



Minna Aalto

Keinot nuorten aikuisten osallisuuden tukemiseen ja syrjäytymisen ehkäisyyn tuetussa asumisessa

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Toimintaterapia

Toimintaterapeutti

Opinnäytetyö

11.10.2021

Tekijä	Minna Aalto
Otsikko	Keinot nuorten aikuisten osallisuuden tukemiseen ja syrjäytymisen ehkäisyyn tuetussa asumisessa
Sivumäärä	27 sivua + 4 liitettä
Aika	11.10.2021
Tutkinto	Toimintaterapeutti
Tutkinto-ohjelma	Toimintaterapia
Ohjaajat	Lehtori Jari Pihlava Lehtori Eveliina Holmberg
<p>Tämä opinnäytetyö on tehty yhteistyössä Niemikotisäätiön ja Myllypadon asumiskuntoutusyksikön kanssa, jossa on viime vuosina noussut haasteeksi, kuinka tukea nuorten mielenterveyskuntoutujien osallisuutta ja ehkäistä syrjäytymistä. Työn teoria osuudessa on käsitelty sitä, millaiset mielenterveyden haasteet voivat olla eristäytyneisyyden taustalla ja miksi.</p> <p>Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tietoa toimivista keinoista ja tavoista Niemikotisäätiön Myllypadon asumiskuntoutusyksikön nuorten aikuisten osallisuuden tukemisessa ja syrjäytymisen ehkäisemisessä. Työn tarkoituksena oli kuvata millaisia käytäntöjä ja keinoja on jo olemassa ja tuoda esiin työyhteisön ja palvelunkäyttäjien mahdollisia kehittämissideoita.</p> <p>Opinnäytetyön aineistonkeruumenetelmänä on käytetty ryhmämuotoisia teemahaastatteluja. Tutkimuksessa on haastateltu palvelunkäyttäjät ja henkilökunta omina ryhminään. Palvelunkäyttäjistä haastatteluun osallistui kolme ja henkilökunnasta seitsemän. Aineiston analysointi menetelmänä on tässä opinnäytetyössä käytetty aineistolähtöistä sisällönanalyysiä.</p> <p>Tuloksien mukaan on nähtävissä, että kaikenlainen aiemmin järjestetty yhteinen tekeminen ja ryhmätoiminta on tukenut palvelunkäyttäjien osallisuutta ja sitä toivottaisiin enemmän. Tuloksista kävi myös ilmi, että palvelunkäyttäjät toivoisivat enemmän yksilöllisiä tapaamisia. Tuloksien mukaan myös henkilökunnan lisäkoulutus, koskien tietämystä talon ulkopuolisista nuorille suunnatuista palveluista olisi tarpeellinen, sekä käytäntöjen parantaminen palvelunkäyttäjien henkilökohtaisten tavoitteiden hyödyntämisessä.</p> <p>Opinnäytetyöstä voi olla apua tulevien palveluiden suunnittelussa ja kehittämisessä ja Myllypadon asumiskuntoutusyksikössä olisi hyvä jatkossa pyrkiä osallistamaan suunnitteluun myös ne palvelunkäyttäjät, jotka eivät tähän tutkimukseen osallistuneet.</p>	
Avainsanat	Osallisuus, mielenterveys, syrjäytyminen, asumiskuntoutus

Author	Minna Aalto
Title	Practices of how to support involvement and prevent social exclusion of young adults in housing services
Number of Pages	27 pages + 4 appendices
Date	11 October 2021
Degree	Occupational therapy
Degree Programme	Occupational therapy
Instructors	Jari Pihlava, Lecturer Eveliina Holmgren, Lecturer
<p>This thesis is made in collaboration with Niemikoti Foundation and housing service Myllypato, where in the last few years it has become a challenge of how to support young mental health rehabilitants to be involved, and how to avoid social exclusion. In the theoretical part of this work, mental health challenges that might be behind social exclusion, and also the reasons why, are addressed.</p> <p>The aim of the thesis was to produce knowledge about practical resources and customs in Niemikoti Foundation and Myllypato and determine how to support involvement and avoid social exclusion. The purpose of this work is to describe what the practices and resources used at the moment are, and bring out possible development ideas for the work community and the users of the service.</p> <p>Data collection method of this thesis was group interviews. In this study, the interviewees were separated to their own groups: staff and users of the service. There were three users of the services, and seven members of staff. Data analysis method in this thesis was material-based content analysis.</p> <p>In the results, it was seen that all the previous joint and group activities that were arranged, supported the involvement of the users of the services and they also hoped for more of that kind of activities. The results also suggested that the users of the services hoped for more individual appointments. The results also address the need to further educate the staff, concerning the acknowledgement of young adult services outside the Niemikoti Foundation. There also seems to be need for the improvement of practices when using the personal goals of the users of the services as a tool.</p> <p>This thesis could be useful for planning and developing future services. A good idea for the future in Myllypato housing service could be to try to involve more the users of the services, who were not involved in this study.</p>	
Keywords	involvement, mental health, social exclusion, housing services

Sisällys

1	Johdanto	5
2	Teoreettiset lähtökohdat	6
2.1	Toiminta ja toiminnallinen oikeus	6
2.2	Osallisuus	8
2.3	Syrjäytyminen	8
3	Mielenterveyden haasteet	9
4	Opinnäytetyön tavoite, tarkoitus ja tutkimuskysymykset	12
5	Niemikotisäätiö	12
5.1	Toipumisorientaatio	13
5.2	Tuettu asuminen	13
5.3	Myllypadon asumiskuntoutusyksikkö	14
6	Aineisto ja menetelmät	15
6.1	Opinnäytetyön lähtökohdat	15
6.2	Aineiston hankinta	16
6.3	Ryhmähaastattelut	17
6.4	Aineiston analysointi	17
7	Eettisyys ja luotettavuus	18
7.1	Eettisyys	18
7.2	Luotettavuus	20
8	Tulokset	20
9	Pohdinta	24
9.1	Tulosten tarkastelu ja hyödynnettävyys	25
9.2	Ammatillinen kasvu	26
	Lähteet	28

Liitteet

- Liite 1. Saatekirje ja tutkimussuostumus palvelunkäyttäjille
- Liite 2. Saatekirje ja tutkimussuostumus henkilökunnalle
- Liite 3. Haastattelukysymykset palvelunkäyttäjille
- Liite 4. Haastattelukysymykset henkilökunnalle

1 Johdanto

Osallisuudella on vahva yhteys hyvinvointiin ja kokemus osallisuudesta parantaa hyvinvoinnin lisäksi myös uskoa tulevaisuuteen ja omiin mahdollisuuksiin sekä turvallisuutta. Osallisuus on henkilökohtainen kokemus ja on tärkeää, että jokainen saa elää omannäköistä elämää. Jokaisella täytyy olla mahdollisuus vaikuttaa siihen mihin toimintaan ja palveluun osallistuu sekä mahdollisuus kuulua yhteisöihin ja itselleen tärkeisiin ryhmiin. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos, 2021.) Yksinäisyys, syrjäytyneisyys ja eristäytyneisyys voivat johtaa mielenterveysongelmiin tai ne voivat päinvastoin olla seuraus mielenterveysongelmista. Yhteiskunnallinen haaste on löytää keinoja nuorten ikäluokkien syrjäytymisen ehkäisemiseksi. (Paananen & Surakka & Kainulainen & Ristikari & Gissler 2019.)

Opinnäytetyön yhteistyötahona on toiminut Niemikotisäätiö, joka tekee työtä helsinkiläisten mielenterveyskuntoutujien hyväksi järjestämällä tuettua asumista sekä päivä-, työ- ja virkistystoimintaa. Niemikotisäätiön Myllypadon asumiskuntoutusyksikössä on selvästi viimevuosina noussut haasteeksi löytää keinoja nuorten palvelunkäyttäjien osallisuuden tukemiseen ja syrjäytymisen ehkäisemiseen. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tietoa toimivista keinoista ja tavoista Niemikotisäätiön Myllypadon asumiskuntoutusyksikön nuorten aikuisten osallisuuden tukemisessa ja syrjäytymisen ehkäisemisessä. Työn tarkoituksena on kuvata millaisia käytäntöjä ja keinoja on jo olemassa ja tuoda esiin työyhteisön ja palvelunkäyttäjien mahdollisia kehittämideoita.

Opinnäytetyö on toteutettu laadullisena tutkimuksena ja aineisto on kerätty ryhmämuotoisilla teemahaastattelulla haastatteleamalla Niemikotisäätiön Myllypadon asumiskuntoutusyksikön henkilökuntaa ja palvelunkäyttäjiä. Kerätty aineisto on analysoitu aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.

Tässä opinnäytetyössä on käytetty käsitteitä palvelunkäyttäjä ja nuori aikuinen. Palvelunkäyttäjällä tarkoitetaan Niemikotisäätiön asumiskuntoutusyksikössä asuvaa mielenterveyskuntoutujaa. Nuorella aikuisella tarkoitetaan tässä opinnäytetyössä alle 40-vuotiaasta palvelunkäyttäjää.

2 Teoreettiset lähtökohdat

Opinnäytetyössä tiedonhakuun olen käyttänyt luotettavia tietokantoja, kuten Finnaa sekä tietoverkkoa rajatusti ja lähdekriittisesti. Lähteenä opinnäytetyössä olen käyttänyt myös ajantasaista kirjallisuutta. Tiedonhaussa olen käyttänyt hakusanoina muun muassa ”osallisuus”, ”syrjäytyminen”, ”syrjäytyneisyys”, ”yksinäisyys”, ”syrjäytyminen ja mielenterveysongelmat” ja ”toiminnan merkitys” sekä ”tuettu asuminen.” Englanninkielisinä hakusanoina olen käyttänyt muun muassa ”Occupation”, ”Occupational justice”, ”Recovery”, Tiedonhausta olen rajannut pois AMK-opinnäytetyöt ja pyrkinyt käyttämään enintään kymmenen vuotta vanhoja tietolähteitä, jotta tieto olisi ajantasaista.

