

EI MITÄÄN BAARIJAKKAROITA

Kuvaus kädentaitoryhmästä Ridasjärven päihdehoitokeskuksessa

Noora Eronen
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Diak Etelä Järvenpää
opinnäytetyö, syksy 2013
Sosionomi AMK

TIIVISTELMÄ

Eronen, Noora. Ei mitään baarijakkaroita - Kuvaus kädentaitoryhmästä Ridasjärven päihdehoitokeskuksessa. Diak Etelä, Järvenpää, Syksy 2013, 32s. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma.

Opinnäytetyö on produktio, joka toteutettiin Ridasjärven päihdehoitokeskuksessa syksyllä 2012. Tavoitteena oli kehittää toiminnallinen ryhmä, joka tukee asiakkaan kuntoutusta kädentaidollisin menetelmin. Tavoitteena oli tarjota tukea päihdeongelmista toipumiseen kädentaitojen ja luovuuden avulla löytämällä asiakkaissa jo olemassa olevia voimavaroja ja vahvistaa niitä. Tavoitteena oli saada kädentaitoryhmästä jatkuva toimintamalli Ridasjärven päihdehoitokeskukseen.

Opinnäytetyössä teoriapohjana on käytetty sosiokulttuurista innostamista, luovuutta sekä käsityötä terapeutisena menetelmänä. Opinnäytetyön kirjallisessa osiossa reflektoidaan teorian todentumista käytännössä. Ryhmän toteutuksessa teorian todentumista käytännössä ja työskentelyssä näkyi luovuutta, terapeutisia elementtejä ja sosiokulttuurisen innostamisen toteutumista.

Jakkara-ryhmä kokoontui kolmen viikon ajan kaksi kertaa viikossa. Ryhmään osallistui neljä päihdekuntoutujaa, kolme naista ja yksi mies. Ryhmän aikana osallistujat valitsivat vanhat jakkarat, joita he ryhtyisivät kunnostamaan. He suunnittelivat työn vaiheet sekä jakkaran koristelun. Tapaamiskerroilla asiakkaat aktiivisesti työstivät tuotoksiaan ja ryhmän päätyttyä kolme neljästä jakkara valmistui ja asiakkaat saivat ne kotiin. Hanketta dokumentoitiin videoimalla, valokuvaamalla ja muistiinpanoilla. Palaute ryhmästä oli positiivista sekä asiakkailta että laitoksen henkilökunnalta. Kädentaidot ja käsillä tekeminen synnytti ryhmässä keskustelua omasta päihdeongelmasta, toipumisesta ja positiivisesta tulevaisuudesta.

Asiasanat: päihdetyö, sosiokulttuurinen innostaminen, luovuus, kädentaidot

ABSTRACT

Eronen, Noora. Anything But Bar Stools –Description of a group of people attending manual skills activity in The Ridasjärvi Päihdehoitokeskus - Rehabilitation Clinic for Substance abusers. 36 p. Language: Finnish. Järvenpää, Autumn 2013, Diaconia University of Applied Science. Degree Programme in Social Services. Degree: Bachelor of Social Services.

The main objective was to create a functional group supporting the rehabilitation process of the client by using methods of manual skills. The goal was also to support the client in the recovering process by using manual skills and invention, to discover their existing mental resources and to strengthen these resources. In addition, the goal was to start a permanent functional group session in Ridasjärvi rehabilitation clinic.

The theoretical framework is based on sociocultural animation, invention and handicrafts as a therapeutical method. The written part of the thesis reflects the theory in practice. The theory proved to be accurate. The effect of using invention, therapeutical elements and sociocultural animation tasks as a part of rehabilitation were present during the whole work shop. The project was documented by using videos, photographs and notes, and included also observations. The study group gathered twice a week for three weeks. The group consisted of three female and one male participant, four participants all together. During the group sessions, each participant chose an old stool to repair. The participants planned the whole repairing process and how to decorate the stools. They worked the stools actively on the group sessions. When the sessions were finished, three stools out of four had been completed, and the participants got to take them home.

The feedback from participants and the staff of the rehabilitation clinic was positive. Manual skills and the handicraft lead to conversation about the intoxicant problems, the recovering process and the positive future of the clients.

Keywords: intoxicant rehabilitation sociocultural animation, invention, manual skills

SISÄLLYS

1. JOHDANTO	5
2. LÄHTÖKOHDAT JA TAVOITTEET	6
3. RIDASJÄRVEN PÄIHDEHOITOKESKUS.....	7
3.1 Yhteistyössä koko työyhteisön kanssa	8
4. TOTEUTUS.....	9
4.1 Eettisyys	9
4.2 Ennen ryhmän alkamista	9
4.3 Riskit ja niiden minimointi	10
4.4 Ryhmän kokoaminen.....	10
4.5 Havainnointi.....	12
4.6 Toiminta.....	12
4.7 Roolini ohjaajana.....	14
4.8 Palautetta ryhmästä	15
5. PÄIHTEET JA PÄIHDERIIPPUVUUS JA TOIPUMINEN	16
5.1 Päihteet	16
5.2 Riippuvuus.....	16
5.3 Toipuminen ja sen kolme reittiä	18
6. SOSIOKULTTUURINEN INNOSTAMINEN.....	21
6.1 Historia	21
6.2 Käsitteet ja tavoitteet	21
6.3 Ammattina innoittaja	24
7. LUOVUUS.....	26
8. KÄSILLÄ TEKEMISEN TERAPEUTTISUUS.....	29
9. LOPUKSI	31
9.1 Mitä tapahtui hankkeen jälkeen?	31
9.2 Mitä tekisin toisin?	31
9.3 Onnistunut hanke	32
10. LÄHTEET	34

1. JOHDANTO

Opinnäytetyö ”Ei mitään baarijakkaroita” on kuvaus toiminnallisesta hankkeesta, jonka toteutin Ridasjärven päihdehoitokeskuksessa syksyllä 2012. Hankkeessa suunnittelin ja toteutin kädentaitoryhmän, jossa asiakkaat kunnostivat itselleen vanhat puiset jakkarat. Ryhmään osallistui neljä päihdekuntoutujaa. Ryhmä koontui kolmen viikon ajan, kaksi kertaa viikossa. Dokumentoin hanketta videomalla, valokuvaamalla ja muistiinpanoin.

Tässä opinnäytetyön kirjallisessa osiossa kuvaan hankkeen suunnittelua, toteutusta ja arviointia teorian kautta. Alkuun kuvaan toimintaympäristöä, jossa hankke toteutettiin ja sen jälkeen hankkeen toteutusta suunnittelusta arviointiin. Luvusta viisi alkaen teoreettisten käsitteiden yhteydessä reflektoin, kuinka teoria todentui toiminnassa. Kuvaan, kuinka sosiokulttuurinen innostaminen, luovuus ja käsityö terapeuttisena menetelmänä näkyivät ryhmän toiminnassa. Lopussa on pohdintaa hankkeen onnistumisesta. Kirjallisessa osuudessa käytän hankkeesta nimitystä Jakkara-ryhmä, joka muotoutui käyttöön hankkeen alussa. Opinnäytetyön nimi, Ei mitään baarijakkaroita, tuli ryhmään osallistujilta poh-tiessamme, mihin käyttöön he jakkaroita tekivät. Pohdimme, tulisiko jakkaroista yöpöytiä, kukkapöytiä, lasten jakkaroita vai lypsyjakkaroita, mutta ei kuitenkaan baarijakkaroita.

2. LÄHTÖKOHDAT JA TAVOITTEET

Tutustuin Ridasjärven päihdehoitokeskukseen keväällä 2012 työharjoittelussa ja aloitin syksyllä 2012 siellä päihdetyöntekijänä. Kun opinnoissa työelämän kehittämishanke tuli ajankohtaiseksi, oli luonnollista tehdä se Ridasjärvelle ja jatkaa siitä opinnäytetyöksi. Aiheesta keskusteluissa Ridasjärvellä työyhteisö ehdotti minulle kehitettäväksi toiminnallista kädentaitoryhmää. Itselleni käsillä tekeminen ja kädentaidot ovat tärkeitä elementtejä, siksi oli luontevaa lähteä mukaan kehittämään tällaista toimintaa. Kädentaidolliset menetelmät ovat itselläni vahvuus, joita haluan vielä enemmän kehittää. Yksi tämän opinnäytetyön tavoitteista onkin tarkastella kädentaitojen merkitystä ihmisenä kasvamiselle.

Opinnäytetyön tavoitteet ovat nousseet sekä Ridasjärven päihdehoitokeskuksesta että omista intresseistäni. Hankkeen tavoitteena oli tarjota päihdekuntoutujille luovaa ja toiminnallista tukea kuntoutukseen. Tarkoituksena oli tukea asiakkaiden itsetuntoa ja vuorovaikutustaitoja sekä löytää heissä jo olemassa olevia voimavaroja ja tukea niitä. Ajatuksena oli myös, että asiakkaat saavat laitoshoidon aikana aikaiseksi jotakin konkreettista, itse tehtyä ja näkyvää, jotain mitä viedä mukanaan kotiin. Tavoitteena on myös saada toiminnallisista ryhmistä jatkuva toimintamenetelmä päihdekuntoutuskeskukseen.

Vuonna 2011 valmistuneessa opinnäytetyössä tehtiin tutkimus päihdehoidon vaikuttavuudesta Ridasjärven päihdehoitokeskuksessa. Tutkimuksesta kävi ilmi kuinka asiakkaat olisivat toivoneet laitoksessa olevan enemmän vapaa-ajan toimintaa ja nimenomaan kädentaitoihin painottuvia ryhmiä. (Tamberg & Vuorivirta 2011.) Laitoksessa on aiemmin ollut askartelutoimintaa, siihen on ollut tilat ja palkattu ammatillinen työntekijä. Tämä toiminto on kuitenkin ollut jo muutamman vuoden keskeytyneenä taloudellisista resursseista johtuen. Päihdehoitokeskuksen johtajan kertoman mukaan laitoksen omistajakuntien työntekijöiltä on tullut toive saada laitokseen askartelua tai muuta kädentaitoihin perustuvaa toimintaa. (Airinen, henkilökohtainen tiedonanto 30.3.2012.)

