

NUORTEN KOKEMUKSIA KUNTOUTUKSESTA
NUORTEN STARTTIPAJALLA

Maarit Ervasti

Opinnäytetyö, kevät 2014

Diakonia-ammattikorkeakoulu,

Sosiaalialan koulutusohjelma

Diakonisen sosiaalityön suuntau-
tumisvaihtoehto

Sosionomi (AMK) + diakonin
virkakelpoisuus

TIIVISTELMÄ

Ervasti, Maarit. Nuorten kokemuksia kuntoutuksesta Nuorten Starttipajalla. Oulu, kevät 2014, 53 s, 2 liitettä. Diakonia ammattikorkeakoulu, sosiaali-alan koulutusohjelma, Diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto, Sosionomi (AMK) + diakonin virkakelpoisuus.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata Nuorten Starttipajan kuntouttavia tekijöitä nuorten kokemina. Tarkoituksena oli myös kuvata, kuinka kuntouttavat tekijät ilmenivät Starttipajan nuorissa. Tavoitteena oli löytää Starttipajatoiminnan kuntouttavia tekijöitä nuorten kokemuksista sekä luoda opinnäytetyöstä kehittämisväline ja vaikuttavuuden osoitin Oulun Diakonissalaitoksen Säätiölle. Opinnäytetyön yhteistyökumppaninani toimi Oulun Diakonissalaitoksen Säätiö.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Aineisto koostui kolmen Nuorten Starttipajan asiakkaan teemahaastattelun vastauksista. Haastattelut tehtiin syksyllä 2013. Saatu aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.

Tulosten mukaan kuntouttava työtoiminta kokonaisuudessaan kuntoutti Nuorten Starttipajan asiakkaita. Starttipajan toiminta ilmeni nuorissa asiakkaissa voimaantumisenä. Haastatellut nuoret kokivat hyvinvointinsa lisääntyneen. Toiminta on vaikuttavaa ja sitä kannattaa jatkaa. Jatkotutkimusideana esitän tutkimusta siitä, mitä lisättäviä tai muutettavia kuntouttavia tekijöitä Starttipajalla on asiakkaiden kokemina.

Asiasanat: nuoret, syrjäytyminen, kuntoutuminen, työpajatoiminta, laadullinen tutkimus

ABSTRACT

Ervasti, Maarit. Young people's experiences of the rehabilitation of young start-up repair shop. 53 p., 2 appendices. Language: Finnish. Oulu, spring 2014. Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services, Option in Diac-nal Social Work. Degree: Bachelor of Social Services.

Purpose of this study was to describe the Young Start-up workshop rehabilitative factors experienced by young peoples. It was also intended to describe how rehabilitative factors occurred in the young peoples in the Start-up workshop. The aim was to find activities rehabilitative factors on the experience of young people on the start-up workshop and to create a thesis development tool and indicators of the effectiveness of Oulu Deaconess Institute Foundation. Thesis work partner was in the Oulu Deaconess Institute.

The thesis was a qualitative research. The material consisted of three young start-up workshop customer focused interview responses. The interviews were made in the autumn of 2013. The material was analyzed by using material-oriented content analysis.

The results showed that rehabilitative work rehabilitated Youth Start-workshop customers. Start-up workshop activity occurred empowerment in the customers. Young people interviewed felt that the increased well-being. The operation is effective and should be continued. Further research idea I present research on what to add or change rehabilitative factors starter repair shop is experienced by customers.

Key words: the young, social exclusion, rehabilitation, workshop, qualitative research

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 NUORTEN SYRJÄYTYMINEN	8
3 KUNTOUTUMINEN	12
3.1 Sosiaalinen kuntoutus	13
3.2 Kuntouttava työtoiminta ja työpajatoiminta	14
3.3 Yhteisöllisyys ja vertaistuki	17
3.4 Hengellinen ja vuorovaikutuksellinen tukeminen	19
3.5 Voimaantuminen	20
4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT	22
5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	23
5.1 Kohderyhmän kuvaus ja yhteistyökumppanit	23
5.2 Laadullinen tutkimus ja aineiston keruu	24
5.3 Teemahaastattelu	26
5.4 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi	27
6 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET	29
6.1 Kuntouttava työtoiminta	29
6.2 Kuntouttavan työtoiminnan analyysirunko	31
6.3 Voimaantuminen	32
6.4 Voimaantumisen analyysirunko	34
7 JOHTOPÄÄTÖKSET	35
8 OPINNÄYTETYÖN LUOTETTAVUUS	36
9 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS	38
10 POHDINTA	40
10.1 Pohdintaa opinnäytetyön johtopäätöksistä	41
10.2 Opinnäytetyön suhde aikaisempiin tutkimuksiin	42

11 LÄHTEET	45
LIITTEET	50
LIITE 1: Teemahaastattelurunko.....	50
LIITE 2: Sopimus opinnäytetyöstä.....	51

1 JOHDANTO

Opinnäytetyön aiheeksi valitsin nuoret ja kuntoutuksen. Suoritin opiskelujeni viimeisen työharjoittelun Oulun Diakonissalaitoksen Säätiön eli ODL:n Nuorten Starttipajalla syksyllä 2013. Tuona aikana tein haastattelut kolmelle nuorelle. Keräsin teemahaastatteluin tietoa siitä, miten nuoret itse kokivat Starttipajan toiminnan kuntouttavan heitä ja kuinka kuntouttava toiminta ilmeni heissä. Valitsin aiheeksi kuntouttavan työtoiminnan nuorille, koska aihe on ajankohtainen ja tämä aihe tuotiin esille koululla opinnäytetyöpajapäivillä.

Nuorisotyöttömyys, syrjäytyminen ja nuorten varhainen eläköityminen ovat yhteiskunnallisessa keskustelussa olleet paljon esillä viime vuosina. Työelämällä on tarve tällaisille tutkimuksille. Nuorten syrjäytymisen ehkäisy on yksi tämän hetken työvoima- ja sosiaalipolitiikan päätavoitteita. Aihe myös sopii tulevaan ammattiini. Sosionomin tutkinnon kelpoisuusvaatimuksissa on määritelty, että Sosionomi (AMK) ymmärtää asiakkaan tarpeet sekä osaa tukea voimavarojen käyttöönottoa ja vahvistumista yksilön kasvun ja kehityksen eri vaiheissa ja elämäntilanteissa (THL 2012 a.) Keräsin tutkimusaineiston syksyllä 2013. Opinnäytetyöprosessini alkoi tammikuussa 2013 ja päättyi huhtikuussa 2014 luovuttaessani valmiin työn tarkastettavaksi.

Joka vuosi noin 4 000 nuorta jää ilman opiskelupaikkaa peruskoulun jälkeen. Ammatillisen koulutuksen keskeyttää 25 % nuorista. Noin 10 % nuorista keskeyttää lukion. Joka ikäluokasta jopa 15 % jää vaille toisen asteen tutkintoa. Perusasteen varassa olevia nuoria 20–29-vuotiaita on noin 110 000. Alle 29-vuotiaita työttömiä on maassamme noin 55 000. Täysin ilman työtä ja koulutusta olevia nuoria on tutkimusten mukaan noin 40 000. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2012 a.) Toisen asteen tutkinnon puuttuminen on merkittävimpiä syitä työmarkkinoilta ja yhteiskunnasta syrjäytymiseen. Tilastojen ulkopuolisia nuoria, jotka eivät ole koulutuksessa, työelämässä tai työnhakijoina on noin 25 000. Näillä nuorilla on paljon terveys- ja mielenterveysongelmia. Nuorten syrjäytymisen tulee maksamaan yhteiskunnalle vuodessa satoja miljoonia euroja. (Työllisyys- ja yrittäjyysjaosto 2012, 6.)