2.1 Toiminta ja toiminnallinen oikeus

Toiminta on ihmisen perustarve, siinä missä ravinto ja unikin ja se on vuosituhansien aikaisen lajikehityksen seuraus. Evoluutio on ollut täynnä jatkuvia ja edistyksellisiä toiminnan muutoksia, jotka ovat mahdollistaneet ihmisen selviytymisen, mutta myös viihdyttäneet, stimuloineet ja innostaneet tai vaihtoehtoisesti tylsistyttäneet ja aiheuttaneet stressiä. Ihmisellä on luontainen tarve suurimman osan ajastaan harjoittaa määrätietoisesti toimintaa, vaikka se ei olisi välttämätöntäkään. Näihin toimintoihin lukeutuvat ne toiminnat, jotka koetaan velvollisuudeksi sekä ne, joita halutaan tehdä. Toiminta on tärkeä sosiaalisen sitoutumisen keino ja se muokkaa perheitä, yhteisöjä ja kansakuntia. (Wilcock & Hocking 2015, 89.)

Toiminnallisen oikeuden kontekstissa toiminta on määritelty optimaalisen hyvinvoinnin kulmakiveksi perustuen kokemuksiin, joita on saatu vuosisatojen aikana, sekä yksilöettä yhteiskunnallisella tasolla. Toiminnallisella epäoikeudenmukaisuudella on vakavia seurauksia niin yksilö, yhteisö kuin kansallisestakin näkökulmasta. (Wilcock & Hocking 2015, 392.)

Toiminnallisen oikeudenmukaisuuden pyrkimys ei ole se, että saisimme kaikki kaiken haluamamme, vaan se, että estetään sen osalta jatkuva puute ja häiriöt, joilla on vaikutus ihmisten hyvinvointiin. Oikeudenmukaisuutta on pyrkiä tasapuolisuuteen ja yhteiskuntaluokkien välisten erojen minimoimiseen. Tämä tarkoittaa palveluiden, työpaikkojen, koulutuksien, asumisen ja terveydenhuollon tasapuolista jakautumista, sekä sitä että panostamme yhteisvastuullisesti yhteiskunnan ja ympäristön hyvinvointiin mm.

maksamalla veroja. Oikeudenmukaisuus, tasapuolisuus ja vaikutusmahdollisuudet eivät edellytä sitä, että kaikki pystyisivät tekemään samoja asioita, vaan sitä että erilaisuudessaamme tunnustetaan ihmisten yhtäläinen arvo, ihmisarvo ja toiminnallinen tarve, huolimatta siitä millaiset kyvyt, tietotaito ja kokemus meillä on. Kaikilla tulisi olla yhtäläinen oikeus osallistua, kehittyä ja kuulua johonkin. (Wilcock & Hocking 2015, 397-401.)

Toiminnan tarpeen määrä ja toiminnan suuntautuminen ovat yksilöllisiä ja niiden taustalla on yksilöllisen motivaation lisäksi ihmistä ympäröivät tekijät. Omien arvojensa ja muiden yksilöllisten ja ympäristötekijöiden mukaan yksilö valitsee ne toiminnot, joihin haluaa osallistua. Motivaation synnyttäjinä voi olla kulttuurilliset taustat ja yhteiskunnalliset odotukset, sekä omat mielenkiinnonkohteet, intohimot ja tarpeet. Toimintaan sitoutumiseen vaikuttavat samat tekijät, kuten se että toiminnalla on yksilöllinen tai ympäristöllinen merkitys. (Kielhofner 2008, 24-31.)

Meillä on myös tarve olla tuotteliaita. Työ ja opiskelu saatetaan kokea velvollisuudeksi, mutta sen kautta ihminen saa kokemuksen tarpeellisuuden tunteesta yhteiskunnassa, yhteenkuuluvuudesta ja se täyttää meidän sosiaalisia tarpeitamme. Toimeentulo on siis lopulta harvoin ainoa motivaatio opiskelulle ja työnteolle. Työn sekä opiskelun lisäksi tarvitsemme myös mielekästä vapaa-ajan tekemistä, usein jotain luovaa, joka ruokkii mielihyväastejamme. (Kielhofner 2008, 101-109.)

Toiset saavat mielihyvä kokemuksia liikkumisesta, toiset taas tekevät mielellään asioita käsillään. Ympäristöllä on vahva merkitys näihin kokemuksiin, missä ja kenen kanssa toimimme. Yksilöllistä on se, millainen ympäristö kenellekin on hyvä. Toisinaan tarvitsemme aikaa yksin itsellemme ja ajatuksillemme, tämän lisäksi meillä on myös tarve kuulua johonkin (Kielhofner 2008, 85-100.)

Ihmisen inhimillisiin tarpeisiin kuuluu myös tarve sosiaalisille kontakteille ja vuorovaikutukselle. Vuorovaikutus poistaa yksinäisyyttä ja sen monesti aiheuttamaa passiivisuutta sekä antaa kokemuksen yhteenkuuluvuudesta. Elämänhallinnan näkökulmasta toiminnalla on suuri merkitys, sen kautta ihminen kokee kyvykkyyden ja itsenäisyyden tunteita sekä tuntee itsensä merkitykselliseksi. (Hiltunen & Vuorinen 2017.)

Riippuen toiminnasta käymme keskustelua itsemme kanssa tai jaamme kokemuksia ryhmänä. Meillä on myös tarve saada muiden palautetta ja hyväksyntää, kokemus siitä,

että olemme tarpeellisia. Toiminnan avulla kehitymme ja se ylläpitää terveyttämme. Mielenterveyden näkökulmasta merkityksellisyyden ja pystyvyyden kokemukset ovat eheyttäviä ja se tunne, ettemme ole riippuvaisia muista, emme ole kuitenkaan yksin, emmekä tarpeettomia. (Scaffa & Reitz & Pizzi 2010, 329-349.)

2.2 Osallisuus

Osallisuudella on vahva yhteys hyvinvointiin ja kokemus osallisuudesta parantaa hyvinvoinnin lisäksi myös uskoa tulevaisuuteen ja omiin mahdollisuuksiin sekä turvallisuutta. Osallisuus on henkilökohtainen kokemus ja on tärkeää, että jokainen saa elää omannäköistä elämää. Jokaisella täytyy olla mahdollisuus vaikuttaa siihen mihin toimintaan ja palveluun osallistuu sekä mahdollisuus kuulua yhteisöihin ja itselleen tärkeisiin ryhmiin. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos, 2021.)

YK:n ihmisoikeuksien julistus (1948) sekä Suomen perustuslaki (1999/731) toteaa, että kaikilla on oikeus lepoon, työhön, vapaa-aikaan, opetukseen ja yhteisön sivistyselämään. Osallisuuden kokemus vähentää psyykkistä kuormittuneisuutta, yksinäisyyttä, eriarvoisuutta, syrjintää ja syrjäytymistä (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos, 2021).

Osallisuuden tukemisessa ensisijaisen tärkeää on ihmisen osallisuus omassa elämässään, se että elämä on omannäköistä ja yksilöllä on mahdollisuus itse tehdä omat valintansa omien arvojensa mukaan. Osallisuuden tukemisessa tärkeää on löytää ne, jotka ovat jääneet yksin ja tukea heitä mukaan toimintaan ja osallistumiseen. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos, 2021.)

Palveluun tai toimintaan osallistumisen tulee olla omaehtoista ja sitä tukee se, että ihminen tulee kuulluksi ja nähdyksi yksilönä ja hänet kohdataan kunnioittaen, ilman luokittelua. Osallisuutta tukee se, että henkilö pääsee itse osallistumaan toiminnan tai palvelun kehittämiseen. Tärkeää osallisuuden kokemuksessa on myös arvostuksen ja kiitoksen saaminen. Ihminen, joka suhtautuu myönteisesti mahdollisuuksiin, on motivoituneempi ja tarttuu niihin rohkeammin. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos, 2021.)

2.3 Syrjäytyminen

Edesmennyt runoilija Tommy Taberman kirjoitti. ”Ihminen tarvitsee ihmistä ollakseen ihminen ihmiselle, ollakseen itse ihminen.” Luontainen tarve kohdatuksi tulemiselle ja

yhteenkuuluvuudelle on meillä kaikilla, se kuinka paljon on riittävästi, on yksilöllistä. Toistensa kohtaamisen lisäksi ihmiset tarvitsevat osallisuutta ja toimintaa (Mielenterveyden keskusliitto 2021).

Tässä opinnäytetyössä syrjäytymisen termillä tarkoitetaan ulkopuoliseksi jäämistä yhteiskunnallisista tekijöistä, kuten työ, opiskelu ja harrastukset, sekä yleistä osallistumattomuutta ja sivuun jäämistä. Lisäksi työssä syrjäytyminen liitetään sosiaalisten suhteiden karsiutumiseen ja kotoa poistumisen ongelmiin. Syrjäytymisen taustalla voi olla monenlaisia tekijöitä, niin yhteiskunnallisia, kuin perhe- ja yksilötekijöitä (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2018). Mielenterveysongelmat aiheuttavat usein syrjäytymistä, eristäytyneisyys saattaa kehittyä pikkuhiljaa huomaamatta. (Aaltonen 2015).

3 Mielenterveyden haasteet

Positiivinen mielenterveys on hyvinvoinnin ja terveyden kannalta tärkeä voimavara. Positiivinen mielenterveys on toimintakyvyn tärkeä elementti, kun ihminen on mieleltään hyvinvoiva, on hänen helpompi kohdata myös vastoinkäymisiä sekä olla toiveikas. Positiivista mielenterveyttä tukee ihmisen mahdollisuus vaikuttaa itse omaan elämäänsä ja se, että ihmisellä on tyydytystä tuottavia sosiaalisia suhteita. (Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2021.)

Mielenterveyden haasteet voivat muuttaa ihmistä ja muiden suhtautuminen sairastuneeseen voi olla vaikeaa. Mielenterveysongelmiin liittyy paljon ennakkoluuloja, joka voi vaikuttaa sairastuneen itsetuntoon ja lisätä stressiä, jonka seurauksena eristäytyminen tuntuu turvallisemmalta vaihtoehdolta. (Aaltonen 2015.) Arkea ja päivittäisiä toimintoja haittaavia ja eristäytyneisyyttä aiheuttavia mielenterveysongelmia on laaja kirjo, joista tässä kappaleessa on nostettu esiin Myllypadon asumiskuntoutusyksikössä nuorten kohdalla yleisimmät.