3. RIDASJÄRVEN PÄIHDEHOITOKESKUS

Ridasjärven päihdehoitokeskus sijaitsee Hyvinkäällä, Ridasjärven kylässä. Tila on yli 80 vuotta vanha työlaitos, johon aikanaan lähetettiin velkaantuneita ja syrjäytyneitä ihmisiä. 1970-luvulla työlaitos lakkautettiin ja paikasta tuli päihdehoitolaitos. Nykyinen nimi Ridasjärven päihdehoitokeskus otettiin käyttöön 2000-luvun alussa. (Ridasjärven päihdehoitokeskus i.a.)

Ridasjärven päihdehoitokeskuksen omistaa Uudenmaan päihdehuollon kuntayhtymä, johon kuuluu 19 jäsenkuntaa. Pääsääntöisesti asiakkaat tulevat näistä kunnista, mutta myös muualta Suomesta. Paikkoja Ridasjärvellä on 60, joista 40 miehille ja 20 naisille. Myös pariskunnat voivat tulla yhdessä hoitoon. (Ridasjärven päihdehoitokeskus i.a.)

Päihdehoidon tehtävä on antaa asiakkaalle lain mukaista hoitoa päihteidenkäytön tuomiin ongelmiin erilaisin menetelmin ja työskentelytavoin. Tavoitteena on ehkäistä ja vähentää päihteiden käyttöä ja siihen liittyviä sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja. Tehtävänä on myös edistää asiakkaiden toimintakykyä ja turvallisuutta läheiset huomioon ottaen. (Päihdehuoltolaki 17.1.1986/41.) Tämä toteutuu Ridasjärvellä elektiivisellä toimintatavalla. Monien eri menetelmien lähtökohdana on yhteisöllisyys, ratkaisukeskeinen ja voimavarakeskeinen työote. Erilaisin terapeuttisin keskusteluin ja haastatteluin pyritään asiakas huomioimaan psykososiaalisena yksilönä ja näin tukemaan häntä kokonaisvaltaisesti. Laitoksen henkilökunta on laajasti koulutettua ja heillä on monenlaista osaamista päihdetyöhön. (Ridasjärven päihdehoitokeskus i.a.)

Ridasjärven päihdehoitokeskuksessa toimii aktiivinen asiakkaiden perustama Toverikunta. Sen tehtävänä on lisätä asiakkaiden yhteenkuuluvuuden tunnetta, lisätä asiakkaiden aktiivisuutta sekä tuoda asiakkaiden ääni kuuluviin laitoksen asioissa. Toverikunnalla on erilaisia toimia ja virkoja, joihin vapaaehtoiset asiakkaat vastuutetaan. Asiakkaat voivat toimia muun muassa kanttiinin hoitajina, liikuntavastaavina tai pesulavastaavina.

3.1 Yhteistyössä koko työyhteisön kanssa

Hanke toteutettiin itsenäisesti, mutta koko ajan yhteistyössä muun työyhteisön kanssa. Jo pari kuukautta ennen hankkeen alkamista puhuin työntekijöille tulevasta hankkeesta ja pyysin heidän mielipiteitään ja näkemyksiään siitä, millaisesta toiminnallisesta hankkeesta päihdehoitolaitos hyötyisi. Sekä vastaavan sosiaalityöntekijän että laitoksen johtajan kanssa myös pohdimme, millainen hanke olisi, jotta se hyödyttäisi kaikkia osapuolia: päihdehoitokeskusta, asiakkaita sekä ammatillista kasvuani. Yhdessä päädyimme kädentaidolliseen projektiin, sillä se on minun henkilökohtainen vahvuuteni. Kaikki työyhteisön jäsenet suhtautuivat positiivisesti hankkeeseen ja olivat kiinnostuneita sen etenemisestä, etenkin ne päihdetyöntekijät, joiden omia asiakkaita minulla oli ryhmässä. Myös muiden työalojen kanssa yhteistyö oli mutkatonta. Yhden ohjaajan kanssa etsimme kunnostettavia tuoleja ja kiinteistöpuolen työnjohtaja neuvoi työvälineiden ja materiaalien hankinnassa. Laitoksessa kuntouttavassa työtoiminnassa työskentelevästä miehestä oli myös suurta apua. Hän neuvoi ja ohjasi työskentelytilojen käytössä sekä antoi ryhmäläisille mahdollisuuden työstää tuotoksiaan sellaisina iltoina, kun ryhmä ei virallisesti kokoontunut. Laitoksen henkilökunta oli positiivisesti Jakkara-ryhmän hengessä mukana.

Hankkeen edetessä kerroin kerran viikossa kokoontuvassa hoitoryhmässä terveisiä Jakkara-ryhmästä. Myös hankkeen päätyttyä raportoin, kuinka hanke kokonaisuudessaan toteutui.

4. TOTEUTUS

4.1 Eettisyys

Hankeen alussa pyysin laitoksen johtajalta tutkimuslupaa hankkeelle. Luvassa käy ilmi, että hanketta videoidaan sekä valokuvataan ja aineistoa saa käyttää opinnäytetyössä siten, että hankkeeseen osallistuneiden henkilöllisyys ei ole tunnistettavissa. Kaikki tallenteet hävitetään opinnäytetyön valmistumisen jälkeen.

Ryhmän ensimmäisen tapaamisen jälkeen jokainen osallistuja allekirjoitti suostumuksen videointiin, valokuvaamiseen sekä henkilökohtaisten kommenttien käyttöön opinnäytetyössä. He olivat tietoisia tunnistetietojen hävittämisestä.

Ryhmässä toin esille useammin, että ryhmä on luottamuksellinen, ja kaikki siellä käydyt keskustelut jäävät vain meidän tietoomme.

4.2 Ennen ryhmän alkamista

Kun olimme yhdessä laitoksen henkilökunnan kanssa sopineet hankkeen tavoitteista ja toimenpiteistä, ryhdyin tekemään tarkempia suunnitelmia ja ennakovalmisteluita. Etsin tarkoitukseen sopivat tuotteet, keräsin materiaaleja työstöä varten ja järjestin työskentelytilat. Suunnittelin aikataulun ja järjestin havainnoimisvälineet. Niihin kuului kamera, videokamera ja muistiinpanovälineet. Tein myös palautekyselykaavakkeet hankkeeseen osallistuville.

Koska asiakkaan hoitajakso on usein lähtökohtaisesti kuukauden mittainen, piti hanke aikatauluttaa siten, että se mahtui kuukauden sisään. Tapaamiskertoja suunnittelin olevan kaksi viikossa. Aikaa olin varannut yhdelle kerralle kaksi ja puoli tuntia. Se riitti hyvin työskentelyyn taukoineen sekä siihen, että minulle jäi aikaa kirjata muistiinpanoja. Toteutuksessa päivät eivät pitäneet paikkaansa, en

ollut tarpeeksi huomioon otettua laitoksen Toverikunnan toimintaa, ja näin ollen vaihdimme työstöpäiviä. Määrä pysyi kuitenkin samana ja muutoinkin aikataulutus tuntui onnistuneelta.

4.3 Riskit ja niiden minimointi

Mahdollisia riskejä hankkeessa oli ja ne oli hyvä ottaa huomioon jo suunnittelu- vaiheessa. Ryhmän toiminnallisen osuuden riskitekijä oli asiakkaiden sitoutuminen ryhmään. Osa Ridasjärven asiakkaista keskeyttää hoitonsa tai jättää joitakin hoitoon kuuluvia velvollisuuksia hoitamatta. Kyngäs ja Hentinen (2008) kuvaavat sitoutumisen olevan asiakkaan aktiivista ja vastuullista toimintaa terveyden edellyttämällä tavalla yhteistyössä ja vuorovaikutuksessa hoitohenkilökunnan kanssa. Lähtökohta Jakkara-ryhmään sitoutumisessa oli varmastikin sen vapaa-ehtoisuus. Ketään osallistujaa ei tarvinnut houkutella mukaan, vaan kaikki osallistuivat oma-aloitteisesti. Yhden ryhmäläisen sitoutuminen oli heikompaa, hän ei osallistunut kaikkiin kokoontumisiin ja ennen viimeistä kertaa hän keskeytti hoidon. Muut osallistuivat sitoutuneesti toimintaan ja saivat työnsä valmiiksi. Sitoutumista ryhmään pyrin tukemaan hyvällä vuorovaikutuksella sekä ryhmäläisten omalla osallisuudella.

Opinnäytetyön onnistumisen riskinä oli myös dokumentoinnin, lähinnä videoinnin, epäonnistuminen. Pyrin estämään sitä varmistamalla videoinnin toimivan ennen ryhmän alkua sekä heti tilanteen jälkeen. Jokaisen kokoontumisen jälkeen tein vielä kirjalliset muistiinpanot havainnoimistani seikoista.

4.4 Ryhmän kokoaminen

Kun hankkeen suunnitelmat olivat valmiit, ryhdyin kokoamaan ryhmää. Olin suunnitellut ryhmään 3-5 asiakasta. Laitoksessa kokoontuu kerran viikossa Ridis-kokous, johon osallistuivat kaikki laitoksen asiakkaat ja paikalla oleva henkilökunta. Noin viikkoa ennen ryhmän alkamista pidin yhdessä tällaisessa kokouksessa lyhyen infon hankkeesta. Kokouksen jälkeen sain jo kaksi ilmoittautumista ryhmään. Kolmen päivän kuluttua ryhmässä oli neljä jäsentä, ja siitä

koostui lopullinen ryhmä. Mitään muuta kriteeriä ei osallistumiselle ollut kuin että asiakkaan hoitojakso kestää hankkeen loppuun saakka. Se että asiakkaat itse ilmoittautuvat, kertoo motivaatiosta ja kiinnostuksesta ryhmää kohtaan. Lähtökohta oli hyvä. Kukaan osallistuvista asiakkaista ei ollut minun omia asiakkaita, eikä edes samassa yhteisössä, jossa itse työskentelen.