Nuorten syrjäytymisellä on sekä inhimillinen että kansantaloudellinen ulottuvuus. Kansantaloudellisesti nuorten syrjäytyminen vaikuttaa merkittävästi työurien pituuteen ja työvoiman saatavuuteen. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2013 b.) Työttömiä työnhakijoita maassamme oli vuoden 2013 maaliskuussa 286 951. Alle 25-vuotiaita työttömiä työnhakijoita vuonna 2013 oli 37 023. Pohjois-Pohjanmaalla työttömiä työnhakijoita oli vuoden 2013 maaliskuussa 20 557. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2013 a.)

Nuorisotakuu, joka astui voimaan vuonna 2013 varmistaa, että nuoret löytävät reitin koulutukseen ja työhön ja pääsevät osalliseksi yhteiskuntaan. Takuulla tarjotaan koulutus-, harjoittelu-, työpaja-, kuntoutus- tai työpaikka alle 25-vuotiaille ja alle 30-vuotiaille vastavalmistuneille kolmen kuukauden kuluessa työttömyyden alkamisesta. Yhteiskuntatakuu on kirjattu pääministeri Jyrki Kataisen hallituksen yhdeksi kärkihankkeeksi. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2013 c.)

Nuorisolain tarkoitus on tukea nuorten alle 29-vuotiaiden kasvua ja itsenäistymistä, edistää nuorten aktiivista kansalaisuutta ja kohentaa kasvu- ja elinoloja. Lain tarkoituksena on myös edistää nuorten sosiaalista vahvistamista. Nuorille tehdään toimenpiteitä, joilla heidän elämäntaitojaan parannetaan ja syrjäytymistään ehkäistään. Lähtökohtina tavoitteiden saavuttamisessa toimivat yhteisöllisyys, yhteisvastuu, yhdenvertaisuus, tasa-arvo, monikulttuurisuus, kansainvälisyys, terveet elämäntavat sekä ympäristön ja elämän kunnioittaminen. Opetus- ja kulttuuriministeriöllä on valtakunnan tasolla ja aluehallintovirastolla aluetasolla vastuu nuorisopolitiikan yhteensovittamisesta. (Nuorisolaki 2006.)

Nuorisotyöttömyyttä ovat kasvattaneet talouden nopeat suhdannevaihtelut, elinkeinoelämän rakennemuutokset, työmarkkinoiden suuret osaamisvaatimukset ja kiristynvä kilpailu. Opiskelun tai töiden ulkopuolelle joutuminen aiheuttaa sosiaalisia ja psyykkisiä ongelmia. Nuorten asunnottomuus, mielenterveysongelmat ja päihdeongelmat ovat vakavia pitkäkestoisia yhteiskunnallisia ongelmia. Yhden syrjäytyneen perustoimeentulon kustannukset 40 vuoden ajalta ovat noin 750 000 euroa. (Työllisyys- ja yrittäjyysjaosto 2012, 7.) Vuosittain jokaisesta ikäluokasta jää noin 4 000–5 000 nuorta ilman koulutuspaikkaa. 40 000 syrjäytyntä nuorta maksaa noin 300 miljoonaa euroa vuodessa. Vuonna 2008 eläköitymisen 16–35-vuotiaiden yleisin syy oli masennus tai muu mielen-terveyden ongelma. (Työllisyys- ja yrittäjyysjaosto 2012, 19.)

2 NUORTEN SYRJÄYTYMINEN

Nuoruudessa ihminen opettelee ohjaamaan elämäänsä oman yksilöllisyyden kautta tietoisemmin suhteessa muihin ihmisiin, luontoon ja maailmaan. Nuoruus on yksilöllisyyden syntymistä. Kun nuoren tietoisuus laajenee ja kehittyy, syntyy ihanteita. Nuoruus on itsen tutkimista. Se on maailmankuvan ja omankuvan etsinnän aikaa. Nuoruuteen kuuluvat aggressiot, tunteet ovat osa sisäisyyden kehitysvaiheita. Psykkisyys käy läpi rakenteellisen ja toiminnallisen muutoksen. (Dunderfelt 2006, 93–97.)

Nuoruus voidaan jakaa kolmeen vaiheeseen. Varhaisnuoruus käsittää iät noin 11–14 vuoteen, keskinuoruus iät 14–18-vuoteen ja myöhäisnuoruus iät 19–25-vuoteen. Varhaisnuoruus eli murrosikä on aikaa, jolloin biologiset muutokset ovat suuria. Keskinuoruudessa painottuvat identiteettiasiat ja minäkokemusten selkiyttäminen. Myöhäisnuoruudessa identiteettikysymykset laajenevat. Tällöin nuori miettii ideologisia asioita ja omaa paikkaansa maailmassa. Nuoruudessa nuori rakentaa ajatusmaailmaansa. Hän pyrkii ymmärtämään aiemmin oppimaansa ja suuntautuu tulevaisuuteen. Nuori harjoittelee itsenäistä ajattelua, tiedon arviointia, kriittistä ajattelua ja ongelmaratkaisukykyä. Nuori on altis uusille asioille kuten erilaisille aatteille. Nuoren minäihanteet ja yliminä kehittyvät. Nuori on usein minäkeskeinen. Hän voi olla kriittinen auktoriteeteille ja hän voi kestää huonosti kritiikkiä. Alkoholinkäyttö voi olla riskialtista, koska nuori voi ajatella, ettei vaara kohdistu häneen. Nuori vapautuu nuoruudessa konkreettisesta ajattelusta abstraktiin ajatteluun. Hän osaa tehdä päätelmiä ja johtopäätöksiä. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 166–170.) Nuorten Starttipajan kohderyhmänä ovat 16–29-vuotiaat työttömät nuoret.

Syrjäytymiseen liittyvät usein pitkään kestäneet sosiaaliset ongelmat. Syrjäytyminen tapahtuu vaiheittain prosessimaisesti ja se voi kestää vuosia tai se voi tapahtua hyvinkin nopeasti. Syrjäytyminen johtaa huono-osaisuuteen, jolloin ihmisen elinoloissa esiintyy paljon puutteita. Syrjäytymiseen liittyy eristäytymistä, köyhyyttä ja kyvyttömyyttä. Tällöin ihminen joutuu sosiaalisen elämän ulkopuolelle. Usein syrjäytynyt kokee elämänsä hallintansa heikkenevän. Kun ongelmien kasaantuu pidemmän aikaa, niistä on vaikeampi päästä eroon, jolloin elämänsä hallinta vähenee ja ihmisestä tulee usein passiivinen.

Elämänhallinnan heikkeneminen, ongelmat, mielenterveyden häiriöt, päihteiden käyttö kuuluvat usein syrjäytymiseen. (Ihalainen & Kettunen 2011, 99–100.)

Ihmisiä voidaan syrjäyttää silloin, kun heidän mielipiteitään ei kuunnella. Myös kansalaisuuden ja osallisuuden kyseenalaistaminen on syrjäyttämistä. Syrjäytymis-sana koetaan usein negatiivisena. Syrjäytyminen tapahtuu hitaasti sivuun joutumisena tai hurjana tippumisena tärkeistä elämänehdoista. Syrjäytyneellä on heikompi asema yhteiskunnassa. (Laine, Hyväri & Vuokkila-Oikkonen 2010, 11–12.) Syrjäytyminen tarkoittaa sivuun joutumista yhteiskunnan valtavirrasta, työstä ja jopa perheestä. Syrjäydyttyään ihminen joutuu sivuun yhteiskunnan normaaliudesta. (Raunio 2010,12.)

Syrjäytymisen ehkäisyyn on tärkeää tarttua jo nuoruusiässä, sillä silloin opiskellaan ammatti ja elämän perustuksia luodaan. Nyky-yhteiskunnassa koulutus antaa mahdollisuuden työhön. Koulun keskeyttäminen johtaa usein työnsaannin vaikeuksiin ja taloudellisiin vaikeuksiin. Ammatin puute aiheuttaa elämän kapeutumista. Moni nuori voi kokea tällöin vaihtoehtonsa vähäisiksi. Sosiaaliset suhteet vähenevät, koska elämänpiiri kaventuu. Työn kautta ihminen kokee itsensä tarpeelliseksi ja kuuluvansa osaksi yhteiskuntaa. Työ luo turvaa ja antaa mahdollisuuksia. Se myös jäsentää ja rytmittää arkea. Työtön voi tuntea identiteetti-ongelmia, osattomuutta ja tarkoituksettomuutta. Ongelmat usein kasvavat työttömyyden pitkittyessä. Työttömyys kasvattaa riskiä syrjäytyä. (Ihalainen & Kettunen 2011, 100.)