Masennus

Masennuksella tarkoitetaan pitkittynyttä alavireisyyttä ja näköalattomuutta. Kiinnostuksen ja mielihyvän tunteet ovat kadonneet. Masentunut kokee usein itsensä jatkuvasti väsyneeksi ja hänellä on univaikeuksia. Omakeuva on usein negatiivinen. Masentunut

kärsii usein myös totaalaisesta ruokahaluttomuudesta, tai päinvastoin ruokahalu on kohonnut. Näköalattomuuden vuoksi voi syntyä usein myös itsetuhoisia ajatuksia. (Käypä hoito 2020.)

Masennukselle altistaa niin perinnölliset tekijät, kuin kehityksen myötä tulleet tekijät ja traumaattiset kokemukset tai menetykset. Masennuksen hoidossa käytetään lääkehoidon lisäksi mm. psykoterapiaa. Myös muut kuntouttavat hoitomuodot ovat tärkeässä roolissa. Masennuksesta toipuminen on usein hidasta ja sen uusiutumisen riski on suuri. (Käypä hoito 2020.)

Sosiaalisten tilanteiden pelko

Sosiaalisten tilanteiden pelosta kärsivä henkilö kokee ahdistusta vieraiden ihmisten kohtaamisissa tai heidän edessään tarkkailun kohteeksi joutumisessa. Sosiaalisten tilanteiden pelko aiheuttaa ahdistuksen lisäksi usein myös fyysisiä oireita, kuten käsien vapina ja sydämen tiheälyöntisyys. Koska oireet ovat kokijalleen erittäin epämiellyttäviä ja niistä kärsivä henkilö pelkää muiden pitävän häntä jotenkin hulluna, alkaa hän usein tietoisesti välttelemään tilanteita ja kohtaamisia. (Huttunen 2018.)

Sosiaalisten tilanteiden pelolle altistavia tekijöitä on selitetty perintötekijöillä, synnyntäisellä temperamentilla, kuin myös kehityksen myötä tulleilla piirteillä. Etenkin täydellisyyteen pyrkivät kärsivät enemmän itseensä kohdistuvan arvostelun pelosta. Päivittäistä elämää haittaavan ja toimintakykyä rajoittavan sosiaalisten tilanteiden pelkoon on saatavilla apua mm. psykoterapialla, lääkehoidolla sekä altistushoidolla. Sen hallitseminen on haasteellista ja vaatii usein pitkäjänteistä ponnistelua. (Huttunen 2018.)

Paniikkihäiriö

Paniikkihäiriöksi kutsutaan tilaa, jossa henkilö saa toistuvia paniikkikohtauksia ja kokee jatkuvasti huolta niiden uusiutumisesta. Paniikkikohtaukset ovat vaikeita ja toistuvia ahdistuskohtauksia, jotka laukeavat yleensä äkillisesti, ovat usein rajuja ja niihin liittyy paljon fyysisiä oireita. Kohtausta kuvataan alkukantaisella reaktiollamme, pakenemistilanteessa, jossa autoniminen hermosto aktivoituu äärimilleen. Paniikkihäiriössä henkilö usein alkaa välttelemään tilanteita, joissa uskoo kohtauksen laukeavan. Tällöin paniikkihäiriö haittaa arkea ja sen seurauksena elinpiiri kapenee. (Huttunen 2018.)

Paniikkihäiriön synnyn syitä on monia, osittain tuntemattomiakin, mutta on osoitettu, että perinnöllisillä tekijöillä ja stressillä on sille altistava vaikutus. Myös traumaattiset kokemukset voivat toimia laukaisijana. Joissain tapauksissa syynä saattaa olla myös elimelliset syyt, kuten kilpirauhasen toiminnan häiriöt sekä muutamat muut elimelliset sairaudet, jotka on hyvä poissulkea. Paniikkihäiriön hoidossa käytetään tiettyjä masennuslääkkeitä ja rauhoittavia lääkkeitä, mutta myös lääkkeettömillä kuntouttavilla toimilla on erittäin suuri merkitys. Kuntouttavia psykoterapia on tärkeä hoitomuoto, jolla pyritään pääsemään eroon välttämiskäytöksestä. (Huttunen 2018.)

Skitsofrenia ja skitsoaffektiivinen häiriö

Skitsofrenia on yleensä varhaisessa aikuisiässä alkava vakava mielenterveyden häiriö, johon sairastuu Suomessa yksi prosentti väestöstä. Skitsofrenian oireet voidaan jakaa positiivisiin ja negatiivisiin oireisiin. Positiivisiin oireisiin kuuluu aistiharhat ja harhaluulot, kun taas negatiivisiin oireisiin kuuluu anhedoniaa, puheen köyhtymistä, tahdottomuutta ja tunteiden latistumista. Skitsofreniaan liittyy psykoosijaksot, joita voidaan kutsua myös aktiivivaiheiksi, tällöin positiiviset oireet ovat tyypillisesti aktiivisia ja voimakkaita. Osalla skitsofreniaan sairastuneista positiivisia oireita, kuten ääniharhoja esiintyy koko ajan. (Suvisaari & Isohanni & Kiesepä & Koponen & Hietala & Lönnqvist 2017, 141-145.)

Skitsofrenian oirekuva on laaja ja vaihtelee suuresti ihmisestä riippuen. Oireet saattavat olla hankalia ja vaikuttaa kokonaisvaltaisesti sairastuneen elämänlaatuun, toimintakykyyn ja osallisuuteen yhteiskunnassa. Havaintokyvyn-, ajattelun-, puheen-, käyttäytymisen sekä tunne-elämän häiriöt saattavat olla suuri vaikuttava tekijä sairastuneen mahdolliseen syrjäytymiseen ja olla esteenä sosiaaliseen toimintaan osallistumiseen. (Suvisaari ym. 2017, 145-152.)

Skitsoaffektiivinen häiriö on myös psykoosisairauksiin kuuluva sairaus, jossa psykoottisten oireiden lisäksi ilmenee vakava mania- tai masennusjakso. Skitsofreniaan verrattuna skitsoaffektiivinen häiriö Suomessa hieman harvinaisempi. Ennuste skitsoaffektiivisessä häiriössä sosiaalisen toimintakyvyn osalta on parempi kuin skitsofreniassa, mutta siihen vaikuttaa suuresti yksilölliset erot sairauden etenemisessä. (Huttunen 2018.)

Pakko-oireinen häiriö

Pakko-oireinen häiriö on yleinen ja pitkäaikainen psykiatrinen sairaus, väestössä sen esiintyvyys on 2–3 %: a. Pakko-oireiseen häiriöön liittyy pakko-oireita, joita esiintyy pakkoajatuksina ja pakkotoimintoina, niiden vaikeusaste on aina yksilöllinen. (Kähkönen & Holmberg 2010.)

Pakkoajatukset ovat toistuvia ajatuksia tai mielikuvia, jotka ovat usein järjenvastaisia ja ilmaantuvat pakko-oireista häiriötä sairastavan mieleen, vaikka niitä yrittäisi estää. Pakkoajatuksista seuraa voimakasta ahdistusta ja myös kärsimystä sairastuneelle. Pakko-toiminnot ovat toistuvia toimintoja, jotka saavat alkunsa pakkoajatusten seurauksena tai sairastuneen uskomuksen tai oman epärealistisen säännön mukaan. Pakkoajatukset ja -toiminnot voivat viedä useita tunteja aikaa päivässä ja heikentävät henkilön toimintakykyä huomattavasti. (Kähkönen & Holmberg 2010.)

4 Opinnäytetyön tavoite, tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tietoa toimivista keinoista ja tavoista Niemikotisäätiön Myllypadon asumiskuntoutusyksikön nuorten aikuisten osallisuuden tukemisessa ja syrjäytymisen ehkäisemisessä. Työn tarkoituksena oli kuvata millaisia käytäntöjä ja keinoja on jo olemassa ja tuoda esiin työyhteisön ja palvelunkäyttäjien mahdollisia kehittämisideoita.

Tutkimuskysymykset:

1. Millaisia hyväksi havaittuja keinoja ja työtapoja yksikössä on käytetty nuorten palvelunkäyttäjien osallisuuden tukemiseksi, syrjäytymisen ehkäisemiseksi ja kuntoutumisen edistämiseksi?
2. Millaisia kehittämisideoita henkilökunnalla ja palvelunkäyttäjillä on kokemusten myötä syntynyt?

5 Niemikotisäätiö

Niemikotisäätiö on vuonna 1983 perustettu voittoa tavoittelematon ja yleishyödyllisiä periaatteita noudattava säätiö, joka toimii Helsingin kaupungin tytäryhteisönä. Niemiko-

tisäätiö tuottaa helsinkiläisille mielenterveyskuntoutujille sosiaalipsykiatrista kuntoutustyötä ja ehkäisevää mielenterveystyötä. Niemikotisäätiö tarjoaa mielenterveyskuntoutujille asumispalveluja, työ- ja päivä- sekä vapaa-ajantoimintaa, koulutusta ja valmennusta. (Niemikotisäätiö 2020.)

Niemikotisäätiön arvoihin kuuluvat asiantuntevuus, luotettavuus, vastuullisuus ja tasa-arvo, toiminnassa pyritään myös taloudellisuuteen ja huomioimaan ympäristöasiat. Niemikotisäätiö toimii toipumisorientaatio viitekehysten mukaisesti. Toipumisorientaatio viitekehys edellyttää, että palveluidenkäyttäjät osallistuvat palveluiden kehittämiseen ja suunnitteluun. Palvelunkäyttäjät ovat mukana Niemikotisäätiön toiminnassa eri työryhmissä, täten heidän äänensä saadaan kuuluviin. (Niemikotisäätiö 2021.)

5.1 Toipumisorientaatio

Toipumisorientaatio on viitekehys, jossa painottuvat voimavarat, osallisuus, toivo, merkityksellisyys ja positiivinen mielenterveys. Viitekehysten tarkoitus on poistaa hierarkista mallia ja tukea asiakkaan omaa osallisuutta. Osallisuuden tukemisen tarkoitus on se, että tuetaan asiakkaan yhteyden luomista ja säilymistä muihin ihmisiin, sekä toimintoihin ja asioihin, jotka ovat hänelle merkityksellisiä, sillä näiden yhteyksien heikentyminen aiheuttaa vaaran syrjäytymiselle. (Nordling 2016.)