Ryhmäläiset hakeutuivat Jakkara-ryhmään eri syistä. Jotkut ryhmäläisistä kaipasivat tekemistä laitoksen arki-iltoihin, jotkut halusivat uuden itse tehdyn jakkaran. Yksi puolestaan halusi jotain kädentaidollista tekemistä. Ryhmä palveli näitä kaikkia intressejä ja jokainen sai mitä odottikin ryhmältä. Ryhmän alkaessa en kysynyt osallistujilta, onko heillä osaamista vanhojen esineiden kunnostamisesta. Minusta se ei ollut oleellista, vaan pidin lähtökohtana sitä, että kaikki oppivat, jos eivät vielä osaa. Työskennellessä tuli esiin, että jotkut olivat tehneet aiemmin paljon samantapaista työstä, joku enemmän, joku vähemmän. Eräällä ryhmäläisistä ei ollut lainkaan kokemusta esimerkiksi hiomisesta tai maalaamisesta. Se ei kuitenkaan ollut esteenä taikka hidasteena työskentelylle, vaan hän oppi tekemällä.

Ryhmään osallistui yksi mies ja kolme naista. Nuorin heistä oli hieman yli kaksikymmenvuotias ja vanhin noin kuudenkymmenen. Minulla ei ollut heistä tiedossa kuin nimi ja hoitojakson pituus, enkä muita tietoja kaivannutkaan. Minulle riittivät ne tiedot, joita he hankkeen aikana kertoivat. Jokainen ryhmän jäsen tuli erilaisesta elämäntilanteesta, erilaisin taustoin. Yhdistävä tekijä heillä oli halu irtautua päihderiippuvuudesta. Kukaan ryhmäläisistä ei tuntenut toisiaan ennen päihdehoitokeskukseen tuloa. Kaikki kolme naista olivat samassa naisille tarkoitettussa Kasvu-yhteisössä. Ryhmään osallistunut mies ei ollut osallistunut mihinkään yhteisöön, vaan oli yksilökuntoutuja.

4.5 Havainnointi

Havainnoin hanketta videoinnilla, muistiinpanoilla ja valokuvilla. Videointia kuukaan asiakkaista ei arastellut, vaan kaikki toimivat luontevasti välittämättä kuvaamisesta. Yksi ryhmäläisistä oli hyvinkin kiinnostunut kamerasta. Ennen ryhmää hän saattoi kysyä, oliko kamera jo käynnissä. Ryhmän aikana hän saattoi käydä tarkastamassa, oliko kamera varmasti päällä. Olin asentanut ennen ryhmäläisten tuloa videokameran valmiiksi, ja painoin sen päälle, kun työskentely alkoi. Näin se ei vienyt tarpeetonta huomiota. Jos työskentelytilaan tuli joku toinen asiakas tai työntekijä, pysäytin kuvaamisen. Haasteet kuvaamisessa oli äänen kuuluvuus. Esimerkiksi kun jakkaroita hiottiin käsin, puheääni kuului nauhoituksessa huonosti. Hiomakoneen käytön aikana puheääniä ei kuulunut lainkaan. Toisaalta silloin ei myöskään keskusteltu, vaan parhaimmat keskustelut syntyivät maalausvaiheen aikana, jolloin kuvaaminen onnistu hyvin ja keskustelut tallentuivat hyvin.

Valokuvaamiseen ryhmäläiset suhtautuivat aktiivisesti. He kuvasivat omilla välineillään jakkaroidensa etenemistä ja jokaisen näkyvän vaiheen jälkeen muistuttivat minua kuvaamaan heidän töitään. Tästä päättelen heidän olleen ylpeitä töistään ja työskentelystään. Videoinnin ja valokuvaamisen lisäksi tein joka kokoontumisen jälkeen muistiinpanoja. Yhdessä video, valokuvat ja muistiinpanot täydensivät toisiaan ja antoivat kattavaa dokumenttia ryhmän toiminnasta. Produktion kirjallista osuutta kirjoittaessa dokumenteista on ollut suuri hyöty.

4.6 Toiminta

Ensimmäisellä kokoontumiskerralla kävimme laitosalueella sijaitsevan navetan vintiltä hakemassa työstettävät jakkarat. Osallistujat saivat valita mieleisensä työstettävän vanhan tuolin taikka jakkaran, joita vintiltä löytyi. Kannoimme jakkarat hallille, jossa työstö tapahtuisi. Siellä aloimme heti putsata jakkaroita. Samalla jokainen suunnitteli ääneen värejä ja koristeita omaan työhönsä. Tässä

vaiheessa minä annoin ehdotuksia, kerroin mahdollisuuksista ja eri menetelmistä, kuinka jakkaroita voi koristella.

Toinen ryhmäkerta oli kahden päivän kuluttua, jolloin lähdimme rautakauppaan ostamaan materiaalit. Ennen lähtöä teimme ostoslistan, johon listasimme tarvittavat materiaalit. Rautakaupassa jokainen valitsi omat maalit ja pensselit sekä yhdessä haimme hiomapaperit ja maalarinteipit. Kustannuksia hankkeelle tuli noin 250 €, minkä olin etukäteen budjetoanut. Kaupasta tulon jälkeen jokainen ryhmäläinen halusi heti ryhtyä työstämään omaa tuotettaan, ja he aloittivat hiomalla jakkaroita. Seuraavan iltana jatkoimme taas hiomista. Ryhmäläisillä oli mahdollisuus työstää jakkaroitaan myös niinä iltoina jolloin emme virallisesti kokoontuneetkaan. Suunnittelua jakkaroiden koristelusta ryhmäläiset tekivät myös kokoontumisaikojen ulkopuolella, etsien kuvia Internetistä ja selailemalla valmiita malleja ja sabluunoita joita olin heille tuonut.

Kaikillatyöskentely kerroilla tunnelma ryhmässä oli innostunutta ja rentoa. Ryhmäläiset auttoivat toinen toistaan ja keskustelu oli luontevaa. Videolta on havaittavissa avoin ja luottamuksellinen ilmapiiri, jossa ryhmäläiset ovat sitoutuneet ryhmään ja hyvän yhteishengen luomiseen. Ryhmän aikana osallistujat työskentelivät rohkeasti ja ennakkoluulottomasti. Vaikka yhdellä ryhmäläisistä ei ollut aiempaa kokemusta vastaavanlaisesta työskentelystä, silti hän ei missään vaiheessa kokenut osaamattomuutta. Hän kysyi ohjeita ja neuvoja sekä työskennellessään oppi tarvittavia tekniikoita. Tämä toi onnistumisen kokemuksia ja vahvasti itsetuntoa.

Kolmen viikon aikana kolme neljästä ryhmäläisestä saivat tuotoksensa valmiiksi ja saivat ne mukaan. Yksi ryhmäläisistä ei saanut jakkaraansa valmiiksi, ja ryhmän päätyttyä hän keskeytti hoidon, jättäen keskeneräisen tuotoksen laitokseen.

Jakkara-ryhmän viimeisellä kerralla kolmen ryhmäläisen työt olivat valmiita ja sitä juhlittiin istumalla jakkaroilla juoden kahvia ja ihastelemalla valmiita töitä. Ryhmä herätti kiinnostusta muissa asiakkaissa ja he saivat tulla katsomaan valmiita töitä. Ryhmäläiset kertoivat jakkaroista ja niiden työstöstä ylpeinä. Us-

kon vahvasti että Jakkara-ryhmällä oli positiivinen merkitys asiakkaiden itsetuntoon.

4.7 Roolini ohjaajana

Hankkeessa roolini oli kehittää uudenlaista toimintaa Ridasjärven päihdehoitokeskukseen ja näin toimia sosiokulttuurisena innoittajana. Hankkeen tarpeellisuuden arviointia kävimme yhteistyössä henkilökunnan kanssa. Suunnittelun yksityiskohdat tein itsenäisesti, hyväksyttäen ne työyhteisöllä. Minulle ryhmän ohjaajana kuului työskentelyn puitteiden luominen tilojen ja materiaalien osalta. Hankkeen palautteen keruu, arviointi ja raportointi ovat osa työskentelyä.

Itse ryhmän ohjaamisessa roolini oli innostaa ryhmän jäseniä toimimaan itsenäisesti, kannustaa työskentelyssä, sekä luoda hyvää ilmapiiriä. Töiden suunnittelussa annoin ideoita ja ohjeita ryhmäläisille, sekä kannustin muitakin ideoimaan toistensa töitä. Tietoisesti pyrin tukemaan ryhmäläisten keskinäistä vuorovaikutusta, tavoitteena luoda luottamuksellinen ja tunnelmaltaan avoin ilmapiiri. Ristiriitatilanteita ei työskentelyn aikana tullut, kaikki toimivat toisiaan kunnioittaen ja toisiaan auttaen.

Roolini ryhmässä oli myös olla vahvasti päihdetyöntekijä. Hyvä ilmapiiri antoi hyvän pohjan luottamukselliselle keskustelulle, jota ylläpidin koko hankkeen aikana. Sosiokulttuurisessa innostamisessa dialogisuus on yksi ydinkäsitteistä. Se että yksilöt aidosti kuuntelevat ja kuulevat toisia on avain onnistuneeseen vuorovaikutukseen. (Kinnunen, Penttilä, Rantala, Salonen & Tervo 2003,19.) Tätä kohti pyrin jatkuvasti toimimaan. Työskentelyn lomassa kävimme monenlaisia keskusteluita muun muassa asiakkaiden elämästä, päihteistä ja tulevaisuudesta. Koin minun olevan keskustelun ylläpitäjä ja kysymysten antaja, ryhmäläiset keskenään saivat aikaan hyviä keskusteluita. Välillä keskustelu liittyi jakkaroiden työstämiseen ja niistä puhumiseen, ei se kuitenkaan keskeyttänyt hyviä keskusteluita. Kun keskustelu oli vapaamuotoista ja tapahtui ikään kuin töiden lomassa, oli luontevaa vaihtaa keskusteluiden aiheita saumattomasti.