Vaikeimmassa asemassa olivat 1990-luvun laman alussa nuoret, jotka eivät olleet suorittaneet perusasteen jälkeistä tutkintoa. Kouluttamattomuus ja heikko työllistyminen saattoivat periytyä sukupolvelta toiselle. Epävakaa työmarkkina-asema lisäsi nuorten syrjäytymistä. Myös perhe-elämän ongelmat ja lähiyhteisön tuen puutteet nousivat nuorten syrjäytymisen riskiksi. Perheeltä ja suvulta saatava tuki vaikuttivat olennaisesti yksilön selviytymiseen. Toimiva perhe tarjosi lapsille ja nuorille suojaverkon, joka tuki heidän kasvuaan. Lapset, jotka eivät saaneet olla lapsia, eivät kasvaneet aikuisiksi eivätkä oppineet itsehallintaa. (Lämsä 2009, 198–220.) Nämä samat asiat ovat tosiasiota nykypäivänkin. Heikko työllistyminen ja tutkinnon puute lisäävät syrjäytymistä. Nuoria tulisi ohjata aloille, joilla on hyvä työllisyys. Näin nuorilla säilyisi luottamus yhteiskuntaan ja työnsaannin mahdollisuuksiin. Yhteisöllisyyttä voi saada perheen ohella tai sen

sijasta myös muustakin yhteisöstä. Kaikilla ei ole toimivaa perhettä tai sukua turvaverkoon. Yhteisöllisyyttä voivat tarjota erilaiset ryhmätoiminnot esimerkiksi työpajoilla.

Nuorten kyky hahmottaa asioita ja tunteita on kokonaisvaltaista. Kiusattu nuori voi oirehtia poissaoloilla ja sosiaalisilla peloilla. Sydänsurut voivat laukaista masennuksen ja ahdistuksen. Ahdistushäiriöisen on tyypillisesti vaikea solmia ihmissuhteita. Heillä on koulunkäynnin vaikeuksia, vaikeus säilyttää harrastuksia ja heillä on usein vatsakipuja. Nuorilla voi olla kouluun ja sosiaalisiin tilanteisiin kuuluvia pelkoja. Nuorilla voi myös olla huolia terveydestä ja tulevaisuudesta. Heillä voi olla univaikeuksia sekä välttämiskäyttäytymistä. Koulukiusaaminen on väkivaltaa. Se voi olla uhrille henkisesti hyvin vahingollista ja se voi aiheuttaa traumoja. Kiusaaminen on uhka mielenterveydelle ja hyvinvoinnille. (Vuokkila-Oikkonen & Ruotsalainen 2010, 231–235.) Kiusaamiskokemusten vaikutukset voivat aiheuttaa myös syrjäytymistä. Osalla syrjäytyvistä nuorista voi olla taustallaan kiusaamista.

Nuori voi etäännyä yhteisöstään ja yhteiskunnasta emotionaalisen tyhjyyden vuoksi. Emotionaalinen tyhjyys tarkoittaa muun muassa empatiakyvyttömyyttä, toivottomuutta, epätoivoa ja ahdistusta. Tällöin nuoren ihmissuhteet voivat vähentyä ja hän voi kokea yksinäisyyttä. Lopulta nuori voi syrjäytyä yhteiskunnasta ja ihmissuhteista. Valtaosa syrjäytyneistä nuorista on yhteiskunnan hiljaisimpia. Emotionaalinen tyhjyys voi näkyä masennuksena, eristäytymisenä sekä vihasena käytöksenä. Mikäli nuori kohdistaa muihin väkivaltaa, liittyy siihen emotionaalinen tyhjyyden lisäksi usein katsoisuus, joka pohjautuu vihaan ja katkeruuteen yhteisöä ja maailmaa kohtaan. Emotionaalinen tyhjyys liittyy persoonallisuuden rakenteeseen, psyykkisiin ongelmiin, sosiaalisiin suhteisiin ja elämäntilanteeseen. Yhteisö voi haitata ihmisen kasvua muun muassa kiusaamalla ja aiheuttamalla häpeää. Emotionaalinen tyhjyys aiheuttaa näköalattomuutta, toivottomuutta, sosiaalisten tilanteiden pelkoa ja eristäytymistä. Negatiivisesta yhteisöllisyydestä voi muodostua epätoivoisia ajatuksia muodostava kyyninen ryhmä. (Vuokkila-Oikkonen & Ruotsalainen 2010, 223–227.) Osalla syrjäytyvistä nuorista voi olla taustallaan erilaisia psyykkisiä syitä. Yksi psyykinen syy nuoren syrjäytymisessä voi olla myös emotionaalinen tyhjyys.

Emotionaaliseen tyhjiin voi kuulua aleksityymiaa. Aleksityymisen on vaikea kokea, hallita ja ilmaista tunteitaan. Tämän tilan muodostumiseen ovat vaikuttaneet perityt ja

hankitut neurobiologiset ja lapsuuden kehitykseen liittyvät psykologiset tekijät. Ihminen, jolla on aleksitymisiä piirteitä, ei osaa juurikaan lukea toisen tunneviestintää. Hän käsittelee ja säätelee tunnetiloja huonosti. Heikosti käsitellyt tunnetilat purkautuvat kehossa oireina tai psyykkisesti sitoutumattomina tunteina. Tunteiden ilmaisu ei liity kyseessä olevaan asiaan tai se on liian voimakasta. Tunteiden kokemisen taso on myös heikkoa. Aleksitymisillä on ihmissuhdeongelmia ja psykologisen oivalluskyvyn puutetta. Hän ei ole halukas puhumaan omista asioistaan ja ongelmistaan toisille. Heillä on heikko tarve ja kyky muuttua sekä vähäisesti kiinnostusta pohtia oman ja muiden käytöksen tarkoistusta. He ovat tyypillisesti mielenkiinnottomia, ikävystyttäviä, tylsiä ja etäisiä. (Vuokkila-Oikkonen & Ruotsalainen 2010, 229–230.)

3 KUNTOUTUMINEN

Kuntoutuminen on yksilön toimintakyvyn vahvistumista. Kuntoutuminen tapahtuu yksilön omista voimavaroista ja tarpeista käsin hänen omassa aikataulussaan. Kuntoutus on kuntoutuspalveluita ja toimintajärjestelmä, joka on lain mukaan jaoteltu lääkinnälliseen, ammatilliseen, kasvatukselliseen ja sosiaalisen kuntoutuksen palveluihin. Kuntoutumisen tukeminen on kuntoutujan psyykkistä, sosiaalista ja fyysistä toimintakykyä tukevaa toimintaa. Mukana kuntoutuksessa on toimia, jotka lisäävät ihmisen voimavaroja, toimintakykyä ja hallinnan tunnetta. Se sisältää lisäksi ympäristön antamia toimintamahdollisuuksia. Työntekijä voi käyttää kuntoutumista edistävää työtettä. Kuntoutumisen tukeminen voi olla sekä yksilöllistä että ryhmämuotoista. Apuna käytetään kuntoutuspalveluita ja sosiaalisia verkostoja. (Ihalainen & Kettunen 2011, 165.)