Toipumisorientaatio-ajattelussa toipuminen on merkitykseltään laajentunut. Vakavaa mielenterveysongelmaa sairastavalla oireet voivat olla ajoittain erittäin vaikea asteisia, mutta sairastunut voi toipua parempaan elämään, vaikka sairaus ja sen oireet pysyvät ennallaan. Toipumisen myötä henkilö hahmottaa omat heikkoudet ja vahvuudet selkeämmin sekä hyödyntää paremmin taitojaan ja piirteitään. Henkilön kokemus toimijudesta ja toipumisen edistäjänä olemisesta vahvistuu. Nämä asiat toipumisessa mahdollistaa palvelunkäyttäjän mahdollisuus vaikuttaa niin omiin kuin yhteisön asioihin ja mahdollisuus tehdä valintoja ja päätöksiä itse. Palvelunkäyttäjien toipumista edistävät avoimuus, rehellisyys sekä toivon luominen ja ylläpitäminen. (Korkeila 2017.)

5.2 Tuettu asuminen

Tuetulla asumisella tarkoitetaan kuntoutussuunnitelmaan pohjautuvaa mielenterveyskuntoutusta, jossa tukea ja apua annetaan kotiin. Tuetulla asumisella mahdollistetaan mahdollisimman itsenäinen asuminen tukea tarvitsevalle mielenterveyskuntoutujalle.

Tuen tarve on yksilöllistä, mutta sen tarkoitus on antaa tukea päivittäisissä toiminnoissa, oman kodin ulkopuolisten palveluiden käytössä sekä mielekkään vapaa-ajan toiminnan, opiskelu- tai työpaikan löytämisessä ja niihin osallistumisessa. Tuetun asumisen tavoitteena on vahvistaa itsenäisyyttä ja toimintakykyä, joka taas vaikuttaa parempaan arjessa sekä yhteiskunnassa pärjäämiseen. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2020.)

Kunnan sosiaalitoimi järjestää asumispalvelut mielenterveyskuntoutujille. Asumispalveluita tuottavat kunnan omien yksiköiden lisäksi kolmas sektori ja seurakunnat. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2020.) Mielenterveyslaki (1990/1116) säättää, että mielenterveyskuntoutujalle on järjestettävä tarvittaessa mahdollisuus palvelu- ja tukiasumiseen.

5.3 Myllypadon asumiskuntoutusyksikkö

Asumispalveluyksiköissä on niin virka-aikana, ympärivuorokautisesti, kuin tarvittaessa saatavilla tukea arjen hallintaan liittyvissä asioissa. Asumispalvelumuoto valitaan arviointiprosessin jälkeen, kun tiedetään miten paljon ja millaista tukea kukin palvelunkäyttäjä tarvitsee. Kuntouttavan asumisen pohjana toimii ajantasainen ja jokaisella henkilökohtainen kuntoutussuunnitelma. (Niemikotisäätiö 2021.)

Myllypadon asumiskuntoutusyksikössä asuu 34 palvelunkäyttäjää. Jokaisella on oma yksio tai jaettu soluasunto. Palvelunkäyttäjissä on kaiken ikäisiä, nuorista aikuisista senioreihin. Kaikilla palvelunkäyttäjillä on jonkinlaista arjenhallintaa hankaloittavaa mielenterveys- tai mielenterveys ja päihdeongelmaa. Palvelunkäyttäjiä tuetaan asumisyksikössä yksilöllisesti kuntoutussuunnitelman pohjalta, tavoitteena on itsenäisyyden ja toimintakyvyn tukeminen ja sen myötä paremmin pärjääminen arjen toiminnoissa ja yhteiskunnassa. (Niemikotisäätiö 2021.)

Myllypadon asumiskuntoutusyksikössä henkilökunta on paikalla aamu- ja ilta-aikaan, myös viikonloppuisin. Öisin palvelunkäyttäjien tukena toimii yöpäivystys, johon saa tarvittaessa yhteyden puhelimitse. Asumisyksikössä työskentelee moniammatillinen henkilökunta, johon kuuluu 2 sairaanhoitajaa, sosionomeja sekä lähihoitaja. Kaikki vastaavaa ohjaajaa lukuun ottamatta tekevät työtä ohjaaja nimikkeellä ja kaikilla on yhteneväiset työtehtävät.

6 Aineisto ja menetelmät

Tässä luvussa käsitellään opinnäytetyössä käytettäviä aineiston hankinta- ja analyysimenetelmiä sekä kerrotaan, miksi ne on valikoituneet tämän opinnäytetyön menetelmiksi.

6.1 Opinnäytetyön lähtökohdat

Tämän opinnäytetyön aihe valikoitui sen tarpeellisuuden vuoksi. Olen aiemmalta koulutukseltani sekä ensihoidon, että päihde- ja mielenterveystyön lähihoitaja. Olen työn ohessa kouluttautunut myös ratkaisukeskeiseksi neuropsykiatriseksi valmentajaksi. Viimeisimmät 8 vuotta olen työskennellyt Niemikotisäätiön palveluksessa, Myllypadon asumiskuntoutusyksikössä ohjaajana. Olemme työyhteisössä monesti olleet haasteellisen kuntouttamistyön edessä, etenkin nuorten aikuisten kanssa toimiessamme. Tämän vuoksi koimme tarpeelliseksi, että palvelunkäyttäjien kuntoutumisen ja osallisuuden tukemisen keinot ja kehittämisediat saataisiin esiin ja näin ollen se parantaisi työryhmän yhtenäistä työskentelyä sekä sen myötä palvelunkäyttäjien osallisuutta ja kuntoutumisen etenemistä.

Myllypadon asumiskuntoutusyksikössä eristäytyneiden nuorten mielenterveyskuntoutujien määrä on lisääntynyt viime vuosina. Nyky-yhteiskunta ja teknologian kehitys mahdollistavat eristytymistä entistä paremmin, koska kaikki palvelut ovat saatavilla verkossa ja tuotteet saa kotiin toimitettuna. Todellisia kohtaamisia vaaditaan erittäin vähän. Elämän perustuessa vain kodin seinien sisäpuolella olemiseen, voi se olla monin tavoin yksinäistä ja kapeutunutta. Toisaalta se, että pystyy itse hoitamaan omia asioitaan, vaikkakin vain kotoa käsin, voi olla voimaannuttavaa, tällöin ei ole riippuvainen muista. Lääkäreiden ja muiden ammattilaisten tapaaminen verkon välityksellä turvaa usein sen, että varattu tapaaminen ei peruuntuisi. Myös sosiaalisia suhteita voi ylläpitää verkkopalveluiden kautta, mikä voi poistaa yksinäisyyden tunnetta ja rikastuttaa elämää. Useille merkityksellinen vertaistuki on tavoitettavissa verkossa. (Valtionvarainministeriö 2021.)

Yksilöllistä on, miten paljon kukakin tarvitsee sosiaalisia kontakteja ja kodin ulkopuolisia aktiviteetteja, mutta meillä ihmisillä on kuitenkin luontainen tarve ystävyydelle, rakkaukselle ja yhteenkuulumiselle, sillä ne poistavat yksinäisyyttä (Mielenterveyden keskusliitto 2021). Joku saattaa tietoisesti valita eristäytyä muista ihmisistä omasta tahdostaan,

mutta Myllypadon asumiskuntoutusyksikön palvelunkäyttäjistä useimmilla mielenterveydelliset syyt vaikeuttavat kodin ulkopuolella toimimista ja sosiaalisten kontaktien ylläpitämistä.

6.2 Aineiston hankinta

Aineiston hankintakeinona olen tässä opinnäytetyössä käyttänyt ryhmämuotoisia teemahaastatteluita. Se valikoitui aineiston hankinta menetelmäksi sen joustavuuden takia. Teemahaastattelussa haastattelijan on mahdollista oikaista väärinkäsityksiä, toistaa tarvittaessa kysymys, selventää kysymyksiä sekä käydä keskustelua haastatteluaiheesta haastateltavan kanssa. (Sarajärvi 2018, 85.)

Teemahaastattelu etenee keskeisten ennalta valittujen teemojen sekä niihin liittyvien tarkentavien kysymysten avulla. Teemahaastattelussa pyritään löytämään tärkeitä vastauksia tutkimuksen tarkoituksen ja tutkimusongelman mukaisesti. Käytännössä ennalta valitut teemat perustuvat tutkimuksen viitekehukseen. Tässä opinnäytetyössä haastattelun teemoina olivat haastateltavien työntekijöiden käytännöt, keinot, kokemukset ja kehittämisideat sekä haastateltavien nuorten aikuisten palvelunkäyttäjien kokemukset ja kehittämisideat nuorten palvelunkäyttäjien osallisuuden tukemiseksi, syrjäytymisen ehkäisemiseksi ja kuntoutumisen edistämiseksi. Teemahaastattelussa korostetaan haastateltavien asioille antamia merkityksiä ja sitä, miten merkitykset syntyvät vuorovaikutuksessa sekä lisäksi korostetaan haastateltavien tulkintoja asioista. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 87-88.)

Haastateltavaksi valittiin Niemikotisäätiön Myllypadon asumiskuntoutusyksiköstä työntekijä työryhmä ja kaikki alle 40-vuotiaat palvelunkäyttäjät. Tässä laadullisessa tutkimuksessa pyrittiin kuvaamaan tiettyä asiaa, josta haastateltavaksi valituilla on tietoa ja kokemusta. Haastateltavien sopivuus haastatteluun harkittiin yhdessä Niemikotisäätiön yhteyshenkilön kanssa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 98.)

Haastattelukysymykset annettiin haastateltaville ennen haastattelua, jotta heillä oli mahdollisuus tutustua tutkimuksen aiheeseen ja valmistautua haastattelua varten. Haastattelun onnistumisen kannalta on suositeltavaa saattaa haastateltavien tietoon haastattelu kysymykset hyvissä ajoin ennen haastattelua. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 86.) Haastattelut nauhoitettiin ja haastattelun jälkeen auki kirjoitettiin sana sanalta.