Nautin suunnattomasti jakkara-ryhmän ohjaamisesta. Se että minä olin aidosti innoissani ryhmästä ja sen työskentelystä, heijastui ryhmäläisiin ja sitä kautta heidän henkiseen hyvinvointiin ryhmässä.

4.8 Palautetta ryhmästä

Hanketta seurattiin ja arvioitiin koko sen keston ajalta. Keräsin palautetta hankkeeseen osallistuneilta asiakkailta ja henkilökunnalta. Palaute oli positiivista ja siitä näkyi kuinka tärkeää tällainen toiminta on päihdehoidossa. Moni harmitteli sitä, että vaikka laitoksella on hyvät tilat askarteluun, puutöihin ja muihin käden- taidollisiin tekemisiin, eivät ne ole siinä käytössä, mihin niissä olisi mahdollisuu- det. Ymmärsin palautteesta, että on työntekijöiden resursseista ja motivaatiosta kiinni lähteä työstämään kädentaidollista toimintaa laitoksessa.

Ryhmäläiset antoivat palautetta kirjallisesti ryhmän päätyttyä. Yksi ryhmäläisistä oli silloin jo keskeyttänyt hoidon, joten häneltä en saanut palautetta muuta kuin ryhmän aikana suullisesti. Palautteessa pyysin ryhmäläisiä arvioimaan ryhmän vaikutusta osana koko laitoshoidonjaksoa, omaa onnistumista sekä ryhmän ko- koa, ryhmähenkeä, aikatauluja sekä ohjaajan roolia.

Ryhmäläiset arvioivat ryhmäkoon olleen sopiva, neljä osallistujaa oli tarpeeksi pieni luottamuksen ja työrauhan kannalta. Ryhmäläiset antoivat myös palautetta ryhmän hyvästä hengestä, johon vaikutti myös pieni ryhmäkokoo. Ryhmähen- keen vaikutti jokainen ryhmäläinen itse omalla asenteellaan ja sitoutumisellaan. Ryhmäläiset arvioivat omaa työskentelyään ja olivat tyytyväisiä lopputulokseen. He arvioivat jossain määrin ryhmän tukeneen kuntoutusta laitoshoidon aikana.

Palautteesta ei tullut esiin mitään yllättävää, ryhmässä pidimme yllä keskustelua tämän kaltaisen toiminnan tärkeydestä ja kuinka osallistujille merkitsi osallistua kädentaidolliseen ryhmään. Hankkeen viimeisellä kerralla pidimme ”Jakkaralla- istumis-juhlat”, joissa kahvitelimme ja kiitimme toisiamme puolin ja toisin hyvästä ryhmästä.

5. PÄIHTEET JA PÄIHDERIIPPUUUS JA TOIPUMINEN

5.1 Päihteet

Päihteillä tarkoitetaan kemiallisia aineita tai yhdisteitä, joita käytetään päihtymys-, piristys-, ja huumaustarkoituksessa (Annala & Saarelainen 2007, 34). Laillisia päihteitä ovat tupakka ja alkoholi. Laittomista huumausaineista sosiaali- ja terveysministeriö ylläpitää ja päivittää luettelo EU:n suositusten mukaisesti. Jatkuvasti markkinoille tulee uusia huumausaineita, joita ei ole ehditty vielä luokitella laittomiksi. Joitakin lääkkeitä, liuottimia ja sieniä myös käytetään päihtymistarkoitukseen. Sekakäyttöksi kutsutaan lääkkeiden väärinkäyttöä yhdistettynä alkoholin tai huumeiden käyttöön päihtymistarkoituksessa. (Käypähoito i.a).

Yleisin Suomessa käytettävä päihde on alkoholi, noin 90 % väestöstä käyttää alkoholia. Suurin osa alkoholin käytöstä on kohtuullista. Kuitenkin huomattavalla osalla suomalaisista on alkoholin riskikäyttöä. Miehistä noin viides ja naisista joka kymmenes käyttää alkoholia yli riskirajojen. Alkoholiriippuvaisia arvioidaan Suomessa olevan 8 % miehistä ja 2 % naisista. (Seppä, Alho, Kiiänmaa 2010, 5). Huumausaineiden ongelmakäyttäjää arvioidaan Suomessa olevan noin 0.6 % -0.7 % 15–55 -vuotiaasta väestöstä. Miehiä tästä määrästä on noin 80 %. (Varjonen, Tanhuan, Forsell, Perälä 2012, 56).

5.2 Riippuvuus

Alkoholin ongelmakäytön eri muodot voidaan jakaa kolmeen kategoriaan: riskikäyttöön, haitalliseen käyttöön ja alkoholiriippuvuuteen. Riskikäyttö ei ohjaa elämää kuten riippuvuus, mutta saattaa aiheuttaa tilannekohtaisia haittoja, kuten onnettomuuksia. Mitä enemmän yksilö juo, sitä enemmän pahenevat alkoholin haitat, ja riskikäyttö saattaa johtaa haitalliseen käyttöön. Sillä on jo terveyteen ja muuhun hyvinvointiin vaikuttavia riskejä. Haitallinen alkoholin käyttö on

määritelty Maailman terveysjärjestön ICD-10 luokituksessa samoin kriteerein kuin alkoholi riippuvuus, haitallista käyttöä ei kuitenkaan luokitella sairaudeksi kuten riippuvuus. Pitkään jatkunut alkoholin käyttö kuitenkin altistaa alkoholiriippuvuudelle, joka luokitellaan oireyhtymäksi. (Aalto 2010, 8-9.)

Alkoholiriippuvuuden syitä on tutkittu paljon, muun muassa kaksostutkimuksilla on pyritty selvittämään periytymisen osuutta riippuvuuden synnylle. Itsessään alkoholiriippuvuus ei ole perinnöllistä, vaan taipumus siihen periytyy. Perimässä otetaan huomioon yksilön aineenvaihdunta, hermoston toiminta ja rodulliset ominaisuudet. Arviolta perintötekijät lisäävät alkoholisoitumisen riskiä noin 50 %. Pelkkä perimä ei kuitenkaan tee kenestäkään alkoholistia. Alkoholiriippuvuus on itse aiheutettu aivojen sairaus, joka kehittyy asteittain. Päihderiippuvuus voi olla sekä fyysistä että psyykkistä tai molempia. Riippuvuus tuo haasteita yksilön jokapäiväiseen elämään, kotiin ja työelämään. Näin ollen se lisää taloudellisia ja sosiaalisia ongelmia. Hallitsemattomasta alkoholinkäytöstä tulee arkea ohjaava tekijä. (Kiianmaa 2010, 23–30.)

Maailman terveysjärjestön ICD-10-luokitukseen on määritelty kriteerit alkoholiriippuvuudelle. Diagnoosi voidaan tehdä jos vähintään kolme kriteeriä on todettu viimeisen kuukauden aikana tai lyhyempinä jaksoina kuluneen vuoden aikana.

- Voimakas halu tai pakonomainen tarve käyttää alkoholia.
- Kyky hallita juomisen aloittamista, lopettamista tai käytettyjä määriä on heikentynyt.
- Esiintyy vieroitusoireyhtymiä alkoholin käytön vähentyessä tai lopetuksen yhteydessä.
- Kyky sietää alkoholia on kasvanut.
- Keskittyminen alkoholin käyttöön niin, että muut mielihyvän lähteet ja kiinnostuksen kohteet jäävät sivuun ja aika kuluu alkoholin käyttöön ja sen vaikutuksista toipumiseen.
- Alkoholin käyttö jatkuu haitoista huolimatta.

(Käypähoito i.a.)

Kaikilla Jakkara-ryhmään osallistuneilla oli alkoholiriippuvuus, yhdellä lisäksi huumeongelma. Eräs ryhmäläisistä kuvasi omaa alkoholi riippuvuuttaan Juomiseksi, silloin hän ei tehnyt mitään muuta kuin joi, kaikki muu oli toisarvoista.

Hän kuvasi kuinka juominen vain jatkui ja jatkui kun sen aloitti. Juomista kesti useita kuukausia peräkkäin. Hänen kohdallaan toteutui moni kriteeri ICD-10 järjestelmässä. Hän joi enemmän ja kauemmin kuin oli tarkoitus. Hän ei kyennyt lopettamaan juomistaan. Hän ei löytänyt arjestaan mitään mikä olisi mennyt juomisen edelle. Hänelle laitoshoidojakso Ridasjärven päihdehoitokeskuksessa oli kolmas, hän oli käynyt vuosia säännöllisesti oman kunnan A-klinikalla. Eli hän tunsi ja tiesi alkoholista aiheutuvat haitat. Hän kertoi olevansa alkoholisti ja sairastanut alkoholiriippuvuutta vuosia. Hän oli ryhmästä ainoa, jolla oli tavoitteen täysraittius. Hän oli motivoitunut raitistumaan ja ottamaan ammattiavun vastaan. Muut ryhmäläiset kertoivat myös alkoholiongelmistaan, mutta heillä tavoitteena oli kohtuukäyttö juomisen suhteen. Kaikilla heillä oli kuitenkin halu päästä irti päihteiden ongelmakäytöstä ja he olivat avoimia ottamaan apua vastaan.