Kuntoutuksen tarkoituksena on tukea ja auttaa kuntoutujaa kuntoutumaan eli kokemaan parantava muutos. Kuntoutumisessa toimintakyky vahvistuu psyykkisellä, sosiaalisella ja fyysisellä alueella. Kuntoutuminen on suunnitelmallista, pitkäkestoista ja monialaista toimintaa. Kuntoutujalla on tärkeää olla motivaatiota, halua ja vastuuta muutokseen, sillä ne vaikuttavat suuresti kuntoutumisen onnistumiseen. Opittujen taitojen vahvistaminen vaatii aikaa, kärsivällisyyttä ja sitkeyttä. Kuntoutujaa tukee moniammatillinen työryhmä, johon voi kuulua muun muassa lääkäri, ohjaaja, fysioterapeutti, toimintaterapeutti, ravitsemusterapeutti, psykologi ja sosiaalityöntekijä. (Ihalainen & Kettunen 2011, 133.) Kuntoutuksella on yhteiskunnalliset tehtävät. Sillä vähennetään väestön huollon ja hoidon tarvetta ja kustannuksia. Kuntoutus on myös keino tuottaa yksilöille hyvää. Perustana kuntoutuksessa toimii ihmisen oikeus ihmisarvoiseen elämään, onnellisuuteen ja hyvinvointiin, vapauteen, itsenäisyyteen ja oikeudenmukaisuuteen. (Järviskoski & Härkäpää 2001, 30.)

Kuntoutujalle tehdään oma yksilöllinen kuntoutussuunnitelma, seuranta ja arviointi. Selvittelyn ja tavoitteiden tekemisen jälkeen kuntoutus tapahtuu yleensä ohjauskeskusteluin, kokeiluin, harjoituksin ja toimenpitein. Aluksi löydetään tarve, joka pohjautuu sairaudesta tai vammasta, työkyvyttömyyden uhkasta, sosiaalisesta syrjäytymisen uhkasta tai elämänhallinnan laskusta. Kuntoutussuunnitelmaan kuuluvat nykytilanteen kuvaus, tavoitteiden ja keinojen asettaminen. Kuntoutujan on tärkeää itse määritellä

tarpeensa, sillä silloin kuntoutus on tehokkainta. Pitkän aikavälin tavoitteet tulee purkaa lyhyemmälle aikavälille, sillä saavutetut lyhyen aikavälin tavoitteet palkitsevat ja kannustavat jatkamaan kuntoutusta. Kuntoutuspalveluja ovat lääkinnälliset, kasvatukselliset, ammatilliset ja sosiaaliset palvelut. Päättävöitteena voivat olla muun muassa elämäntilanteen muutokset, työkyvyn parantaminen, työllistyminen, elämänhallinnan kasvu, oppiminen ja kehitys. Yksilön voimavaroja tukevia kuntoutustoimenpiteitä ovat esimerkiksi terapiat, yksilölliset kuntoutusjaksot, koulutus, työvalmennus, työkokeilut, etuudet ja palvelut. Ympäristöön vaikuttavat asuin- ja työympäristön muutostyöt ja sosiaalisen verkoston käyttäminen kuntoutumisessa. (Ihalainen & Kettunen 2010, 133–135.)

3.1 Sosiaalinen kuntoutus

Sosiaalisella kuntoutuksella autetaan vaikeasti syrjäytyneiden henkilöiden paluuta yhteiskunnalliseen osallisuuteen. Kuntoutuksella vahvistetaan kuntoutettavan sosiaalista toimintakykyä ja sosiaalisen vuorovaikutuksen mahdollisuuksia. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013.) Sosiaalityö on osa kunnan sosiaalipalveluja. Sillä tuetaan vaikeuksissa olevia henkilöitä. Sosiaalityö on sosiaalihuollon ammatillisen henkilöstön suorittamaa ohjausta, neuvontaa, sosiaalisten ongelmien selvittämistä ja tukitoimien järjestämistä. Sosiaalityöllä vahvistetaan tuen tarpeessa olevien ihmisten voimavaroja. Työllä tuetaan yksilöiden, perheiden ja yhteisöjen omaehtoista toimintaa ja selviytymistä. Tavoitteena on ehkäistä syrjäytymistä, ratkaista sosiaalisia ongelmia, ylläpitää ja parantaa ihmisten hyvinvointia. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012.)

Sosiaalityöntekijät neuvovat ja ohjaavat asiakkaitaan. He selvittävät asiakkaiden kanssa ongelmia sekä järjestävät viranomaisverkostoissa tukitoimia, jotka edistävät henkilön ja perheen turvallisuutta ja suoriutumista. Yhteistyössä sosiaalityöntekijät ja muut sosiaalialan ammattilaiset auttavat yksittäisiä henkilöitä ja ryhmiä lisäämään hyvinvointia. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012.) Sosiaalityöllä tuetaan yksilöä ja yhteisöä.

3.2 Kuntouttava työtoiminta ja työpajatoiminta

Kuntouttava työtoiminnan tarkoitus on parantaa kuntoutujan elämänhallintaa ja toimintakykyä. Työtoiminta suunnitellaan asiakkaan tarpeiden mukaan. Osalle asiakkaista kuntouttava työtoiminta voi sisältää selkeitä ja jopa vastuullisia työtehtäviä. Toisten osalta kuntouttava työtoiminta voi olla totuttautumista säännölliseen päivärytmiin ja ohjattuun toimintaan. Toiminta ei saa loukata asiakkaan uskonnollista tai muuta eettistä vakaumusta. Työtoiminta voidaan suunnitella prosessina, jossa työtehtävien vaatimustaso vähitellen kasvaa. Käytännön suunnittelutyössä voidaan käyttää apuna kunnan omien tai palveluntuottajien työtoiminnan ohjaajien ja yksilövalmentajien ammattiosaamista. (THL, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2012 b.)

Kuntouttava työtoiminta on sosiaalihuoltolain mukainen sosiaalipalvelu. Kuntouttavan työtoiminnan asiakas ei toimi työsuhteessa. Asiakkaalla ei ole työsuhteeseen liittyviä vastuita ja velvollisuuksia. Kuntouttavaa työtoimintaa voidaan järjestää kunnan, kuntayhtymän, valtion, säätiön, yhdistyksen tai uskonnollisen yhteisön työyksiköissä. Paikkoja kuntouttavsan työtoimintaan on myös palveluntuottajien ja kuntien omilla työpaikoilla. Kuntouttavalla työtoiminnalla ei saa korvata työ- tai virkasuhteista työtä. (THL, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2012 c.)

Laki kuntouttavasta työtoiminnasta pitää sisällään toimenpiteitä, joilla lisätään työmarkkinatukea tai toimeentulotukea saavan pitkäaikaistyöttömän mahdollisuuksia työllistyä. Lailla myös edistetään pitkäaikaistyöttömän mahdollisuuksia työ- ja elinkeinoveranomaisen tarjoamaan julkiseen työvoimapalveluun ja koulutukseen. Aktivointisuunnitelmalla parannetaan työllistymisedellytyksiä ja elämänhallintaa. Suunnitelman laatii työ- ja elinkeinotoimisto, kunta ja pitkäaikaistyötön. Lakia käytetään hyödyksi aktivointisuunnitelman tekemiseen ja kuntouttavan työtoiminnan järjestämiseen työttömälle alle 25-vuotiaalle työmarkkinatukea tai toimeentulotukea saavalle. (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 2012.)

Nuorisotakuu varmistaa, että työ- ja elinkeinopalvelut eli TE-palvelut tarjoavat nuorelle palvelua tai toimenpidettä viimeistään kolmen kuukauden kuluttua työnhaun alkamisesta. Nuorten yhteiskuntatakuuseen kuuluvat kaikki alle 25-vuotiaat, 12 kuukauden aikana valmistuneet alle 30-vuotiaat työttömät nuoret, jotka ovat TE-toimiston työnhakijoita.

Palvelu lisää nuoren mahdollisuuksia työpaikan saamiseen. Nuorisotakuu edistää myös koulutukseen pääsyä. Takuu estää työttömyyden pitkittymistä ja syrjäytymistä. TE-toimisto tarjoaa nuorelle työtä, koulutusta, työkokeilua, työnhakuvalmennusta, starttirahaa, palkkatuettua työtä, ammatinvalinta ja urasuunnittelupalveluja. Nuorella on muun muassa velvollisuus hakea tutkintoon johtavaan tai ammatillisia valmiuksia antavaan koulutukseen. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2013 c.)