6.3 Ryhmähaastattelut

Ryhmähaastattelun on tarkoitus herättää keskustelua ja tuottaa tietoa sekä kehitysideoita haastattelijan ohjaavien kysymysten avulla. Ryhmähaastattelujen toivotaan rohkaisevan osallistujia tuomaan ajatuksia ja kokemuksia esille. Aineiston keruussa on haluttu saada mahdollisimman laaja ja erinäkökulumista tuleva tieto, jonka takia ryhmähaastattelu valikoitui aineiston keruumenetelmäksi. (Hirsijärvi & Hurme 2008, 61-63.)

Aineiston keruussa haastateltavat jaettiin kahteen ryhmään. Toisessa ryhmähaastattelussa haastattelin asumisyksikön henkilökuntaa ja toisessa yksikön palvelunkäyttäjää. Henkilökunnan haastatteluun oli pyrkimyksenä saada kaikki seitsemän työntekijää ja palvelunkäyttäjien haastatteluun tavoitteena oli saada osallistumaan kaikki alle 40-vuotiaat palvelunkäyttäjät.

Palvelunkäyttäjistä sain osallistujiksi rekrytoitua kuusi nuorta. Näistä rekrytoiduista palvelunkäyttäjistä osallistumisensa perui viime hetkellä kolme, joten lopulta ryhmähaastatteluun osallistui kolme palvelunkäyttäjää. Henkilökunnasta haastatteluun osallistui kuusi henkilöä seitsemästä.

6.4 Aineiston analysointi

Aineiston analysointi menetelmänä olen käyttänyt tässä opinnäytetyössä aineistolähtöistä sisällönanalyysiä. Sisällönanalyysin tekemisen aloitin kuuntelemalla nauhoitetut haastattelut ja auki kirjoittamalla ne sanasta sanaan. Luin ja perehdyin kirjoitettuun aineistoon ja etsin niistä pelkistettävät ilmaisut karsimalla tälle opinnäytetyölle epäolennaisen pois. Listasin pelkistetyt ilmaisut erilliselle paperille. Pelkistämisvaiheen jälkeen ryhmittelin aineiston etsimällä samankaltaisuuksia. Samaa asiaa kuvaavat käsitteet ryhmittelin alaluokiksi ja nimesin ne sisältöä kuvaavalla käsitteellä. Ryhmittelyllä sain tiivistettyä aineiston, sisällyttämällä yksittäiset asiat yleisempiin käsitteisiin. Ryhmittely selkeytti tutkimuksen rakennetta ja sen avulla sain alustavia kuvauksia tutkittavasta aiheesta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122-124.)

Jatkoin aineiston analysointia ryhmittelystä käsitteellistämiseen niin kauan, kun se oli aineiston kannalta mahdollista. Yhdistin alaluokkia muodostamalla niistä yläluokkia ja niitä yhdistelemällä loin pääluokkia. Luokat nimesin aineistosta nousseen asiaa kuvaa-

van aiheen mukaisesti. Lopuksi yhdistin pääluokat yhdeksi yhdistäväksi luokaksi. Käsitteellistämässä etenin alkuperäisen haastattelun kielellisistä ilmauksista teoreettisiin käsitteisiin ja johtopäätöksiin. Koko aineiston analysoinnin ajan tarkkailin, että yhteys alkuperäiseen haastatteluun säilyy. Aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä sain käsitteitä yhdistelemällä vastauksen opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 124-127.)

7 Eettisyys ja luotettavuus

7.1 Eettisyys

Tätä opinnäytetyötä varten haastateltavat työntekijät olivat kaikki terveydenhuollon ammattihenkilöstöä koskevan lain mukaisesti koulutuksen saaneita terveydenhuollon ammattilaisia (Laki terveydenhuollon ammattihenkilöistä 1994/559 § 2). Haastateltavilla on koulutuksen myötä saatu rekisteröity pätevyys ammatinharjoittamiseen (Valvira 2020).

Ammattikunnan toimintaa säätelee terveydenhuoltolaki, jonka mukaan heillä on yhteiskunnallinen vastuu ylläpitää osaamistaan ja edistää väestön terveyttä (Terveydenhuolto-laki 2010/1326 § 2). Kaikki haastateltavat olivat sopivia aineistoon vastaajiksi, koska heillä on tietoa ja kokemusta opinnäytetyön tutkimusongelmasta. Opinnäytetyön aineiston hankintaa varten hain tutkimusluvut, kun opinnäytetyön ohjaava opettaja oli hyväksynyt tutkimussuunnitelman ja todennut sen noudattavan Metropolian eettisiä ohjeita ja hyvää tieteellistä käytäntöä.

Tutkimussuostumukset (Liite 1) tehtiin kirjallisena jokaiselle haastatteluun osallistuvalla ja tutkimussuostumukset säilytettiin koko opinnäytetyön tekoajan. Ennen tutkimussuostumusta haastateltaville annettiin tietoa tutkimuksesta ja haastatteluun osallistujan oikeuksista. Haastateltavia palvelunkäyttäjiä rekrytoitiin haastatteluun henkilökohtaisesti opinnäytetyöntekijän toimesta, jolloin varmistettiin palvelunkäyttäjälle menevä tieto tutkimuksen eettisistä periaatteista ja tutkimuksen toimintatavoista. (Luomanen & Nikander 2017, 287-294.)

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK) on koonnut yhteen ihmiseen kohdistuvan, eilääketieteellisen tutkimuksen eettiset periaatteet. Näitä tutkimustyön eettisiä periaat-

teita noudattaa allekirjoituksellaan Suomessa lähes kaikki näillä tieteenaloilla tutkimustyötä tekevät organisaatiot, mukaan lukien Metropolia Ammattikorkeakoulu. (Kohonen & Kuula-Luumi & Spoof 2018.)

Ohjeiden mukaan tutkijan tulee kunnioittaa perustuslaissa määrättyjä, ihmiselle kuuluvia oikeuksia, kuten itsemääräämisoikeus ja henkilökohtainen vapaus, eikä tutkimukseen osallistuvalla saa aiheutua tutkimuksesta haittaa tai vahinkoa (Suomen perustuslaki 1999/731 § 6-23). Tutkimukseen osallistuvalla on myös tietosuojalain mukainen oikeus pysyä tunnistamattomana (Tietosuojalaki 2018/1050 § 31).

Haastatteluun osallistuminen oli jokaiselle vapaaehtoista ja haastateltavilla oli mahdollisuus perua osallistumisensa missä vaiheessa tutkimusta tahansa. Haastattelut toteutettiin haastateltavien ehtojen mukaisesti ja he saivat mahdollisuuksien mukaan itse vaikuttaa haastattelupaikkaan ja ajankohtaan. Opinnäytetyötä varten hankittu aineisto hävitettiin heti aineiston analysoinnin jälkeen, eikä aineistoa tulla käyttämään muuhun tarkoitukseen. Opinnäytetyössä ei ole käytetty mitään sellaista tietoa mistä haastateltavat olisi mahdollisuus tunnistaa. Tutkimussuostumusten tekemisen vaiheessa niiden saatteessa sekä suullisesti kerrottiin haastateltaville tutkimuksen tarkoitus, kesto, miksi ovat valikoituneet haastateltavaksi ja se, että osallistuminen on vapaaehtoista sekä se, että osallistumisen haastatteluun voi perua tai keskeyttää näin halutessaan.

Opinnäytetyön eettistä ajattelua suunnitelmavaiheessa läpikäydessäni pohdin aineiston keruun sensitiivistä ulottuvuutta ja haastateltavien palvelunkäyttäjien haavoittuvuutta. Tämän opinnäytetyön tutkimuskysymykset, tavoite ja tarkoitus eivät mielestäni osoittautuneet lähtökohtaisesti sensitiiviseksi aiheeksi, koska haastattelussa keskusteltiin yleisesti asumisyksikön toiminnan tuomista kokemuksista ja palvelunkäyttäjien kehittämideoista liittyen asumisyksikön toimintaan. Palvelunkäyttäjät ei täten näkemykseni mukaan olleet tässä opinnäytetyön tiedon keruussa haavoittuvassa asemassa olevia, koska haastateltavat osallistuivat haastatteluun täysin omasta tahdostaan ja eivät ole valta-asemaltaan alisteisessa asemassa ja ovat oikeustoimikelpoisia. Ennemmin pohdin asiaa eettisyyden kannalta vastakkaisesta näkökulmasta, ja koin ettei olisi eettisesti oikein tehdä aiheesta tutkimusta ilman palvelunkäyttäjien tuomaa näkökulmaa ja kokemusta heitä koskevaan asiaan. (Luomanen & Nikander 2017, 287-294.)

Tämän työn pohdintaosiossa pohdin omaa asemaani tutkijana. Pohdin sitä, kuinka asemani osana henkilökuntaa mahdollisesti vaikutti tutkimuksen tekemiseen ja tuloksiin.

7.2 Luotettavuus

Luotettavuuden arviointi on tärkeä osa opinnäytetyötä. Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta arvioidaan uskottavuudella, pysyvyydellä, vahvistettavuudella, siirrettävyydellä ja reflektiivisyydellä. Luotettavuuden arvioinnin tulee koskea koko opinnäytetyötä, ei vain tuloksia. (Korhonen 2019.)

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta vahvistaa uskottavuus, jota lisää aineiston luokittelu sekä analyysin ja tulosten selkeä kuvaaminen. Uskottavuutta lisää myös hyvä yhteys haastateltaviin tutkimusprosessin aikana. Tutkimuksen luotettavuutta vahvistaa siirrettävyys, jota lisää aineiston hankinnan, haastateltavien valinnan ja taustojen sekä analyysin tarkka kuvaaminen. Tutkimuksen luotettavuutta lisää myös oman toiminnan tarkastelu. (Korhonen 2019.)

Opinnäytetyössä olen luokitellut aineiston aineistolähtöisen sisällönanalyysin mukaisesti. Esittelen tuloksissa esimerkin aineiston ryhmittelystä ja käsitteellistämisestä taulukon muodossa niin, ettei yksittäisistä vastauksista pysty tunnistamaan haastateltavaa. Olen pyrkinyt esittämään tulokset selkeästi ja tarkasti huomioiden luotettavuuden määritelmät.