5.3 Toipuminen ja sen kolme reittiä

Irtautuminen päihteistä on usein prosessiluonteista. Useimmiten toipuminen etenee vähitellen siten, että päihteidenkäyttökaksot esiintyy, mutta ne lyhenevät ja raittiit jaksot välissä pitenevät. Näin ollen päihteidenkäytön haitat vähenevät ja samalla raittiilla jaksolla toipuminen vahvistuu. Toipumista edistävät muun muassa raitis sosiaalinen verkosto, vertaistuki tai hengellinen herätys. Toipuminen päihderiippuvuudesta on aikaa vievä prosessi, joka vaatii ihmistä muuttumaan. Ihminen joutuu opettelemaan uudenlaisen tavan elää. Hänen tulee löytää oma identiteetti uudestaan ja muuttaa asenteitaan. Usein toipumiseen tarvitaan ulkopuolisia tukijoita: omaisia, vertaistukea tai ammattiapua. (Suokas, Liias & Salo-Chydenius 2008, 156–157.)

Päihteiden käyttö ja siitä toipuminen on yksilöllistä, eikä ole olemassa yhtenäistä hoitomuotoa tai toipumisen tapaa. Päihderiippuvuudesta toipumiseen on useita reittejä ja ne voi jakaa karkeasti kolmeen kategoriaan; spontaaniin toipumiseen, ammattiapuun ja vertaistukeen.

Spontaanilla toipumisella tarkoitetaan raitistumista yksilön omasta halusta, ilman ammattiapua tai vertaistukea. Tämä itsenäisesti toipuva joukko on vaikea tutkittavaksi, sillä he eivät näyttäyty ammattilaisten tai yhteiskunnan näkökulmasta. Osa spontaanisti toipuvista hakeutuu kuitenkin hoitoon itsestään löytyneen muutoksen halun jälkeen. Osa taas kokee saavansa avun muualta kuin ammattilaisilta taikka vertaisilta, esimerkiksi omaisilta. He eivät koe saavansa tarjolla olevista hoitomahdollisuuksista sellaista lisäarvoa, mitä he eivät muualta saisi. (Kuusisto 2009, 32–36.)

Ammattiapu päihdehoidossa voidaan ajatella olevan yksilön kannalta enemmänkin raitistumista tukevaa kuin muutosta synnyttävää. Spontaanista raitistumista on tapahtunut jo ennen hoitoon hakeutumista. Ammattiavun tarkoituksena on antaa yksilölle toivoa ja tukea muutoksen mahdollisuuteen, tuoda näkökulmia raittiuteen sekä löytää ja vahvistaa yksilön voimavaroja. Erilaisten hoitomuotojen vertailu ei ole osoittanut minkään olevan toistaan parempi. Sen sijaan hoidon ajoitus oikeaan aikaan antaa parempia hoitotuloksia kuin jokin tietty hoitomuoto. (Kuusisto 2009, 36–38.)

Vertaistuella tarkoitetaan apua ja tukea jota saadaan muilta, joilla on sama ongelma. Tarkoituksena vertaistuella on saada itse apua, mutta myös antaa sitä toisille. Suomessa ja maailmanlaajuisesti näkyvin toimija lienee AA, Alcoholics Anonymous, Nimettömät alkoholistit. Mutta myös muissa hoitomuodoissa on vertaistuki läsnä. Ryhmän antama vertaistuki sopii niille, joiden omasta sosiaalisesta verkostosta ei ole riittäväksi tueksi päihdeongelmaan. (Kuusisto 2009, 38–41.)

Kaikki Jakkara-ryhmään osallistuneet hakivat päihdehoitokeskuksesta ammattiapua päihdeongelmasta toipumiseen. Heillä kaikilla oli oma halu ja tavoite, joko lopettaa päihteiden käyttö kokonaan, tai vähentää sitä. Kaikilla ryhmäläisillä oli ollut jo spontaanista toipumista ennen ammattiavunpiirin hakeutumista. Itsenäisesti kukaan heistä ei ollut pystynyt pääsemään vuosia kestäneestä päihdeongelmasta, vaan jokainen tarvitsi ja oli valmis ottamaan vastaan ammattiapua. Yksi ryhmäläisistä kertoi olevansa kolmatta kertaa Ridasjärven päihdehoitokes-

kuksessa, kaksi kertoi olleensa aiemmin muualla laitoshoidossa ja yhdellä ei ollut aiemmin kokemusta laitoshoidosta.

Jakkara-ryhmässä he saivat myös vertaistukea toisiltaan. Vaikka kaikilla oli erilaiset taustat, löysivät he silti yhtymäkohtia päihdeongelmaan ja siitä toipumiseen.

Ryhmässä pyrin pitämään toipumisen näkökulmaa yllä, haastamalla ryhmäläisiä pohtimaan mitä heidän elämässään tulisi muuttua, jotta toipumista tapahtuisi. Kysyin muun muassa mistä he saavat tukea toipumiseen hoitajakson päätyttyä. Ryhmäläiset kertoivat tuen tulevan esimerkiksi mielekkästä tekemisestä, raittiista ihmissuhteista ja omasta päätöksestä.

Kolme ryhmäläistä oli aiemmin ollut laitoshoidossa ja heillä oli takana myös pitkiä, yli kuukausien raittiusjaksoja. Kysyin mitä oli tapahtunut miksi päihteiden käyttö oli taas noussut ongelmaksi. Eräs ryhmäläinen vastasi lyhyesti hänen olevan alkoholisti ja siksi juominen lähtee rajuksi heti pienestä alkoholimäärästä. Toinen kertoi juomisen pikkuhiljaa lisääntyneen siten, että se ei ole enää hallittavissa. Eräs ryhmäläinen totesi, ettei hän jaksakaan enää kertoa mitä on tapahtunut. Pienen ajan sisällä hän oli joutunut kertomaan niin monelle taholle miksi tarvitsee apua, että samojen asioiden toistaminen tuntui hänestä rasittavalta. Päihdehoidossa on monia auttavia tahoja avohuollossa, laitoshoidossa ja asuntolapalveluissa, ja kaikkialla on käytävä läpi samat faktat päästäkseen etenevästi hoidon piirissä. Siksi oli ymmärrettävää että hän ei enää puhunut viimeisimmistä tapahtumista ennen laitokseen tuloa. Hän keskittyi lähinnä puhumaan tulevaisuudesta ja siitä, kuinka hän voi jatkaa elämää ilman ongelmallista päihteiden käyttöä.

6. SOSIOKULTTUURINEN INNOSTAMINEN

6.1 Historia

Innostamisen syntyhetkeä on vaikea määrittää, innostamista on ollut maailmassa aina. Kautta aikain on ollut poliittisia kiihottajia ja keskiajalla ristiretkille kannustavat trubaduurit ovat olleet aikansa innostajia. Käsitteenä ja ammattina innostaminen syntyi toisen maailmansodan jälkeisessä Ranskassa, jossa demokratian arvoja pyrittiin tuomaan takaisin sodan jälkeen. Ammatiksi innostaminen nousi 60-luvulla vapaaehtoistyön pohjalta. Samaan aikaan Unesco otti käsitteen omakseen ja lähti levittämään sitä ympäri Eurooppaa. Latinalaiseen Amerikkaan sosiokulttuurinen innostaminen levisi myöhemmin vahvana. (Kurki 2000, 11–12.) Nykyisin innostaminen on levinnyt laajasti ympäri maailmaa, vahvimpiina romaanisten kielialueiden maihin, mutta myös muualle kuten Australiaan, Sveitsiin, Alankomaihin ja Suomeen. Suomessa käsite on jokseenkin uusi, vaikkakin innostamisen lähellä olevalla toiminnalla on pitkät perinteet. (Kurki 2011, 42, 47). Sosiokulttuurista innoittamista näkyy muun muassa nuorisotyössä, vanhustyössä sekä vankiloissa tehtävässä työssä.

6.2 Käsitteet ja tavoitteet

Sosiokulttuurinen innostaminen on ilmiönä laaja-alainen ja monimuotoinen. Suomessa innostaminen on tiiviisti kiinni sosiaalipedagogiikassa, missä on sen tiedeperusta. Toisaalta innostamisella on omat selkeät piirteet ja se on saanut omaa, itsenäisempää luonnetta. (Kurki 2000, 44,45.) Tavoitteena innostamiselle on saada yksilöiden kautta kehittää yhteisöjen arvoja, sitoutuneisuutta sekä luovuutta. Tarkoituksena on synnyttää liikettä kohti sosiaalisia ulottuvuuksia ja saada aikaan muutoksia yksilö- ja yhteiskunnallisella tasolla. (Kurki 2000, 46-47.)

Innostaminen on aktiivista ja osallistavaa kasvatusta ja siitä lähteviä menetelmiä. Innostamisen ytimessä on pyrkimys aikaansaada sosiaalista liikettä sekä luoda ja vahvistaa sosiaalista muutosta. Aloitteellisuus, osallistuminen sekä

toiminnan ja sen merkityksen pohdinta ovat sosiaalisia käytänteitä joita tavoitellaan. Sosiokulttuurinen innostaminen on aina tavoitteellista ja suunniteltua. Sen toiminta perustuu suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin yksilön ja yhteisön näkökulmasta. Innostaminen on teoreettista yhdessä menetelmien ja tekniikan kanssa. (Kurki 2011, 54–55.) Toiminnaltaan sosiokulttuurinen innostaminen voi olla monenlaista ja monimuotoista. Se voi olla draamallista, kuvataiteellista tai musiikillista. Kuitenkin siten, että luovuuden, osallisuuden ja yhteisöllisyyden elementit ovat tavoitteellisesti näkyvissä. Ridasjärven päihdehoitokeskus antaa fyysiset puitteet moniin mahdollisuuksiin. Siellä on tilat niin puutöille, askarteluun kuin musisointiinkin. Laitoshoidon asiakaskunta on sitä ainesta, joka ymmärrän hyötyvän innostamisen tavoitteellisesta toiminnasta. Siksi tämänkaltaisen toiminta olisi hyvä juurruttaa jatkuvaksi toimintamuodoksi päihdehoitoon.