Työpajatoiminta käynnistyi 1980-luvun lopulla. 1990-luvun laman jälkeen pajat jäivät pysyvimmiksi toiminnoiksi useisiin kaupunkeihin. Työpajoilla pyrittiin tukemaan syrjäytymisuhan alla olevien nuorten mahdollisuuksia koulutukseen tai työelämään. Pajoilla tuetaan nuorten itsenäistymistä. (Pohjantammi 2007, 7.) Pajatoiminta oli alkuun yksi nuorisotyön välineistä. Kohderyhmänä olivat syrjäytymisvaarassa olevat kouluttamattomat ja työttömät nuoret. 1990-luvulla pajatoiminta vakiintui ja levisi laajemmin. Pajoille tuli tuolloin kaikenikäisiä valmentautujia, jopa perheitä. Tukityöllistäminen, oppisopimuskoulutus ja työpajaohjaus yhdistettiin ja alueellinen ja valtakunnallinen verkottuminen alkoivat. Toimintaan saatiin lisää rahoitusta Euroopan sosiaalirahaston rakennerahastosta. Pajojen yhteistyökumppaneina työhallinnon lisäksi toimivat enemmässä määrin myös sosiaalitoimistot. 2000-luvun tienoilla toiminnan sisältöjä kehitettiin ja asiakasryhmä laajeni. 2000-luku on edellyttänyt henkilökunnalta vahvaa työ- ja yksilövalmennuksen osaamista sekä yhteistyötaitoja muiden toimijoiden kanssa. Syrjäytymisvaarassa ovat edelleen nykyään ne nuoret, joilla on vaikeuksia kouluttautua ja työllistyä. Kasvavia asiakasryhmiä ovat maahanmuuttajat, mielenterveyskuntoutujat ja päihdeongelmaiset (Työpajatieto 2014.)

Työpajat toimivat kuntasektorin ja lääninhallituksen tai ESR- eli Euroopan sosiaalirahaston rahoituksen tukemana. Osa työpajoista toimii säätiömuotoisesti yleisen kuntoutus- ja työllistämispalvelujen tarjoajana. Työharjoittelu ja koulutukseen ohjaus ovat työpajojen yleiset toimintamenetelmät. Työvalmentajien vastuulla on nuoren henkilökohtainen ohjaus. Starttipajatoimintaan on mahdollista ottaa entistä vaikeammin työllistettäviä nuoria. Starttipajoilla nuoret aloittavat itseluottamuksen kokoamisen ja valmentautumisen työelämään itseilmaisun taitojen ja päivärytmin estimisellä. (Pohjantammi 2007, 7.)

Työpajoille tulevista nuorista osa tulee suoraan peruskoulusta, osa ammattikoulusta tai lukiosta. Osa pajoista painottaa alkuvalmentautumista ja koulutukseen ohjaamista, osa työharjoittelua tai muita tukimuotoja. Työpajoilla toimintamahdollisuudet vaihtelevat työ- tai koulutusuran valinnan ohjauksesta henkilökohtaisten sosiaalisten ongelmien ratkomiseen. Suomessa on työpajoja noin 230. Työpajoilla käy vuosittain kuuden kuukauden aikana noin 7000 alle 25-vuotiasta nuorta. Työharjoittelu on yleisin työhön valmentautumisen muoto. Suurin osa nuorista on vailla ammattikoulutusta. Työharjoittelu tukee nuoren ammattinvalintaa. Työpajojen ammattialat ovat laajentuneet metalli- ja tekstiilialoilta palvelu- ja media-aloille. Koulutettavat tulevat pajalle yleensä työ- ja elinkeinotoimiston kautta. Pajalle pääsyn edellytyksenä on työvoimatoimiston tekemä päätös tukirahasta. Lähes kaikissa työpajoissa työskentelee sosiaalialan tai kasvatustieteen ammattitutkinnon suorittanut valmentaja. (Pohjantammi 2007, 7–8.)

Työpajaa voidaan ajatella ennaltaehkäisevänä ja nuorta itseä uudelleen vahvistavana. Työpajan tulos nähdään pitkällä aikavälillä. Työpajatoiminta ehkäisee myös seuraavien sukupolien syrjäytymistä. Valmentautuminen koostuu useista toistuvista keskusteluista, joihin myös työvalmentajat osallistuvat. Nuori opettelee työpajalla muun muassa sääntöjä, päivärytmiä, työn tekoa ja kärsivällisyyttä. Nuoren luottamusta omaan oppimiskykyyn vahvistetaan. (Pohjantammi 2007, 137–141.)

Nuorten työpajatoiminta kasvattaa nuoren elämäntaitoja, edistää sosiaalista vahvistumista, antaa varhaista tukea, edistää omatahtista yhteisöllistä kasvua sekä tekemällä oppimista. Työpajalla nuori saa mahdollisuuden ohjattuun ja tuettuun työntekoon. Nuorelle rakennetaan polku koulutukseen tai avoimille työmarkkinoille työllistymiseen. Nuorten määrä työpajatoiminnoissa on kasvanut voimakkaasti 2000-luvulla. Vuonna 2010 toimintaan osallistui yli 13 000 alle 29-vuotiasta nuorta. Työttömyyden kasvu miesvaltaisilla aloilla vuonna 2009 nosti poikien osuuden 63 prosenttiin. Ammatillinen koulutus työpajanuorista puuttui tuona vuonna 73 prosentilta. Työpajoja on maassamme 196 ja 80 % maamme kunnista. Suurin osa pajajaksoista kestää kuusi kuukautta. Nuorista 75 % lähti koulutukseen, työhön tai muuhun aktiiviseen toimintaan työpajan jälkeen. Laki julkisesta työvoimapalvelusta velvoittaa työ- ja elinkeinotoimiston laatimaan työttömän nuoren kanssa työllistymissuunnitelman kahden viikon kuluessa työttömyyden alkamisesta. (Työllisyys- ja yrittäjyysjaosto 2012, 33–35.)

Työvoiman palvelukeskus eli TYP on moniammatilliseen yhteistyöhön perustuva toimintamalli. Mallissa työ- ja elinkeinotoimiston eli TE-toimiston, kunnan ja tarvittaessa Kansaneläkelaitoksen eli Kelan virkailijat tarjoavat yhdessä keskitetysti työhön kuntouttavia palveluja asiakkailleen. TYP:iin voidaan ottaa pienemmän aikaa eli yli 500 päivää työttömänä olleiden lisäksi myös lyhyemmän aikaa työttömänä olleita moniammatillista palvelua tarvitsevia henkilöitä, kuten moniammatillisia palveluita tarvitsevia nuoria. (Työllisyys- ja yrittäjyysjaosto 2012, 37–38.)

3.3 Yhteisöllisyys ja vertaistuki

Yhteisöllisillä työmenetelmillä on tärkeät tehtävänsä syrjäytymisen vastaisessa työssä. Yhteisöllinen vuorovaikutus ehkäisee ja korjaa syrjäytymisestä aiheutuneita sosiaalisia ongelmia. Yhteinen toiminta ja päivittäinen vuorovaikutus edistävät tervettä ja hyvinvointia. Syrjäytyneiden omatkin yhteisöt, vaikka niissä esiintyisi ongelmia, voivat lisätä syrjäytyneen hyvinvointia ja voimavaroja. (Hyväri & Nylund 2010, 29.)

Yhteisöllisyyttä käytetään menetelmänä, jossa työn pohjana toimivat yhteisten sääntöjen noudattaminen, vastuu, elämykset ja toiminnallisuus. Yhteisössä esimerkiksi opetellaan arjen taitoja ja päivärytmiä, opitaan harrastamaan sekä opitaan olemaan mukana keskusteluryhmissä ja työtoiminnassa. Ihminen voi pienessä suljetussa ryhmässä oppia ottamaan vastuuta itsestään ja toimistaan. Myöhemmin hän osaa selvittää opittujen taitojen avulla omassa elämässäänkin. (Ihalainen & Kettunen 2011, 50.)