Työelämän edustajan kanssa yhteistyössä valittiin palvelunkäyttäjistä soveltuvat haastateltavat tutkimuksen aineiston hankintaan. Lisäksi haastateltaviksi valittiin Myllypadon asumiskuntoutusyksikön koko seitsemän hengen työryhmä, joista yksi ei päässyt osallistumaan haastatteluun. Haastateltaviksi haluttiin saada moniammatillinen joukko, erilaisilla koulutuksilla ja työkokemuksilla sekä tuoda esille palvelunkäyttäjien näkökulma ja kokemus. Ennen haastattelujen aloittamista olin yhteydessä haastateltaviin ja toimitin heille haastattelukysymykset hyvissä ajoin ennen haastattelun ajankohtaa. Tällä annoin haastateltaville mahdollisuuden tutustua aiheeseen ennalta ja valmistautua haastatteluun. Opinnäytetyössä olen kuvannut lähtökohtani opinnäytetyöhän ja sen aiheeseen. Pohdinnassa tarkastelen ja arvioin omaa toimintaani tutkimuksen tekijänä.

8 Tulokset

Erillisiin ryhmähaastatteluihin osallistui kolme palvelunkäyttäjää ja kuusi henkilökunnan jäsentä. Palvelunkäyttäjistä yksi on asunut Myllypadon asumiskuntoutusyksikössä seitsemän vuotta, muut kaksi alle viisi vuotta. Henkilökunnasta vastanneista puolet ovat

työskennelleet yksikössä yli kymmenen vuotta ja toiset puolet ovat aloittaneet työskentelynsä viimeisen kahden vuoden sisällä. Palvelunkäyttäjät olivat varautuneet haastatteluun käymällä haastattelukysymykset kotona läpi etukäteen ja tekemällä itselleen haastattelun tueksi muistiinpanoja. Henkilökunnan haastattelun alussa pyysin heitä pitämään yllä avointa keskustelevaa vastailua.

Myllypadon asumiskuntoutusyksikössä nuorille palvelunkäyttäjille kohdennettuna toimintana järjestetään tällä hetkellä ainoastaan nuorille naisille suunnattua ryhmätoimintaa, jonka sisällöstä osallistujat päättävät itse ennen kokoontumista. Ryhmä on kokoonnutut kaksi kertaa, mutta lupaavia merkkejä sen toimimisesta jatkossakin on ollut nähtävillä. Vastaavanlaisen ryhmän perustaminen myös miehille on joskus ollut suunnitteilla.

Palvelunkäyttäjät kokevat omien henkilökohtaisten tavoitteidensa huomioimisen palveluiden sisällössä esimerkiksi erityisruokavalion huomioimisena, joka mahdollistaa yhteiseen ruokailuun osallistumista sekä omien tavoitteiden läpikäymisenä aina kuntoutussuunnitelman väliarviota tehtäessä. Henkilökunta koki henkilökohtaisten tavoitteiden huomioimisen kuntoutustyössä vaikeana, sillä suuresta asiakasmäärästä kaikkien tavoitteet eivät ole koko henkilökunnan tiedossa. Tavoitteet on kirjattu kuntoutussuunnitelmaan, mutta ne jäivät helposti vain omaohjaajien ja palvelunkäyttäjien tietoon ja tästä nousi keskustelu käytännön muutoksen tarpeesta.

Palvelunkäyttäjien vastauksista kävi ilmi, että kaikenlainen aiemmin järjestetty ryhmätoiminta sekä muu mielekäs yhdessä tekeminen on antanut syyn kohdata muita, tuonut sisältöä arkeen ja tämän lisäksi asuintoverien parempi tunteminen on lisännyt turvallisuuden tunnetta. Palvelunkäyttäjät toivoivat enemmän ryhmämuotoista toimintaa. Henkilökunnalla oli haastattelun perusteella kokemus siitä, että nuoria on vaikea motivoida mutta, että nuoret palvelunkäyttäjät sitoutuvat paremmin toimintaan, mikäli pääsevät itse vaikuttamaan sen suunnitteluun alusta alkaen. Henkilökunnalla oli myös kokemus siitä, että toiminta, joka on suunnattu erityisesti nuoremmalle ikäryhmälle, motivoi osallistumaan enemmän, kuin palvelut, joihin voi osallistua kaikki Myllypadon asumiskuntoutusyksikön palvelunkäyttäjät, myös iäkkäämmät.

Talon ulkopuoliseen toimintaan osallistumisessa palvelunkäyttäjät kokivat saaneensa tukea ja kannustusta henkilökunnalta, mutta varsinaisesti heitä ei ollut sinne henkilö-

kunnan toimista ohjattu, vaan he olivat löytäneet toimintaa jotakin muuta kautta. Henkilökunnan haastattelussa tuli ilmi, että heillä kaikilla oli lähes olematon tietämys siitä, millaisia nuorille suunnattuja palveluita talon ulkopuolella on tarjolla ja he toivoivatkin tähän asiaan muutosta, esimerkiksi lisäkoulutuksella.

Henkilökunta kokee, että nuoria palvelunkäyttäjiä on vaikea saada yhteistyöhön, koska he peruvat tapaamisia, eivätkä ole kotona tavoitettavissa sovituina aikoina. Palvelunkäyttäjät kuitenkin toivat esille toiveen saada enemmän ohjaajien aikaa myös henkilökohtaisten tapaamisten muodossa. Henkilökunta kokee vaikeaksi palveluiden suunnittelun, koska heillä ei ole tarpeeksi tietämystä nuorten palvelunkäyttäjien toiveista, tarpeista ja kyvyistä. Tämä epäkohta nosti esiin keskustelua siitä, kun nuori palvelunkäyttäjä muuttaa asumispalveluun, tulisi yhteyden olla alusta asti tiiviimpi ja henkilökunnalla tulisi olla yhtenäiset keinot ja käytännöt selvittää, millaista tukea ja missä asioissa kukin erityisesti tarvitsee. Kehitysideaksi nousi ajatus tarkemmasta toimintakyvyn kartoituksesta jo heti tulovaiheessa.

Yhteenvedona näistä tuloksista ja vastauksena tutkimuskysymykseen aineiston perusteella hyväksi havaitut keinot ja työtavat osallisuuden tukemisessa ja syrjäytymisen ehkäisemisessä on palvelunkäyttäjien mielestä yhteinen tekeminen ja monipuolinen ryhmätoiminta, mitä yksikössä ei tällä hetkellä ole. Palvelunkäyttäjien kehitysehdotuksista nousi esiin yhteiset retket ja leffaillat, sekä lisää henkilökohtaista tukea ja aikaa ohjaajilta.

Henkilökunnan vastauksissa verraten tutkimuskysymyksiin painottui hyvät kokemukset uudesta nuorille naisille suunnatusta ryhmätoiminnasta. Esiin nousi tarve käytäntöjen yhtenäistämiseen ja uudistamiseen nuoren muuttaessa asumispalveluyksikköön. Ajatuksena olisi, että omaohjaaja suhde saataisiin toimivaksi ja että koko henkilökunta olisi paremmin selvillä palvelunkäyttäjän yksilöllisistä tavoitteista ja mielenkiinnonkohteista palveluita suunnitellessaan. Haastattelun myötä heräsi ajatus siitä, pitäisikö jokaviikkosisessä tiimikokouksessa käydä läpi viimeisimmät tehdyt kuntoutussuunnitelmat. Henkilökunta toivoi myös lisäkoulutusta, joka lisäisi tietoutta nuorille suunnatuista talon ulkopuolisista palveluista ja mahdollisuuksista. Kehitysideaksi nousi myös yhteisissä tiloissa, vain nuorille suunnatut iltakahvit, joiden lomassa olisi mahdollisuus kohdata vertaisia.

Taulukko 1 Esimerkki aineiston analyysistä

Alkuperäisteksti	Pelkistetyt ilmaukset	Ryhmittely alaluokkiin
<p>Mä oon osallistunu retkille, esimerkiksi uimarannalle ja sit ollaan kesällä grillattu tossa pihalla se on ollu mun mielestä kivaa. Sit täällä on yhteiset ruokailut ja sit on kävelyryhmä mikä nyt on ilmeisesti ollu vähän tauolla ja sit leffaryhmä mikä on nyt kans tauolla mut siinä mä oon ollu. Ja sit lehtiryhmä mut se on kans tauolla jostain syystä nyt. Mun mielestä on mukavaa, ku täällä on kaikkea tällasta yhteistä toimintaa, ku on tutustunu naapureihin ni on turvallisempi olo.</p>	<p>Ryhmätoiminat ja yhteinen tekeminen ollut mielekästä, tuonut turvallisuuden tunnetta. Nyt ryhmätoiminta ollut tauolla.</p>	<p>Yhdessä tekemisellä ja ryhmätoiminnalla osallisuutta tukeva merkitys.</p>
<p>Naistenryhmä on tullut nyt jotenkin esiin ja jäänyt jotenkin elämään, tuntuu että ne ihmiset on löytäneet toisensa siinä.</p>	<p>Naistenryhmä ollut toimiva.</p>	
<p>Mä oon osallistunu littiin ja se menee ihan ok se on vaan sellanen mesta, että joskus jopa keskellä ei mitään ni on aika hyvä. Sit-</p>	<p>Yhteisestä toiminnasta ollut hyvä kokemus, sitä pitäisi olla enemmän.</p>	

<p>ten myös on jotain mölkyä tuolla ja kävelyreissuja ja sit myös oli tässä äskettäin korkeasaaren reissu, se oli kyllä hyvä, että pitäis kehittää joskus jotain yhteistä toimintaa asukkaiden välillä.</p>		
<p>Monet nuoret eivät halua tehdä mitään ryhmässä, koska ryhmässä oleminen ahdistaa haluavat mieluummin ohjaajan kanssa kahden kesken tehdä jotain.</p>	<p>Kaikki eivät koe ryhmämuotoista toimintaa mieluiseksi.</p>	<p>Yksilötapaamiset tukevat palvelunkäyttäjää.</p>
<p>Monet on jäänyt vuosiksi kotiin nuoresta iästään huolimatta ja ovat erakoituneet.</p>	<p>Useat ovat syrjäytyneet.</p>	
<p>Jos ohjaajilla olis silloin tällöin enemmän kuin puolituntia aikaa tavata ni se tukis kuntoutumista. Ymmärrän ettei ole paljon aikaa.</p>	<p>Ohjaajilta enemmän aikaa yksilöllisesti.</p>	

9 Pohdinta

Tämän tutkimustyön yhteistyökumppani toimi Niemikotisäätiö ja Myllypadon asumiskuntoutusyksikkö, jossa on viimevuosina noussut haasteeksi nuorten aikuisten osallisuuden tukeminen ja syrjäytymisen ehkäisy. Työn tavoitteena oli kuvata millaisia käytäntöjä ja keinoja kuntouttamistyössä on jo olemassa ja tuoda esiin palvelunkäyttäjien ja työyhteisön kehittämisehdotuksia.