Sosiokulttuurisessa innostamisessa on kolme tehtäväaluetta jotka painottuvat eri prosesseissa eritavalla: tuotantotehtävä, helpottajana ja välittäjänä toimimisen tehtävä sekä valaistumisen tehtävä. Tuotantotehtävällä tarkoitetaan projektia jota tehdään, tai tuotosta joka innostamisen pohjalta syntyy. Se voi olla näkyvää tai ajatuksellista, esimerkiksi rakennettu esine, suoritettu tutkinto tai ilmaisullinen tapahtuma. Pelkkä tekeminen ja toiminta itsessään ei riitä täyttämään sosiokulttuurisen innostamisen tehtävää, vaan tekemisellä on oltava syvempi tarkoitus ja perusteet miksi toimintaa harjoitetaan. Sosiokulttuurisessa innostamisessa tuotantotehtävän tavoite on kokemuksellisessa oppimisessa ja yksilön kasvuun ja kehitykseen tukevassa toiminnassa. Helpottajana ja välittäjänä toimimisen tehtävässä innostajan rooli korostuu. Välittämisen tehtävä on kiinteyttää ryhmää ja toimia osallistujien vuorovaikutusta tukien. Painotus on sosiaalisissa suhteissa ja niiden kehittämisessä. Tavoitteena on löytää osallistujissa yhteisiä mielenkiinnon kohteita, sekä heissä yksilöinä, että yhteiskunnallisesta näkökulmasta. Työntekijä pyrkii löytämään ja vahvistamaan näitä intressejä. Valaistumisen tehtävässä pyritään selkeyttämään osallistujien tunteita ja vapauttamaan puhetta. Työntekijä lähtee tietoisesti kannustamaan osallistujien arvojen ja asenteiden puheeksi ottamista ja sanoittamista. (Kurki 2010, 189–190). Jakkara-ryhmässä toteutui kaikki kolme tehtävää. Pelkkä vanhojen jakkaroitten uusiksi tekeminen ei olisi ollut riittävää sosiokulttuurisen innostamisen näkökulmasta. Kun ryhmässä oli vahvasti mukana yhteisöllisyys, terapeutin

keskustelu ja osallistujien aktivointi, kaikki tehtävät tulivat näkyviksi. Maalatessa jakkaroita, tekemisen rinnalla, avoimilla kysymyksillä kannustin ryhmäläisiä aktiiviseen keskusteluun.

Innostamisen toiminnassa on kolme osapuolta: innostaja, toiminta, ja kohde. (Kurki 2000, 47). Jakkara-ryhmässä toimin innostajana mahdollistaen aktiivisen toiminnan. Toimintana oli ryhmässä työskentely, jonka avulla toivoin saavan sekä persoonallista että yhteisöllistä muutosta osallistujiin. Kohteena olivat päihdekuntoutujat, jotka tavoittelevat muutosta elämäänsä. Kolmen osallistuvan osapuolen taustalla on neljäs taho, Ridasjärven päihdehoitokeskus, jonka tukemana toiminto mahdollistui.

Sosiokulttuurissa innostamisessa oleellista on saada yksilö tiedostamaan vastuu itsestään ja oman elämänsä kulusta (Kurki 2008, 69–70). Pyrin tietoisesti ohjaamaan keskustelua kuinka he voisivat itse vaikuttaa oman elämän kulkuun ja millä keinoin he pyrkisivät itse parantamaan elämänlaatuaan. Haastoin ryhmäläisiä pohtimaan muun muassa perheen merkitystä. Valmiita vastauksia en antanut, vaan avoimilla kysymyksillä pyrin saamaan vastauksia ryhmäläisiltä itseltään. Ryhmäläiset tarttuivat keskusteluun positiivisesti ja tuottivat hyviä pohdintoja vanhemmuudesta ja roolina perheenjäsenenä. Toivon tämän tyyppisten keskusteluiden herättävän halua muuttaa aiempia elämäntapoja ja kannattelevan toipumista.

Ryhmäläiset toimivat aktiivisesti ja yhteisöllisesti toistensa hyväksi. Esimerkiksi ryhmän alettua yhtä ryhmäläistä ei näkynyt paikalla, toiset kyselivät hänen poissaoloa, soittivat hänelle ja kehottivat tulemaan mukaan. Yhteisöllisyyttä kuvasi myös se, kuinka yksi ryhmäläinen hankki tarveaineita jakkaroitten koristeluun. Hän toi purkkeja ja paperilautasia maalien sekoittamista varten ja erilaisia materiaaleja joilla voi kuvioda jakkaroita. Tämänlainen aktiivinen toiminta kuvastaa yhteisöllisyyttä ja osallisuutta, josta sosiokulttuurisessa innostamisessa on kyse.

6.3 Ammattina innoittaja

Sosiokulttuurisena innostajana toimiminen on hyvin eritasoista ja innostajana voi toimia monella eri sosiaalityön kentällä: vapaaehtoistyöstä hallinnolliseen byrokraatiaan. Innostajan toiminta voi olla ryhmien ohjaamista, suunnittelua tai koordinointia, oman ammattinimikkeen sisällä toimimista. Työalana voi olla mikä tahansa sosiaalityön kenttä, selkeimpänä ehkä nuorisotyö. Oma koulutus ja ammatti ovat lähtökohta sosiaalisen innostamisen osaamiselle ja sitä kautta toimimiselle. Pelkkä oma innostuneisuus ja asenne eivät ole riittävää innostajana toimimiselle, sillä työ saattaa sisältää erilaisia vastuita ja tehtäviä, jotka on oltava työntekijän hallussa. (Kurki 2000, 80–84.) Itse toimin innostajana päihde-työntekijän ammattinimikkeellä.

Innostajan oma innostuminen on lähtökohta innostajana toimimiselle. Innostajan inhimillisyys ja omakohtainen sitoutuminen työhön ovat innostamisen ytimessä. Työntekijän omat luonteenpiirteet ja asenteet ovat oleelliset. Hänellä tulee olla kiinnostusta ja kykyä oppia jatkuvasti uutta. Innostajan oma henkinen tasapaino ja kypsyys luovat vahvuuden toimia vaativissakin tilanteissa, joita sosiaalialalla joutuu kohtaamaan. Työntekijällä on oltava kyky luottaa ihmisiin sekä heidän ominaisuuksiinsa ja taitoihinsa kehittyä eteenpäin. Työntekijän tulee ymmärtää ihmissuhteiden merkitystä ja luonnetta. Hänen tulee toimia ryhmän johtajana johtamatta, olla ryhmälle hyödyllinen, mutta ei välttämätön. (Kurki 2000, 80–84.) Jakkaroiden työstämisen kannalta koen toimineeni ryhmässä juuri Kurjen kuvaamalla tavalla. Uskon että he jotka ryhmässä saivat työnsä valmiiksi, olisivat he saaneet ne ilman minun ohjaustanikin. En siis ollut jakkaroiden valmistumisten kannalta välttämätön, pikemminkin mahdollistaja. Tuin ryhmäläisten omaaloitteisuutta pyrkimällä mahdollisimman vähän neuvomaan ja ohjamaan tekemisessä, kannustin heitä itse ottamaan vastuuta sekä ryhmän toiminnasta että jakkaroiden työstöstä. Toisaalta päihde-työntekijän näkökulmasta roolini ryhmässä oli erityisen tärkeä. Siinä kykenin synnyttämään terapeuttisia keskusteluita ja näin ollen tukemaan ryhmäläisten toipumista päihdeongelmista, mikä onkin heidän hoitonsa lähtökohta.

Sosiokulttuurinen innostaminen on tavoitteellista ja suunniteltua, tätä toteutin ryhmässäni. Jakkara-ryhmässä toimin innoittajana suunnitellessani ryhmää työyhteisön kanssa, toteutin ryhmän asiakkaiden kanssa yhdessä, sekä arvioin ryhmän toteutumista sekä itseni, asiakkaiden, että Ridasjärven päihdehoitokeskuksen näkökulmasta. Ryhmässä sosiokulttuurisen innostamisen elementtejä oli myös yhteisöllisyys, uuden oppiminen ja luovuuden löytäminen. Ridasjärven päihdehoitokeskus antaa hyvät mahdollisuudet päihdetyöntekijälle toimia innoittajana nimenomaan kädentaito painotteisiin hankkeisiin.

7. LUOVUUS

Luovuutta on tutkittu paljon. Sitä on määritelty monin tavoin riippuen siitä, mihin liittyvää luovuutta on tutkittu. Uusitalo (1999) kuvaa luovuuden olevan kaikkien ihmisten saatavilla eritasoilla. Lahjakas luovuus voi yltää huipputuotoksiin, kuten uuteen keksintöön tai tieteelliseen työhön. Toisaalta luovuutta on paljon hyvinkin tavanomaisissa ja vaatimattomissakin puitteissa, ihmisen arjessa vapaana itsensä toteuttamisena. Se näkyy ihmisen tapana toimia kotona, työssä ja harrastuksissa. Luovuuden ydin onkin juuri ihmisen rohkeus toimia omaperäisesti ja uutta luoden. (Uusikylä & Piirto 1999, 6-7.)

Luovuutta määritellään välillisesti sen kautta, mitä luovassa prosessissa tapahtuu taikka mitä siitä syntyy. Luovuus liittyy aina johonkin erityisalaan, kuten kuvataiteeseen, matematiikkaan, johtamiseen tai opettamiseen. Luovuus, jota perheenäiti käyttää saadakseen eilisistä tähteistä uuden aterian, on erilaista kuin fyysikko Albert Einsteinin luovuus. Silti molemmissa tapauksissa työskentelee luova ihminen luovassa prosessissa. Luovuuden mittaaminen onkin vaikeaa, jopa mahdotonta. On helppo määrittää luovuutta jonkin tuotoksen, kuten esimerkiksi uusien sävellysten kautta, mutta toiminnallinen ja arkipäivän luovuus eivät ole niin selvärajaisia, että niitä olisi helppo arvioida. (Uusikylä & Piirto 1999, 12–14.)

