. Diakoni. Asiantuntijapuheenvuoro 19.10.2012. Turun ja Kaarin seurakuntayhtymän teemapäivä Kun rahat ei riitä.

Vilkka, Hanna 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Wilska-Seemer, Kati 2005. Voimaantuminen vammaisten naisten vertaisryhmissä. Teoksessa Nylund, Marianne & Yeung, Anne Birgitta (toim.) Vapaaehtoistoiminta: anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino. 255 – 273.

Vuorinen, Marja 2002. Meidän ryhmä – hyvä juttu: kokemuksia ja tuloksia oma-aputoiminnasta. Helsinki: Mielenterveyden keskusliitto.

Yle uutiset 2012. Pikavipit sotkevat nuorten taloutta. Viitattu 8.9.2012. http://yle.fi/uutiset/pikavipit_sotkevat_nuorten_taloutta/6147644

LIITTEET

Liite 1: Kyselylomake

KYSELYLOMAKE PA-VERTAISTUKIRYHMÄÄN OSALLISTUNEILLE

1. Mikä on sukupuolesi? 1. Nainen 2. Mies

2. Mistä sait tiedon PA-vertaistukiryhmästä?

3. Kuinka monta kertaa olet osallistunut PA-ryhmän kokoontumiseen?

1. 1 – 4 kertaa
2. 5 – 8 kertaa
3. 9 – 12 kertaa
4. 13 – 16 kertaa
5. enemmän, kuin 16 kertaa

4. Mikä oli PA-ryhmäsi yhden kokoontumiskerran pituus? _____ tuntia.

5. Oliko yhden kokoontumiskerran ajallinen kesto mielestäsi sopiva?

1. Kyllä
2. Ei
3. En osaa sanoa

Jos vastasit ei, kuinka pitkän keston olisit halunnut? Perustele vastauksesi.

6. Mikä oli ryhmäsi kokoontumisajankohta? (Viikontäpäivä ja kellonaika)

7. Oliko ryhmäsi kokoontumisajankohta mielestäsi sopiva?

1. Kyllä

2. Ei

Jos vastasit ei, kerro miksi ei ollut

8. Oliko tila, jossa ryhmäsi kokoontui mielestäsi hyvä?

1. Kyllä

2. Ei

Jos vastasit ei, kerro miksi ei ollut

9. Miten puheenvuorot ryhmässäsi jaettiin?

1. Kiertävä puheenvuoro

2. Vapaamuotoinen puheenvuoro

3. ”Keskusteluryhmä”

4. Jokin muu tapa, mikä?

10. Pidettiinkö ryhmässäsi asiapalavereita? (Asiapalaveri, jossa keskusteltiin tehtävien jaosta ja toiminnan suunnittelusta)

1. Kyllä

2. Ei

11. Jos ryhmässäsi pidettiin asiapalavereita, kuinka tarpeellisiksi koit ne?

1. Ei lainkaan tarpeellinen

2. Ei kovin tarpeellinen

3. En osaa sanoa

4. Melko tarpeellinen

5. Erittäin tarpeellinen

12. Millaisia asioita ryhmäsi asiapalaverissa käsiteltiin?

13. Käsiteltiinkö ryhmän kokoontumisissa sinulle tärkeitä teemoja?

1. Aina
2. Joskus
3. Ei koskaan

14. Mitkä ryhmässä käsitellyistä teemoista koit itsellesi tärkeimpinä? Mainitse kolme tärkeintä. (Teemat kirjoitettuna erilliselle paperille)

15. Mitä teemoja olisit toivonut ryhmän kokoontumisissa käsiteltävän enemmän?

16. Mitä teemoja olisit toivonut ryhmän kokoontumisessa käsiteltävän vähemmän?

17. Mainitse joku tai joitakin sinulle tärkeitä teemoja/asioita, joita ei käsitelty ryhmässä lainkaan

18. Kävikö ryhmässäsi asiantuntijavierailija tai -vierailijoita?

1. Kyllä

Asiantuntijavierailijan aihe/aiheet:

2. Ei

19. Koin, että asiantuntijavierailijan käynti tai käynnit olivat tarpeellisia

1. Täysin eri mieltä

2. Melko eri mieltä

3. En osaa sanoa

4. Melko samaa mieltä

5. Täysin samaa mieltä

20. Tekikö ryhmäsi tutustumiskäynnin tai käyntejä?

1. Kyllä

Tutustumiskäynnin kohde/kohteet:

2. Ei

21. Koin, että tutustumiskäynti tai -käynnit olivat tarpeellisia

1. Täysin ei mieltä

2. Melko eri mieltä

3. En osaa sanoa

4. Melko samaa mieltä

5. Täysin samaa mieltä

22. Koin ryhmäni ilmapiirin erinomaiseksi

1. Täysin ei mieltä

2. Melko eri mieltä

3. En osaa sanoa

4. Melko samaa mieltä

5. Täysin samaa mieltä

23. Koin, että ryhmässäni vallitsi luottamuksellinen ilmapiiri

1. Täysin ei mieltä
2. Melko eri mieltä
3. En osaa sanoa
4. Melko samaa mieltä
5. Täysin samaa mieltä

24. Pystyin keskustelemaan ryhmässäni avoimesti

1. Täysin ei mieltä
2. Melko eri mieltä
3. En osaa sanoa
4. Melko samaa mieltä
5. Täysin samaa mieltä

25. Koin, että minua kuunneltiin ryhmässäni

1. Täysin ei mieltä
2. Melko eri mieltä
3. En osaa sanoa
4. Melko samaa mieltä
5. Täysin samaa mieltä

26. Ryhmä oli minulle erittäin tarpeellinen

1. Täysin ei mieltä
2. Melko eri mieltä
3. En osaa sanoa
4. Melko samaa mieltä
5. Täysin samaa mieltä

27. Sain ryhmässä vertaistukea

1. Täysin ei mieltä
2. Melko eri mieltä
3. En osaa sanoa
4. Melko samaa mieltä
5. Täysin samaa mieltä

28. Millaista tukea koet saaneesi ryhmässä?

29. Jos et ole saanut tukea ryhmässä, mistä arvelet sen johtuvan?

30. Oletko saanut ryhmässä neuvoja ja vinkkejä arjen sujumiseen pienillä tuloilla?

1. Kyllä

Millaisia:

2. En

31. Mitä ideoita sinulla on PA-ryhmien kehittämiseksi?

32. Haluatko kertoa vielä jotakin muuta kokemuksistasi PA-vertaistukiryhmässä, mitä?

Kiitos vastauksistasi!

LIITE 2: Tutkimuslupapyyntö

Jukka Heinonen
Takuu-Säätiö
Asemamiehenkatu 4
00520 Helsinki

2.4.2012

Anne Vaalanti

TUTKIMUSLUPAPYYNTÖ

Opiskelen Järvenpään Diakonia-ammattikorkeakoulussa diakonisen sosiaalityön koulutusohjelmassa. Anon tutkimuslupaa opinnäytetyötäni varten. Opinnäytetyöhön liittyen pyydän lupaa saada suorittaa havainnointia Turun PA-vertaistukiryhmässä sekä lupaa tehdä haastattelututkimus PA-vertaistukiryhmiin osallistuneille. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää PA-ryhmien toimintaan osallistuneiden kokemuksia vertaistukiryhmätoiminnasta. Tavoitteena on myös saada ryhmiin osallistuneilta tietoa ja ideoita, joiden avulla PA-ryhmien toimintaa voitaisiin edelleen kehittää.

Keräämääni aineistoa käsittelen ehdottoman luottamuksellisesti ja käytän aineistoa ainoastaan opinnäytetyön tekemiseen. Haastatteluun sekä havainnointiin osallistuvilta tulen pyytämään myös erillisen suostumuksen tutkimukseen osallistumisesta.

Turussa 2.4.2012

Aika ja paikka




Anne Vaalanti

Myönnän tutkimusluvan yllä olevan tutkimuspyynnön mukaisesti

Helsinki 16.4.2012

Aika ja paikka



Jukka Heinonen

LIITTEET

Tutkimussuunnitelma