Vastuun ja vallan tulee olla yhteisössä jaettua. Aikuisen tulee puuttua esimerkiksi kiusaamiseen. Yhteisöllisyys on luottamuksen tunnetta. Nuori voi luottaa siihen, että häntä tuetaan, kannustetaan ja ohjataan. Yhteisössä tapahtuva onnistuminen on yhteinen etu. Yhteisössä vastavuoroisuus ihmissuhteissa on tärkeää. On tärkeää, että nuori kokee olevansa yhteisön jäsen. Yhteisöllisyyteen kuuluu, ettei nuori omaksu alistamista tai vahingoittamista. Myös median avulla tapahtuvaan kiusaamiseen tulee puuttua. Nuoren kanssa tulee käydä keskustelua elämäntarkoituksellisista asioista. Nuoren on tärkeää saada tunne siitä, että hänestä välitetään ja, että hänestä ollaan kiinnostuneita. (Vuokkila-Oikonen ja Ruotsalainen 2010, 241–241.)

Vertaistuki on vastavuoroista kokemusten vaihtoa, jossa samanlaisia asioita elämässään kokeneet tukevat toisiaan. Vertaistuki on samanlaisissa tilanteissa olevien ihmisten halua jakaa tietoa ja kokemuksia kunnioittavassa ilmapiirissä. Vertaistuki on myös voimaantumista ja muutosprosessia, jonka kautta ihminen voi löytää ja tunnistaa omat vahvat puolensa ja voimavaransa sekä ottaa vastuuta omasta elämästään. Vertaistuen toteuttamistapoja on useita kuten kahdenkeskinen tuki, vertaistukihenkilö, vertaistoiminta, vertaistukiryhmät, joiden ohjaajana voi toimia ryhmäläinen, koulutettu vapaaehtoinen tai ammattilainen. Vertaistuki voi tapahtua myös Internetissä, joka voi olla siellä kahdenkeskistä tai ryhmämuotoista. Vertaistukea voidaan pitää ohjatuissa keskusteluryhmissä, avoimissa kohtaamispaikoissa, toiminnallisissa ryhmissä ja kahdenkeskisissä tapaamisissa. (Laimio & Karnell 2010, 15.)

Vertaistuen avulla samankaltaisessa elämäntilanteessa olevat ihmiset ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Ihmiset saavat toisiltaan tukea, hyötyä ja apua. Ihmiset jakavat keskenään kokemuksia, selviytymiskeinoja ja tietoa sekä voivat purkaa kokemuksiaan ja tunteitaan. Ihmisten ei tarvitse kokea häpeää vertaistukiryhmissä. He voivat kokea helpotusta ja voivat saada ymmärrystä osakseen. Ohjaaja saattaa ihmisiä yhteen tietynlaiseen ryhmään. Hän toimii puolueettomasti puheenjohtajana ja oppaana sekä on tukena ihmisille. (Ihalainen & Kettunen 2011, 47–48.)

Samankaltaisuuden kokeminen ryhmäläisille on tärkeää, vaikka jokaisella on oma vaihe toipumisessaan. Ryhmäläiset saavat jakaa kokemuksiaan ja selviytymiskeinojaan. Vertaisryhmässä, joka on tukea antavaa, keskitytään arkipäivän konkreettisiin vaikeuksiin ja niistä selviytymisiin. Ryhmädynamiikassa ja sen vuorovaikutuksessa syntyy voimia. Ryhmässä voidaan jakaa yleistä ja kokemusperäistä tietoa. Ryhmän sisällä sen jäsenelle syntyy kokemus ryhmään kuulumisesta. Jäsen voi tulla kuulluksi, hän voi avautua, tulla hyväksytyksi ja hän voi saada ymmärrystä ja sosiaalista tukea toisilta jäseniltä. Muiden hyväksyntä ja ymmärrys voi vapauttaa syyllisyydestä ja häpeästä. Muiden kokemukset ongelmien ja asioiden ratkaisemisista luo toivoa. Kun ryhmän jäsen kokee samankaltaisuutta, voi syntyä tunne normaaliudesta. Jäsen voi myös huomata, ettei ole ainoa joka yrittää selviytyä. Ryhmässä syntyy myös toisen auttamisen kokemus. Ryhmäläisen itsetunto voi kohota, kun voi auttaa toisia. Ryhmässä opitaan ihmissuhdetaitoja. Ryhmäläinen voi myös peilata näkemyksiään itsestään ja vuorovaikutustaidoistaan. Kannustava

ryhmä voi olla positiiviseen muutokseen sysäävä voima. Ryhmän antama tuki kannustaa jaksamaan arjessa. (Vilen, Leppämäki & Ekström 2008, 276–278.)

3.4 Hengellinen ja vuorovaikutuksellinen tukeminen

Spirituaalinen sensitiivisyys sosiaalialan työssä on kokonaisvaltaista syrjimättömyyttä ja hyvinvoinnin edistämistä. Asiakkaan hengellistä vakaumusta tulee kunnioittaa ja ymmärtää. Henkisen ja hengellisen elämäntilanteen huomiointi kuuluu yhteiskunnan yleiseen moniarvoistumiseen ja monikulttuuristumiseen. Ne voivat olla yhteiskunnan marginaalissa eläville tai syrjäytyville voimaa antavia asioita. Varsinkin traumaattiset tilanteet saavat ihmiset hakemaan henkistä ja hengellistä apua. (Jokela 2010, 209–211.)

Spirituaalisuuden myötä ihminen voi kokea elämänsä merkityksellisenä. Hengellisyys vaikuttaa mielenterveyteen parhaimmillaan mielenterveyttä parantavasti ja huonommillaan mielenterveyttä heikentäen. Spirituaalisuus kasvattaa syrjimättömyyttä ja oikeudenmukaisuutta. Sensitiivisen työntekijän tulee oppia tiedostamaan omien arvojen ja ymmärryksen vaikuttamisesta työhönsä. Henkisen kulttuurin moninaisuudesta tulee olla tietoinen. Työntekijän tulee olla avoin ja hänen tulee suhtautua kunnioittavasti toisen uskontoon, mutta hänen tulee kuitenkin osata suhtautua kriittisesti vallitseviin käytäntöihin. Työntekijän tulee osata lisätä asiakkaidensa jatkuvuuden kokemusta ja yhteenkuuluvuudentunnetta. Ammatillinen sosiaalityöntekijä ymmärtää uskonnollisten ja spirituaalisten tekijöiden vaikuttavan kasvuun, yhteisöön ja politiikkaan. (Jokela 2010, 214–218.)

Yhteistyössä nuoren kanssa tulee vaalia luottamusta. Nuorta ei saa hyppyyttää ihmiseltä toiselle. Nuoren tulee saada kokea, että aikuiseen voi luottaa. Häntä tulee auttaa yksilöllisesti sekä kokonaisvaltaisesti ja häntä sekä hänen läheisiään on kuultava. Ammatillaisen tulee osata toimia ammatillisuutensa rajoissa. Sosiaalialan ammattilainen määrittelee yhdessä nuoren kanssa tavoitteet. Auttamisen keinoja ovat muun muassa terapia, ulkoisten rajojen asettaminen, keskustelu ja lääketieteellinen hoito. (Vuokkila-Oikkonen & Ruotsalainen 2010, 238–240.)

Ammatillinen vuorovaikutus voi sisältää tiedottamista, neuvomista ja opettamista, jolloin työntekijän ote on ohjaavampi ja aktiivisempaa kuin asiakkaan. Tuki antaa tilaa kysymyksille ja hiljaisuudelle, tekemiselle ja toimimiselle sekä ihmisen tunteille ja ajatuksille. Vuorovaikutuksellisessa tukemisessa auttaja pyrkii tukemaan ihmisen tietoista puolta ja hänen omia voimavarojaan. Tukeminen on nykyisen elämän ja lähitulevaisuuden käsittelyä. On tarkoitus, että autettava alkaa voimaantumaan. Vuorovaikutus on ajatusten, ja tunteiden jakamista ja peilaamista, yhdessä tekemistä ja yhdessä olemista. Vuorovaikutuksellisen tukemisen tavoitteena on kokemus voimaantumista. (Vilen, Leppämäki & Ekström 2008, 11–23).