Päihdetyössä luova toiminta tukee kuntoutuvaa monin hyödyin. Siinä missä se tarjoaa mielekäästä ja arkea rikastuttavaa toimintaa, se vahvistaa itsetuntemusta ja auttaa ilmaisemaan tunteita. Luova toiminta tukee yksilön itseilmaisua sanattomasti, toisaalta se tukee myös ajatusten ja tunteiden sanoittamista. Työskentelyprosessissa tekeminen on lopputulosta tärkeämpää. Luovassa tekemisenprosessissa ihmisellä on mahdollista saada näkyväksi itsessään olevia voimavaroja ja tätä kautta vahvistaa omaa minäkuvaansa. (Julkunen & Nyberg-Hakala 2010,48.)

Jakkara-ryhmässä luovuus ja luova työskentely näyttäytyivät monella tavalla. Ryhmäläisten luovuus näkyi monella tapaa. Vanhojen esineiden uusiksi näke-

minen ja tekeminen tarvitsevat luovuutta. Uusitalo (1999,50) kuvaa luovan persoonan olevan ongelmanratkaisutaitoinen, joka käyttää olemassa olevia menetelmiä. Se näyttäytyi Jakkara-ryhmässä heti alkuun, kun asiakkaat näkivät vanhat tuolit. Siinä missä joku toinen olisi nähnyt vanhat, likaiset, vinossa olevat jakkarat, ryhmäläiset näkivät käyttökelpoiset esineet, joille pitää tehdä jotain. Ongelma oli kuluneet jakkarat, ja ratkaisu, että niistä voi tehdä uudet kunnostamalla ja maalaamalla. Oli hauska seurata, miten jokainen valitsi oman jakkaransa ja lähti heti suunnittelemaan, miten sen ehostaisi ja mihin käyttöön se tulisi. Työskentelyssä käytettiin sekä käsityötä että mielikuvitusta, jotta jakkarat saatiin ehjiksi, mielekkäiksi ja kauniiksi.

Luovuus näkyy sekä valmiina tuotoksina että arjen pienissä teoissa (Uusikylä & Piirto 1999, 6-7). Mielenkiintoista oli seurata ryhmäläisten luovuutta työskentelyvaiheessa. Vaikka valitut maalit sävytimme rautakaupassa, silti ryhmäläiset sekoittivat värejä keskenään ja saivat uusia väriyhdistelmiä. Maalatessa ja koristelussa ryhmäläiset käyttivät esimerkiksi pahvinpaloja, hiomapaperia ja papiljotteja saadakseen mielenkiintoisia kuvioita. Ryhmäläiset käyttivät erilaisia menetelmiä maalaamisessa, osa maalasi kuvioita vapaalla kädellä, joku käytti valmiita sabluunoita. Eräs ryhmäläisistä signeerasi oman jakkaransa painamalla omat kädenkuvat jakkaran pohjaan. Kukaan ei vähätellyt kenenkään työtä tai työskentelyä, vaan kaikki kannustivat ja kehuivat toisiaan. Tämä osaltaan antoi tilaa kokeilla rohkeasti uutta ja käyttää luovuutta.

Ryhmän aikana havaitsin, kuinka luovuus ikään kuin ruokkii itseään. Luovuus näyttäytyi Jakkara-ryhmässä joidenkin ryhmäläisten jatkuvana tekemisen innostuksena. Kun oman tuotoksen seuraavaa vaihetta odotettiin, ryhmäläiset hakivat ylijäämämateriaaleja, joista ryhtyivät työstämään uusia taideteoksia. Ryhmäläisten toinen toisiaan kannustava ilmapiiri antoi tilaa luovuudelle ja rohkeudelle toteuttaa itseään. Ryhmäläiset auttoivat ideoimaan toisensa töitä sekä auttoivat ja kannustivat tekemisessä. Uskon, että ryhmässä luovuutta oli enemmän, kuin jos jakkaroita olisi työstetty yksilöittäin. Toivon että luovuutta käyttäen valmiiksi saadut jakkarat muistuttavat ryhmäläisiä myöhemmin niistä tunteista ja tunnelmista, joita he kokivat työskennellessään. Toivon myös, että jakkara, konkreet-

tinen esine kotona, palauttaisi mieliin positiivista minäkuvaa ja onnistumisen kokemuksia, joita ryhmän aikana syntyi.

8. KÄSILLÄ TEKEMISEN TERAPEUTTISUUS

Toiminnallisena menetelmänä käsillä tekemistä ja käsitöitä on käytetty pitkään ja eri tavoin monissa hoitomuodoissa, määrittelemättä sitä terapiaksi. Terapia ja terapeuttisuus käsitteenä ovat hoitamista, parantamista, ongelmien vähentämistä ja ymmärtävää auttamista. Kädentaidoissa terapeuttisen menetelmän siitä tekee toiminnan suunnitelmallisuus, systemaattisuus sekä tavoitteellisuus. Tavoitteilla haetaan asiakkaan ajatteluun, toimintaan, tunteisiin ja elämään muutosta. Käsillä tekeminen voidaan ajatella kaksijakoisena, jolloin toinen merkitys on käsityöllä tuotoksena ja sen tekemisellä itsessään. Toisaalla sillä on käsityön ulkopuolella oleva merkitys joka liittyy yksilöön ja hänessä tapahtuvaan prosessiin. Käsillä tekeminen herättää mielikuvia ja miellejhtymiä menneestä, nykyhetkestä tai tulevasta. Näin ollen käsillä tekemisellä on terapeuttisia vaikutuksia ja se toimii terapiavälineenä. (Pöllänen 2008, 91–93.) Hoitotyössä käsillä tekemistä voidaan toteuttaa auttavalla, vahvistavalla, intensiivisellä ja priimatasolla. Kaikkien tasojen tavoite on yksilön elämänhallinnan tunteen ja itsetuntemuksen lisääminen. Auttavalla tasolla käsityö toimii harrastuksen omaisena toimintana ja menetelmänä terapeuttisessa hoidossa. Vahvistavalla tasolla käsityö toimii omana kokonaisuutena, toisen tai toisten hoitomuotojen toiminnallisena ja terapeuttisena tukena. Intensiivisellä tasolla käsityöllä on oma terapeuttinen rooli, joka on intensiivinen ja systemaattinen muutosprosessi. Priimatasolla käsityöllä on tavoitteena tukea syvää ja laajaa muutosta yksilössä kädentaitojen ollessa välttämätön ja yksinomainen rooli. Priimatasolla kädentaitojen kautta yksilöä tuetaan niin psykoterapeuttisesti kuin lääketieteellisesti. (Pöllänen 2008, 99.)

Jakkara-ryhmä toimi käsityön terapeuttisena välineenä vahvistavalla tasolla. Jokaisella osallistujalla oli päihdekuntoutukseen tullessaan oma hoitosuunnitelma, Jakkara-ryhmä toimi omana kokonaisuutena muiden hoitomuotojen rinnalla tukien asiakkaan kokonaisvaltaista hoitoa päihdeongelmasta toipumiseen.

Pölläsen mukaan käsillä tekeminen ja sen aiheuttamat miellejhtymät voivat herättää niitä aiheita joka ovat yksilön muutoksen kannalta oleellisia (Pöllänen 2008, 93). Eräs ryhmäläisistä totesikin vinoa ja kulunutta jakkaraa käännelles-

sään, kuinka se on hänen itsensä näköinen: kolhiintunut ja elämää nähnyt, mutta hyvä siitä vielä tulee. Kuten Pöllänen kirjoittaa käsillä tekemisen synnyttävän assosiaatioita menneestä, tulevasta ja nykyisyydestä, todentui se vahvasti Jakkara-ryhmässä. Hiotessa jakkaroita ryhmäläiset muistelivat omia aiemmin tehtyjä kädentöitään. Usein puheissa oli aika jolloin ei käytetty päihteitä. Myös tulevaisuuden mielikuvia ilmeni työstäessä tuotoksia. Maalatessa omaa jakkaraansa yksi ryhmäläisistä kertoi tekevänsä sitä pienelle pojantyttärelleen. Käsillä tekeminen muodosti kuvaa hänen läheisistä ihmisistä ja vahvasti isovanhemmuita. Toinen ryhmäläinen suunnitteli kotiinsa keittiöremonttia laitoshoitajakson päätyttyä. Käsillä tekeminen synnytti ajatuksia muutoksesta elämässä ja näin vahvasti toipumista. Jakkaroiden työstämisessä näkyi käsillä tekemisen kaksitasoisuus josta Pöllänen kirjoittaa: itse jakkara konkreettisenä esineenä ja sen työstämisen nautinto, sekä muutosprosessi, jota syntyneet assosiaatiot edistävät. Sitä kuinka pitkälle muutosprosessi kantoi, on mahdotonta sanoa. Mutta ehkä kotona nurkassa oleva jakkara muistuttaa prosessista.

Ryhmän alkaessa jäin miettimään miksi ryhmään hakeutui mies, joka ei osallistunut mihinkään laitoksen terapeutin keskusteluryhmään. Kysyessäni tätä häneltä, hän vastasi, ettei kukaan puhumalla parane. Tästä päätin, ettei hän halua keskustella päihdeongelmastaan. Olin kuitenkin väärässä, ryhmän aikana hän tuotti paljon avointa puhetta päihdeongelmastaan ja motivaatiostaan toipua. Tämä antoi minulle vahvistusta siihen kuinka tekemisen ympärille saadaan rakennettua keskusteleva ryhmä. Siinä heilläkin, joiden on muutoin vaikea avautua ryhmätilanteissa, on tilaa ja mahdollisuus vuorovaikutukselliseen keskusteluun.