9.1 Tulosten tarkastelu ja hyödynnettävyys

Tässä työssä tehdyn ryhmähaastattelututkimuksen tuloksista voi todeta, että palvelunkäyttäjät kaipaavat osallisuutensa tukemisessa enemmän yhteistä tekemistä ja ryhmätoimintaa, sillä tällä hetkellä Myllypadon asumiskuntoutusyksikössä järjestetään vain yhtä ryhmää, joka on suunnattu naisille. Kuten lähdemateriaaleissa on todettu, vuorovaikutus muiden kanssa poistaa yksinäisyyttä ja sen monesti aiheuttamaa passiivisuutta, sekä antaa kokemuksen yhteenkuuluvuudesta. Näiden lisäksi toiminnan kautta palvelunkäyttäjät kokevat kyvykkyyden tunteita ja tuntevat itsensä merkityksellisiksi. (Hiltunen & Vuorinen, 2017.)

Palvelunkäyttäjien toiveena oli myös yksilötapaamisiin lisätty aika. Tuloksista kävi ilmi, että palvelunkäyttäjien yksilölliset tavoitteet eivät ole mukana palveluiden suunnittelussa ja että ne tulisi hyödynnettyksi tarvittaisiin muutoksia työryhmän toimintatavoissa. Kuten lähdemateriaaleissa on todettu, osallisuuden tukemisessa on ensisijaisen tärkeää ihmisen osallisuus omassa elämässään, se että elämä on omannäköistä ja jokaisella on mahdollisuus tehdä yksilöllisiä valintoja. (Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2021.) Palvelunkäyttäjien tukemiseen talon ulkopuolisessa toiminnassa, henkilökunta tarvitsisi lisäkoulutusta tietoisuuden lisäämiseksi.

Tuloksien osalta palvelunkäyttäjien osallistumismäärän olisi voinut toivoa olevan suurempi, sillä vähäisen osallistujamäärän vuoksi useiden mielipiteet ja kokemukset jäivät kuulematta. Mielestäni haastattelu oli kuitenkin antoisa ja toi monipuolista ja arvokasta tietoa palveluiden suunnitteluun. Minulle syntyi vaikutelma, että palvelunkäyttäjien haastattelussa oli etu, että haastattelija oli osittain tuttu ja tuntemukseni mukaan palvelunkäyttäjien oli helpompaa osallistua haastatteluun ja tuoda esiin mielipiteitään. Henkilökuntaa haastatellessani koin, että vastaukset saattoivat olla niukkasanisempia johtuen siitä, että minulla oletettiin jo olevan tietoa yksikköä koskevista asioista. Mahdollisesti ulkopuolinen haastattelija olisi voinut saada aineistosta laajemman.

Tämän tutkimuksen tuloksia voisi ajatella hyödynnettävän Myllypadon asumiskuntoutusyksikön palveluiden kehittämisessä, sekä muiden vastaavanlaisten yksiköiden toiminnan kehittämiseen. Kaikissa yksiköissä on järjestettynä erilaista toimintaa, mutta tutkimustulokset kuitenkin osoittivat, että toiminnalla on osallisuuden kannalta tärkeä merkitys ja sitä kaivataan. Niemikotisäätiö noudattaa toipumisorientaatio viitekehystä, joka käsittää myös asiakaslähtöisen palveluiden suunnittelumallin ja tämän vuoksi on

tärkeää kysyä kokemuksista, tarpeista ja toiveista itse palvelunkäyttäjiltä (Niemi 2021). Kuten lähdemateriaaleissa on todettu, asiakkaiden motivaatiota ja osallisuutta tukee se, että he pääsevät itse osallistumaan toiminnan tai palveluiden kehittämiseen (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2017).

Mielestäni Myllypadon asumiskuntoutusyksikössä tulisi osallistaa enemmän nuoria palvelunkäyttäjiä toiminnan suunnittelussa ja ottaa huomioon myös yksilöllisiä tavoitteita tehokkaammin. Osallistamaan pitäisi tehokkaammin pyrkiä myös niitä palvelunkäyttäjiä, jotka eivät ole kaikista aktiivisimpia, jotta heidänkin, kokemukset ja toiveet saataisiin kuuluviin. Kuten lähdemateriaaleissa on todettu, osallisuuden tukemisessa tärkeää on löytää ne, jotka ovat jääneet yksin ja tukea heitä mukaan toimintaan ja osallistumiseen (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos, 2021).

Mielestäni Myllypadon asumiskuntoutusyksikössä voisi työskennellä toimintaterapeutti, jolla olisi oma työnkuva. Työnkuva pitäisi sisällään vastuun toimintakyvyn arvioinnista etenkin tulovaiheessa sekä säännöllisen ryhmätoiminnan ylläpidon.

Kehittämisehdotuksenani on myös omaohjauksen toimivuuden kehittäminen. Sen lisäksi, että kuntoutussuunnitelmia käsiteltäisiin yhdessä viikoittain työryhmässä, voisi omaohjaaja suunnitellusti, säännöllisesti ja useammin toteuttaa tapaamisia henkilökohtaisesti.

9.2 Ammatillinen kasvu

Tämä oli ensimmäinen koskaan tekemäni tutkimustyö ja aluksi sen tekeminen kuulosti todella haasteelliselta. Materiaaleja kasatessani työn runko kuitenkin alkoi muotoutua melko helposti ja olin tekemisestä tosi innoissani. Opinnäytetyön ohjaajien antamat väli-palautteet auttoivat siihen, että suunta pysyi oikeana.

Koen, että onnistuin haastattelijana herättelemään keskustelua ja ajatuksia niin palvelunkäyttäjien, kuin henkilökunnankin kohdalla ja tästä on varmasti hyötyä palveluiden suunnittelussa tulevaisuudessa. Sain vastauksen tutkimuskysymyksiini ja minulle tuli tunne, että osallistuneet palvelunkäyttäjät saivat positiivisen kokemuksen siitä, että heidän omia mielipiteitään halutaan kuulla. Tutkimusta tehdessäni, koko prosessin ajan

sekä lähdemateriaaleihin perehtyessäni, että itse haastatteluvaiheessa koin ymmärryksen lisääntyvän ja vahvistuvan siitä, kuinka tärkeitä ovat palveluiden käyttäjien omat näkemykset, yksilöllinen kohtaaminen, mutta myös yhdessä tekeminen ja osallisuus.

Lähteet

Aaltonen, Mikko 2015. Suomen Mielenterveys ry. Nuorten syrjäytymisen taustalla useita tekijöitä. Saatavana osoitteessa: <https://mieli.fi/fi/nuorten-syrjäytymisen-taustalla-useita-tekijöitä>. Luettu 29.6.2020.

Hiltunen, Sari & Vuorinen, Miikka 2017. Väestöliitto. Voiko yksinäisyydestä päästä eroon?. Saatavana osoitteessa: <https://www.vaestoliitto.fi/pari-suhde/?x17665=7155886>. Luettu 13.7.2020.

Hirsijärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2008. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Oy Yliopistokustannus.

Huttunen, Matti 2018. Duodecim Terveyskirjasto. Paniikkihäiriö. Saatavana osoitteessa: https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00404. Luettu 29.6.2020.

Huttunen, Matti 2018. Duodecim Terveyskirjasto. Skitsoaffektiivinen häiriö. Saatavana osoitteessa: <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00487>. Luettu 7.9.2021.

Huttunen, Matti 2018. Duodecim Terveyskirjasto. Sosiaalisten tilanteiden pelko. Saatavana osoitteessa: https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00492. Luettu 29.6.2020.

Kielhofner, Gary 2008. Model of human occupation. Philadelphia: Fourth Edition.

Kohonen, Iina & Kuula-Luumi, Arja & Spoof, Sanna-Kaisa 2019. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Saatavana osoitteessa: https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf. Luettu 9.7.2020.

Korhonen, Eila-Sisko 2019. Laadullisen tutkimuksen luotettavuus. Diasarja. Metropolia Ammattikorkeakoulu.

Korkeila, Jyrki 2017. Lääkärilehti. 72(49): 2865 Toipumisorientaation paluu. Saatavana osoitteessa: <https://www.laakarilehti.fi/ajassa/paakirjoitukset-tiede/toipumisorientaation-paluu/?public=3f6e140baeb49cdab9790eb31d5c57e0>. Luettu 7.9.2021.

Kähkönen, Seppo & Holmberg, Nils 2010. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. 126(11):1310. Aikuisten pakko-oireisen häiriön hoito. Saatavana osoitteessa: <https://www.duodecimlehti.fi/duo98846>. Luettu 6.9.2021.

Käypä hoito, 2020. Käypä hoito -suositus. Depressio. Saatavana osoitteessa: <https://www.kaypahoito.fi/hoi50023#readmore>. Luettu 29.6.2020.

Laki terveydenhuollon ammattihenkilöistä 1994/559. Annettu Helsingissä 28.6.1994.

Luomanen, Jari & Nikander, Pirjo 2017. Tutkimushaastattelun käsikirja. Haavoittuvat haastateltavat. 287-294. Teoksessa Ruusu vuori, Johanna (toim.). Tampere: Vastapaino.

Mielenterveyden keskusliitto 2021. Eron yksinäisyydestä. Saatavana osoitteessa: <<https://www.mtkl.fi/mika-askarruttaa/yksinaisyys/>>. Luettu 27.9.2021.

Mielenterveyslaki 1990/1116. Annettu Helsingissä 14.12.1990.