3.5 Voimaantuminen

Voimaantuminen on sisäistä tunnetta voimasta. Voimaantumista syntyy ihmisen omien kokemusten ja oivallusten avulla. Sitä tapahtuu lisäksi vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa. Vuorovaikutus on yksi merkittävimmistä ihmistä voimauttavista asioista. Voimaantuminen voi näkyä tunne-elämässä. Ihminen voi voimaannuttuaan nauttia enemmän elämästä ja ahdistus voi helpottaa. Ihmisen ajatukset itsestä voivat muuttua positiivisemmiksi ja hän voi alkaa ajatella toisista ihmisistä ja elämästä toisin. Ihminen kykenee ottamaan vastuuta aiempaa enemmän ja hän voi suhtautua asioihin myönteisemmin. (Vilen, Leppämäki & Ekström 2008, 23–25.) Kuntoutuminen näkyy ihmisessä voimaantumisenä.

Voimaantuminen on henkilökohtainen ja sosiaalinen prosessi. Voimaantumisen ympäristön olosuhteet kuten valinnanvapaus ja turvalliseksi koettu ilmapiiri voivat olla merkityksellisiä. Tämän vuoksi voimaantuminen voi olla jossain tietyssä ympäristössä todennäköisempää kuin toisessa. Ihminen ei voimaannu ulkoisella pakolla tai toisen ihmisen päätöksen seurauksena. Voimaantunut ihminen on löytänyt omat voimavaransa. Hän on itse itseään määräävä ja ulkoisesta pakosta vapaa. Voimaantumisen ominaisuudet ilmenevät eri ihmisissä eri ominaisuuksina, käyttäytymisenä ja taitoina. Ne voivat vaihdella voimakkuusasteeltaan ympäristön ja ajankohdan mukaan (Siitonen 1999, 93.)

Sisäinen voimantunne on synonyymi empowerment-käsitteelle. Tutkimuskirjallisuuden perusteella empowerment on voimaantumista. Tulosten mukaan vapaus, vastuu, arvot-

tus, luottamus, ilmapiiri ja myönteisyys ovat tärkeitä voimaantumisprosessissa. Voimaantuneisuus ei ole pysyvä olotila. Voimaantumista voidaan tukea esimerkiksi avoimuudella, toimintavapaudella ja rohkaisemisella. Sitä voidaan tukea myös turvallisuuden, luottamukseen ja tasa-arvoisuuteen pyrkimisellä. Voimaantuminen on yhteydessä ihmisen hyvinvointiin. (Siitonen 1999, 6.) Asiakastyössä voimaantuminen on sitä, että asiakas saa omien hyvien kokemustensa avulla energiaa kohdata vaikeuksia ja selviää ongelmistaan. Asiakkaan on tärkeää saada positiivisia, oivaltavia tai muita voimaa antavia kokemuksia. Lyhyet ja yksittäisetkin tapaamiset asiakkaan ja sosiaalialan ammattilaisen kanssa voivat auttaa voimaantumisprosessissa. (Ihalainen & Kettunen 2011, 48.)

4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata Nuorten Starttipajan kuntouttavia tekijöitä nuorten kokemina. Tarkoituksena oli myös kuvata, kuinka kuntouttavat tekijät ilmenivät Starttipajan nuorissa. Tavoitteena oli löytää Starttipajatoiminnan kuntouttavia tekijöitä nuorten kokemuksista sekä luoda opinnäytetyöstä kehittämisväline ja vaikuttavuuden osoitin Oulun Diakonissalaitoksen Säätiölle. Tutkimuskysymykset olivat:

1. Mitkä asiat kuntouttavat nuoria Starttipaja-asiakkaita heidän itsensä kokemina?
2. Miten Nuorten Starttipajan toiminta ilmenee sen asiakkaissa?

5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Sain idean opinnäytetyöhöni koulullamme järjestetyltä opinnäytetyötorilta tammikuussa 2013. Oulun Diakonissalaitoksen Säätiön eli ODL:n edustaja kävi koulullamme esittelemässä kuntoutusaihetta ja tarkempaa ideaa siitä. Tutkimusideana hän esitti, että etsittäisiin nuorten asiakkaiden itsensä kokemia kuntouttavien asioita Starttipajatoiminnasta. Valitsin tämän aiheen, koska aihe vaikutti ajankohtaiselta, selkeältä ja mielenkiintoiselta. Kävin haastattelemassa asian tiimoilta ODL:n Nuorten Starttipajan työntekijää. Tein aiheen pohjalta ideapaperin, joka hyväksyttiin koululla helmikuussa 2013. Seuraavaksi tein suunnitelman, joka hyväksyttiin koululla toukokuussa 2013. Sopimus opinnäytetyöstä tehtiin ODL:n toimeksiantajan, minun ja Diakonia-ammattikorkeakoulun välillä kesäkuussa 2013. Lähdemateriaalia keräsin keväällä ja syksyllä 2013. Teemahaastattelun lopulliset kysymykset muotoilin syksyn 2013 aikana. Haastattelut tein lokakuussa 2013. Litteroin saadun aineiston loka-marraskuun aikana ja sisällönanalyysin aloitin marraskuussa 2013. Analyysi oli valmis helmikuussa 2014. Opinnäytetyö oli valmis keväällä 2014.

5.1 Kohderyhmän kuvaus ja yhteistyökumppanit

Opinnäytetyöni kohderyhmänä olivat 17–29-vuotiaat nuoret, jotka ovat työn tai koulutuksen ulkopuolella ja, jotka käyvät ODL:n Nuorten Starttipajalla kuntouttavassa työtoiminnassa. Sain tekemästani haastattelusta mielestäni riittävästi vastauksia. Haastateltavat, joita oli kolme, olivat iältään 22–27-vuotiaita. Haastateltavista kaksi oli naista ja yksi mies. Kaikki haastateltavat asuivat omillaan joko yksin tai yhdessä kumppaninsa kanssa. Heidän kertomansa mukaan heillä lähes kaikilla oli taustalla päihdeongelmia, kaikilla jaksamattomuutta ja työttömyyttä. Kaikilla haastateltavista oli toive päästä töihin tai opiskelemaan Nuorten Starttipajan jälkeen. He olivat olleet asiakkaina Starttipajalla noin seitsemästä kuukaudesta vuoteen. Nuorten Starttipajalla he ovat työskennelleet ompelimosassa, verstaalla ja kahvilassa. Nuoret olivat ohjautuneet pajalle työ- ja elinkeinotoimiston kautta. Starttipajalta he toivoivat saavansa tekemistä, liikuntaa, neuvoja, tukea, ohjausta, hyvää ruokaa ja seuraa.

ODL muodostaa konsernin, jonka perustana toimii Oulun Diakonissalaitoksen Säätiö. ODL Kuntoutuksen toimintaan sisältyvät työ- ja toimintakykyä edistävä kuntoutus, vaikeavammaisten ja ikääntyneiden kuntoutus sekä terapiapalvelut. Sosiaalipalveluiden yksikössä toteutetaan kehittämisprojekteja yleishyödyllisistä ja diakonisista lähtökohdista. Yksikkö tuottaa mielenterveys- ja neuropsykiatrisia kuntoutuspalveluita, sosiaalisia kuntoutuspalveluita sekä ammatillisen kuntoutuksen avopalveluita. Tulevaisuudessa ODL kehittää suuremmissa määrin kuntouttavia ja ennaltaehkäiseviä palveluja, asumis- ja kotipalvelu ja, perheiden ja nuorten palveluja, koulutuspalveluja sekä tutkimus- ja kehittämis- sekä sijoitustoimintaa. (Oulun Diakonissalaitos 2011, 4–11.)