9. LOPUKSI

9.1 Mitä tapahtui hankkeen jälkeen?

Kolme viikkoa kestäneen jakkara-ryhmän jälkeen kädentaitoryhmä jatkui kerran viikossa. Työskentely jatkui huonekalujen kunnostamisena, mutta kun vanhat tarveaineet loppuivat, piti toimintaa muuttaa. Kädentaito ryhmä muutti askarteluhuoneeseen ja toiminta jatkui sisätiloihin sopivana taiteiluna. Toiminta jatkui tammikuun alkuun asti, kunnes jäin Ridasjärven päihdehoitokeskuksesta opintovapaalle. Tietääkseni myös kädentaitoryhmä loppui siihen. Kävin esimiesten kanssa keskusteluita kuinka kädentaidollinen toiminta on havaittu hyväksi ja se sai paljon positiivista palautetta. Laitoksessa jäätiin pohtimaan kuinka toiminta voisi jatkua minun lopetettua työt. Voisiko joku työntekijöistä jatkaa toimintaa, vai palkataanko joku ulkopuolinen siihen. Ehdotin laitokselle, josko joku asiakasta Toverikunnan nimissä voisi ryhtyä jatkamaan askartelutyypistä toimintaa. Toivon sekä laitoksen, että asiakkaiden puolesta että toiminta jatkuisi ja tulisi pysyväksi työmuodoksi Ridasjärvellä.

9.2 Mitä tekisin toisin?

Koko hankkeen ajan arvion toimintaa ja vaikka Jakkara-ryhmä oli onnistunut, havaitsin joitain seikkoja jotka olisin voinut tehdä toisin.

Ryhmäaikoihin olisi pitänyt kiinnittää enemmän huomiota ja tiedottaa asiakkaita vieläkin tarkemmin kokoontumisajoista. Olisi ollut hyvä jakaa asiakkaille paperilla ajat, jolloin kokoonnutaan. Vaikka päivät ja kellon ajat olivat asiakkailla tiedossa, kyselivät he päivittäin koska tapaamme.

En ollut myöskään huomionnut laitoksen Toverikunnan järjestämää toimintaa riittävästi. Joitakin päiviä jouduimme siirtämään muun ohjelman takia toiselle päivällä. Kellonajat pysyivät silti samoina. Olisin myös tarkemmin tiedottanut ryhmäläisille, että ryhmän aikaan ei voi ottaa Toverikunnan vastuita päällekkäin. Eräs ryhmäläisistä toimi pyykkivastaavan toimessa, ja näin ollen hänen piti huo-

lehtia pesutuvan avaamisesta kesken ryhmätyöskentelyn. Tämä hiukan rikkoi ryhmän toimintaa.

Jälkeenpäin ajateltuna Jakkara-ryhmässä olisi ollut mahdollisuus tehdä enemmän kuin yhdet jakkarat. Pienen jakkaran työstöön kerralla ei kulunut paljoa aikaa. Esimerkiksi maalaaminen oli nopeaa. Kuitenkin ryhmäläiset pääsääntöisesti käyttivät varatun ajan ryhmätilassa, käyttäen aikaa keskusteluun, työn suunnittelemiseen tai uusien töiden työstöön. Olisin voinut varautua enemmän materiaalilla, jotkut ryhmästä kaipasivat selvästi enemmän työstettävää. Toisaalta kun en ollut varannut lisämateriaalia, he etsivät sitä itse ja saivat aikaan uusia taideteoksia.

Jos vastaavasta ryhmästä tulisi jatkuva menetelmä, kaksi iltaa viikossa sekoittaa liiaksi päihdetyöntekijän perustyön rakenteita. Toteutin Jakkara-ryhmää päihdetyöntekijän työajan puitteissa. Viikkotuntimäärä on 37 ja työaika pääsääntöisesti virka-aikaan 8-16. Kolme viikkoa työskentelin muiden töiden ohella kahtena iltana viikossa siten, että viikkotuntimäärä pysyi samana. Näin ollen tulin jonain aamuna myöhempään tai lähdin joinain päivinä aiemmin kotiin. Kaksi iltaa viikossa vaikuttaa työhön liiaksi työaikojen puitteissa. Kerran viikossa yksi iltatyövuoro sopii paremmin, eikä se muuta liiaksi työyhteisön aikatauluja.

9.3 Onnistunut hanke

Jo lähtiessä suunnittelemaan hanketta, olin innoissani, ja sama positiivinen vire ylsi koko hankkeen ajan. Koen että hankkeelle asetetut tavoitteet saavutettiin, ja merkitystä käsillä tekemiseen löydettiin. Sain vahvistusta sille kuinka käsillä tekeminen menetelmänä on hyödyllinen ja kuinka sitä kautta voi asiakkaan kanssa päästä lähelle vaikeitakin asioita. Ilolla katsoin myös kuinka ihmisten voimavarat tulivat näkyviin ja he itse löysivät itsestään osaamista, luovuutta ja onnistumista. Reaalisesti ajatellen, en usko että kukaan raitistuu jakkaroita maalamalla, mutta siihen uskon että jakkaroiden työstäminen antoi positiivisia vaikutuksia ja tukea toipumiseen päihdeongelmasta.

Vaikka suunnittelin ja toteutin hankkeen itsenäisesti, sain siihen koko laitoksen henkilökunnan tuen. En tuntenut työskenteleväni yksin kun sain reflektoida hankkeen kulkua työyhteisössä. Hyvässä ja terveessä työyhteisössä uuden kehittämisen otettiin innostuneesti vastaan ja toivottiin sille myös jatkoa.

Onnistunut hanke antoi minulle varmuutta toimia vastaisuudessa kädentaitoja hyödyntäen. Olematta käsityöalan ammattilainen on silti mahdollista hyödyntää kädentaidollisia ja taiteellisia menetelmiä sosiaalityössä. Rohkeudella ja omalla innostumisella pääsee jo pitkälle. Innostuneet Jakkara-ryhmän asiakkaat valoiivat minuun uskon kädentaidollisen toiminnan merkityksestä. Sain mahdollisuuden seurata innostumista, luovuutta, yhteisöllisyyttä ja iloa päihdekuntoutujien hoitajaksolla. Tuntui hyvältä hyvästellä asiakas ja nostaa hänen onnistunut uusi jakkara autoon ja toivottaa hyvää, raitista ja luovaa elämää jatkoon.

10. LÄHTEET

- Aalto, Mauri 2010. Alkoholien ongelmakäytön erimuodot. Teoksessa Kaija Seppä, Hannu Alho & Kalervo Kiiänmaa (toim.) Alkoholiriippuvuus. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 7-15.
- Airinen Ismo, 2012 Kuntayhtymän johtaja. Ridasjärven päihdehoitokeskus. Hyvinkää. Henkilökohtainen tiedonanto 30.3.
- Annala, Tuula; Saarelainen, Ritva; Stengård, Eija; Vuori-Kemilä, Anne. 2007. Mielenterveys- ja päihdetyö: yhteistyötä ja kumppanuutta. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Julkunen, Jenny & Nyberg- Hakala, Annina 2010. Toimiva päihdekuntoutus. Toimintaterapeutin Opas
- Kiiänmaa, Kalervo 2010. Alkoholien vaikutusmekanismit, riippuvuuden syntyminen ja perinnöllisyys. Teoksessa Kaija Seppä, Hannu Alho & Kalervo Kiiänmaa (toim.) Alkoholiriippuvuus. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 7-15.
- Kinnunen, Pekka; Penttilä, Liisa; Rantala, Jaakko; Salonen, Kauko & Tervo, Timo (toim.) 2003. Innostuskirja. Nyt! Vantaa: Opintokeskus Kansalaisfoorumi.
- Kurki, Leena 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere: Vastapaino.
- Kurki, Leena 2011. Sosiokulttuurinen innostaminen yhteisötyönä. Teoksessa Petri Ruuskanen, Katri Savolainen & Mari Suonio, (toim.) Toivo sosiaalisessa – toivoa luova toimintakulttuuri sosiaalityössä. Kuopio: Unipress, 39–68.

Kuusisto, Katja 2009. Päihderiippuvuudesta toipumisen eri reitit. Teoksessa Tuukka Tammi, Mauri Aalto & Anja Koski-Jännes (toim.) Irti päihdeongelmista. Porvoo: WS Bookwell Oy

Kyngäs, Helvi & Hentinen, Maija 2008. Hoitoon sitoutuminen ja hoitotyö. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy

Käypähoito Viitattu 28.1.2013.
<http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suositukset/naytaartikkeli/tunnus/hoi50028?hakusana=sekak%C3%A4ytt%C3%B6>

Päihdehuoltolaki 17.1.1986/41 <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041>

Pöllänen, Sinikka 2008. Käsityö terapiana ja terapeuttisena toimintana. Teoksessa Anneli Niikko, Ismo Pellikka & Erkki Savolainen (toim.) Oppimista, opetusta, Monitieteisyyttä – Kirjoituksia Kuninkaankartanon mäeltä. SOKL:n Verkkokirjoja
<http://sokl.uef.fi/verkkojulkaisut/monitiet/pollanen.htm>

Seppä, Kaija & Alho, Hannu & Kianmaa, Kalervo (toim.) 2010. Alkoholiriippuvuus. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Suokas, Mia; Liias, Tomi-Pekka & Salo Chydenius, Sisko. 2008. Päihdehoitotyön menetelmiä. Teoksessa Havio, Marjaliisa; Inkinen, Maria & Partanen, Airi (toim.) Päihdehoitotyö. Helsinki: Tammi, 126–157.

Tamberg, Hanni & Vuorivirta, Kata 2011. Päihteetöntä aikaa perustarpeille - päihdekuntoutuksen vaikuttavuuden arviointi. Laurea-ammattikorkeakoulu. Laurea-Hyväkää. Sosiaalialan koulutusohjelma. opinnäytetyö.

Uusikylä, Kari & Piirto, Jane 1999. Luovuus- Taito löytää, rohkeus toteuttaa. Juva: WSOY.

Varjonen, Vili; Tanhua, Hannele; Forsell, Martta & Perälä, Riikka 2012. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 75/2012. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/103121/THL_RAPO75_2012_7.6.13.pdf?sequence=1

Ridasjärven päihdehoitokeskus 2012. Viitattu 23.11.2013 <http://www.ridis.info/index.php/etusivu/historia>