Niemikotisäätiö 2021. Myllypadon asumiskuntoutusyksikkö. Saatavana osoitteessa: <<https://niemikoti.fi/yksikko/myllypadon-asumiskuntoutusyksikko/>>. Luettu 11.3.2021.

Niemikotisäätiö 2021. Osana Helsingin mielenterveyspalveluita. Saatavana osoitteessa: <<https://niemikoti.fi/yleista/>>. Luettu 11.3.2021.

Nordling, Esa 2016. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. Toipumisorientaation teoreettiset lähtökohdat – Mikä tässä on uutta? Saatavana osoitteessa <<https://www.sli-deshare.net/THLfi/toipumisorientaation-teoreettiset-lhtkohdat-mik-tss-on-uutta>>. Luettu 10.3.2021.

Paananen, Reija & Surakka, Anne & Kainulainen, Sakari & Ristikari, Tiina & Gissler, Mika 2019. Nuorten aikuisten syrjäytymiseen liittyvät tekijät ja sosiaali- ja terveyspalveluiden ajoittuminen. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 56 (2). 114-128. Saatavana myös sähköisesti osoitteesta: <<https://journal.fi/sla/article/view/73002>>. Luettu 13.7.2020.

Scaffa, Marjorie E. & Reitz, S.Maggie & Pizzi, Michael A. 2010. Occupational therapy in the promotion of health and wellness. Philadelphia: F.A Davis Company.

Suomen perustuslaki 1999/731. Annettu Helsingissä 11.6.1999.

Suvisaari, Jaana & Isohanni, Matti & Kiesepä, Tuula & Koponen, Hannu & Hietala, Jarmo & Lönnqvist, Jouko 2017. Psykiatria. Skitsofrenia ja muut psykoosit. Tallinna: Duodecim.

Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2020. Mielenterveyspalvelut, asuminen. Saatavana osoitteessa: <<https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyspalvelut/asuminen>>. Luettu 7.9.2021.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2018. Syrjäytyminen ja syrjäytymisen riskitekijät. Saatavana osoitteessa: <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/nuorten-syrjaytyminen/syrjaytyminen-ja-syrjaytyminen-riskitekijat>. Luettu 29.6.2020.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021. Osallisuuden osa-alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet. Saatavana osoitteessa: <<https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-osa-alueet-ja-osallisuuden-edistamisen-periaatteet>>. Luettu 10.3.2021.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021. Positiivinen mielenterveys. Saatavana osoitteessa: <<https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen/positiivinen-mielenterveys>>. Luettu 1.9.2021.

Terveydenhuoltolaki 2010/1326. Annettu Helsingissä 30.12.2010.

Tietosuojalaki 2018/1050. Annettu Helsingissä 5.12.2018.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Valtionvarainministeriö 2021. Digitalisaatio ei saa syrjäyttää. Saatavana osoitteessa: <<https://vm.fi/digitalisaatio-ei-saa-syrjayttaa>>. Luettu 6.9.2021.

Valvira 2020. Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto. Saatavana osoitteessa: <<https://www.valvira.fi/valvira>>. Luettu 9.7.2020.

Wilcock, Ann A. & Hocking, Clare 2015. An occupational perspective of health. Thorofare: SLACK Incorporated.

YK:n ihmisoikeuksien julistus 1948. Saatavana osoitteessa: <https://www.ykliitto.fi/sites/www.ykliitto.fi/files/ihmisoikeuksien_yleismaailmallinen_julistus_1.pdf>. Luettu 10.3.2021.

Saatekirje ja tutkimussuostumus palvelunkäyttäjille

Hyvä Myllypadon asumiskuntoutusyksikön palvelunkäyttäjä,

Olette olleet halukkaita osallistumaan haastatteluun koskien asumistanne Niemikotisäätiön Myllypadon asumiskuntoutusyksikössä. Tässä liitteenä on allekirjoitettavaksi tutkimussuostumus, jonka toivon teidän allekirjoittavan ja palauttavan viimeistään haastatte-luun tullessanne. Haastattelu tehdään opinnäytetyötä varten, joka tehdään yhteistyössä Niemikotisäätiön kanssa. Opinnäytetyössäni tarkastelen Myllypadon asumisyksikön toimintatapoja nuorten aikuisten kuntoutumisen edistämiseksi, osallisuuden tukemiseksi ja syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Tarkoituksena on myös tuoda esiin kehittämisideoita. Haluamme kuulla palvelunkäyttäjien omia kokemuksia ja kehittämis ehdotuksia työntekijöiden lisäksi.

Haastattelu tehdään Myllypadon tiloissa. Haastattelu toteutetaan ryhmämuotoisena, johon on tavoitteena saada osallistumaan viisi Myllypadon asumiskuntoutusyksikön palvelunkäyttäjää. Haastattelun kesto on noin 1–1,5 tuntia. Haastattelu tullaan nauhoittamaan ääninauhurilla. Haastatteluun osallistuminen on täysin vapaaehtoista eikä se velvoita teitä mihinkään. Voitte halutessanne missä tahansa vaiheessa keskeyttää osallistumisenne ja suostumuksenne haastatteluun. Haastattelussa ja aineiston käsittelyssä on täydellinen anonymisyys koko tutkimuksen teon ajan. Opinnäytetyössä ei tulla käyttämään minkäänlaisia tietoja, joista teidät olisi mahdollista tunnistaa. Haastattelumateriaalit säilytetään tutkimuksen ajan ja hävitetään tutkimuksen valmistuttua asianmukaisesti, eikä niitä tulla käyttämään muuhun tarkoitukseen.

Kiitän teitä halustanne osallistua opinnäytetyöprosessiini. Mikäli teillä herää kysyttävää haastatteluun tai opinnäytetyöhön liittyen, voitte kääntyä Myllypadon henkilökunnan puoleen. Liitteenä on haastattelurunko, jotta voitte halutessanne tutustua siihen ennakkoon ja valmistautua haastatteluun. Allekirjoittamalla tämän lomakkeen, annatte osaltanne suostumuksen nauhoittaa ryhmähaastattelun ääninauhurilla ja käyttää materiaalia opinnäytetyöni tekemiseen.

Paikka ja aika

Allekirjoitus

Nimenselvennys

Saatekirje ja tutkimussuostumus henkilökunnalle

Hyvä Myllypadon asumiskuntoutusyksikön työntekijä,

Toteutan opinnäytetyönäni yhteistyössä Niemikotisäätiön kanssa. Opinnäytetyöni tavoitteena on tuottaa tietoa toimivista keinoista ja tavoista Niemikotisäätiön Myllypadon asumiskuntoutusyksikön nuorten aikuisten osallisuuden tukemisessa ja syrjäytymisen ehkäisemisessä. Työn tarkoituksena on kuvata millaisia käytäntöjä ja keinoja on jo olemassa ja tuoda esiin työyhteisön ja palvelunkäyttäjien mahdollisia kehittämideoita.

Aineiston keruun toteutan kahdella ryhmämuotoisella teemahaastattelulla, joihin on tavoitteena saada osallistumaan, toiseen haastatteluun koko Myllypadon työryhmä ja toiseen haastatteluun viisi Myllypadon asumiskuntoutusyksikön palvelunkäyttäjää.

Haastattelun kesto on noin 1,5–2 tuntia ja haastattelu tullaan nauhoittamaan ääninauhurilla.

Haastatteluun osallistuminen on täysin vapaaehtoista eikä se velvoita teitä mihinkään. Voitte halutessanne missä tahansa vaiheessa keskeyttää osallistumisenne ja suostumuksenne haastatteluun. Haastattelussa ja aineiston käsittelyssä on täydellinen anonymisyys koko tutkimuksen teon ajan. Opinnäytetyössä ei tulla käyttämään minkäänlaisia tietoja, joista teidät olisi mahdollista tunnistaa. Haastattelumateriaalit säilytetään tutkimuksen ajan ja hävitetään tutkimuksen valmistuttua asianmukaisesti, eikä niitä tulla käyttämään muuhun tarkoitukseen.

Mikäli teillä tai palvelunkäyttäjillä herää kysyttävää haastatteluun tai opinnäytetyöhön liittyen, voitte kääntyä minun puoleeni. Allekirjoittamalla tämän lomakkeen, annatte osaltanne suostumuksen nauhoittaa ryhmähaastattelun ääninauhurilla ja käyttää materiaalia opinnäytetyöni tekemiseen.

Paikka ja aika

Allekirjoitus

Nimenselvennys

Haastattelukysymykset palvelunkäyttäjille

-Kuinka kauan olette asunut Myllypadon asumiskuntoutusyksikössä?

-Oletteko osallistuneet Myllypadon yhteiseen toimintaan? Millaisia kokemuksia teillä on yhteisestä toiminnasta?

-Millainen toiminta on mielestänne edistänyt kuntoutumistanne Myllypadossa?

-Koetteko, että pystytte itse vaikuttamaan asumiseenne ja palvelujen sisältöön? Miten voitte vaikuttaa tai koette, että ette voi vaikuttaa?

-Oletteko saaneet tukea ja ohjausta talon ulkopuoliseen toimintaan osallistumiseen? Millaista?

-Miten koet, että henkilökohtaiset tavoitteesi ja toiveesi huomioidaan palvelujen sisällössä?

-Millaiset palvelut tukisivat kuntoutumistasi?

-Millaista tukea ja toimintaa toivoisit asumiskuntoutusyksiköltäsi?

Haastattelukysymykset henkilökunnalle

-Kauan olette työskennellyt Myllypadossa?

-Järjestetäänkö Myllypadossa toimintaa kohdennettuna nuoret aikuiset asiakasryhmälle?
Millaista?

-Millä tavalla kuntoutussuunnitelmien yksilöllisiä tavoitteita hyödynnetään kuntoutustyössä?

-Millaisen toiminnan koette olleen toimivaa osallisuuden tukemisessa nuorille aikuisille?
Niin asumisyksikössä kuin talon ulkopuolella.

-Minkälainen tietämys teillä on nuorille aikuisille kohdennetuista, osallisuutta tukevista palveluista Helsingissä? Koetteko, että tarvitsisitte lisää tietoa?

-Millä keinoin pyritte kehittämään toimintaa asiakasryhmää vastaavaksi?

-millaisia kehittämisideoita teillä on tai nousee esiin haastattelukeskustelun myötä?