ODL:n Nuorten Starttipaja tarjoaa matalan kynnyksen työpaikan nuorille. Nuorten Starttipajan tavoitteena on tukea nuorta ja hänen elämänhallintaansa. Pajalla opetellaan arjen taitoja ja parannetaan koulutukseen sekä työelämään siirtymisen mahdollisuuksia. Starttipajatoimintaa on suunnattu 17–28-vuotiaille nuorille, joilla ei ole työ- tai koulutuspaikkaa. Nuoret tulevat pajalle työ- ja elinkeinotoimiston tai kaupungin sosiaalitoimen kautta kuntouttavan työtoiminnan läheteellä. Starttipajapäiviä voi olla viikossa yhdestä viiteen nuoren oman toimintakyvyn mukaan. Päivän pituus vaihtelee 4–6 tunnin välillä. Päivään kuuluu työ- ja ryhmätoimintaa sekä yksilöllistä ohjausta työhön ja koulutukseen hakeutumisessa. Ryhmätoiminnoissa on liikuntaa, arjen- ja kädentaitoja kehittäviä aiheita sekä tutustumista yhteiskunnan eri palveluihin kuten oppilaitoksiin. Starttipajalla voi tehdä työtä verstaalla, atk-pisteessä, ompelimossa, keittiössä tai kahvilassa. (ODL, Oulun Diakonissalaitos 2013.)

5.2 Laadullinen tutkimus ja aineiston keruu

Laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa kiinnostus kohdistuu tapahtumien yksittäisiin rakenteisiin. Laadullisessa tutkimuksessa tutkitaan luonnollisia tilanteita, joita ei voi järjestää koemielessä. Tutkimuksella saadaan tietoa tapausten syistä ja seurauksista. Tärkeimmät tutkimusmenetelmät laadullisessa tutkimuksessa ovat havainnointi, tekstianalyysi, haastattelu ja litterointi. Havainnoinnin avulla pyritään ymmärtämään toista kulttuuria. Tekstianalyysillä yritetään tällä tutkimuksella ymmärtää kulttuurin jäsenten tekemiä luokitteluja. Haastattelu on menetelmässä avointen kysymysten tekemistä vali-

tulle joukolle tai yksilöille. Kvalitatiiviseen tutkimukseen kuuluu usein puhtaaksi kirjoittaminen eli litterointi. Litteroinnilla yritetään ymmärtää osallistujien puhetta tai kirjoitusta. (Metsämuuronen 2001, 14–15.)

Usein laadullisessa tutkimuksessa aineiston kerääminen ja analysointi tehdään osittain yhtä aikaisesti. Kerätty aineisto järjestetään muotoon, jossa johtopäätökset voidaan irrottaa tietyistä yksittäisistä ihmisistä, lausumista ja tapahtumista ja siirtää yleiseen teoreettiselle ja käsitteelliselle tasolle. (Metsämuuronen 2001, 51.) Tutkimusraportin tulee olla sellainen, että lukija saa siitä tiedon, kuinka tieto on hankittu ja miten luotettava se on. Tulokset tulevat tutkittavilta ja heidän kokemuksistaan. Tutkijan tulkinnat tulee pysyä alkuperäisessä aiheessa. Havainnointia on hyvässä raportissa tehty koko ajan eli samat havainnot kulkevat tekstin mukana. Tutkija tarkastelee aihetta eri näkökulmista. Raportissa on hyvä kuvata tarkasti, kuinka tieto on hankittu, miten analyysi on tehty ja millä syillä päätelmät on tehty. (Metsämuuronen 2001, 61–62.)

Laadullinen tutkimus alkaa työn hahmottamisesta. Tämän jälkeen kerätään aineisto esimerkiksi haastatteleamalla. Seuraavassa vaiheessa saatu aineisto litteroidaan eli puretaan nauhoilta tietokoneelle lukumuotoon. Litterointitapoja on useita. Aineisto kannattaa aina purkaa kokonaan. Näin aineistoon pääsee kokonaisuudessaan syventymään. Aineiston purkamista seuraa aineiston analyysi. Analyysitapojakin on useita. Tutkija itse työstää aineistosta analyysin ja tulkinnat. Loppuvaiheessa analyysivaiheen jälkeen työtä tarkistetaan ja hiotaan lopulliseen muotoonsa asti. (Eskola 2001, 133–135.)

Aloitin opinnäytetyön tekemisen aluksi rajaamalla viitekehystä nuoriin, kuntoutukseen ja syrjäytymiseen. Hain teoriaa ja kokosin saadun teorian ja mahdolliset lähteet suunnitellaan. Suunnittelin aineistonkeruumenetelmäksi avoimet kysymykset ja nauhoittamisen. Aluksi muodostin valittujen tukisanojen avulla kysymyksiä. Kysymyksiä muokkasin vielä kohderyhmälle eli nuorille sopiviksi. Kysyin sopivien kysymysten muodostamiseen apua ODL:n Nuorten Starttipajan työntekijöiltä. Lähtökohtana oli saada nuoret ymmärtämään kysymykset ja kertomaan vapautuneesti mahdollisimman paljon kokemuksistaan Nuorten Starttipajalta.

5.3 Teemahaastattelu

Haastattelu on keskustelua, joka tapahtuu tutkijan aloitteesta ja yleensä tutkijan ehdoilla. Tutkija yrittää vuorovaikutuksen avulla saada tietoonsa tutkittavia asioita. Viime vuosina on edetty enemmän keskustelumaisempiin haastatteluihin. Strukturoidussa haastattelussa kysymysten muodot ja järjestys on kaikille sama. Kysymyksillä on kaikille sama merkitys ja vastausvaihtoehdot ovat valmiina. Puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset ovat kaikille samat, mutta vastausvaihtoehtoja ei käytetä. Vastaaja saa vastata omalla suullaan. Teemahaastattelussa aihealueet on määritelty etukäteen. Kysymyksillä ei ole tarkkaa muotoa tai järjestystä teema-alueet käydään läpi, mutta järjestys ja laajuus vaihtelevat. (Eskola & Vastamäki 2010, 26–29.)

Teemahaastattelulla pyritään löytämään merkityksellisiä vastauksia tutkimuksen tarkoituksen ja tutkimustehtävän mukaan. Viitekehyksenä tutkimukselle toimii etukäteen valitut aihealueet. Haastattelun avoimuus voi olla hyvinkin laaja. Haastattelussa voidaan käyttää hyödyksi havaintoja tai voidaan pysytellä pelkissä kysymyksissä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75.)

Laadin teemahaastatteluja varten kuusitoista avointa kysymystä. (LIITE 1). Suunnitelmissani oli ottaa haastatteluun kaksi tai kolme nuorta. Kysyin sopivia haastateltavia Starttipajan työntekijältä ja hän ehdotti sopivia haastateltavia. Kysyin tulevilta haastateltavilta suostumusta. Yksi mahdollinen haastateltava kieltäytyi haastattelusta. Kolme muuta ilmoitti halukkuutensa haastatteluun. Varasin haastatteluja varten huoneen, jossa saattoi keskittyä haastatteluun ilman häiriötekijöitä. Ennen haastattelua kysyin nuorilta luvan haastattelun tekoon ja kerroin opinnäytetyön tarkoituksen. Rohkaisin haastateltavia puhumaan omin sanoin vapautuneesti. Pyrin luomaan tilanteesta rennon ja avoimen.

Sain nauhalle yhteensä noin 80 minuuttia haastatteluaineistoa. Litterointisivustoja syntyi yhteensä noin 17 sivua. Haastattelut sain tehtyä lokakuussa 2013 kahtena eri päivänä. Haastattelut suoritin yksilöhaastatteluna ODL:n Nuorten Starttipajan tiloissa haastateltavien työpäivän aikana. Haastattelut toteutin teemahaastattelulla avoimilla kysymyksillä. Käytin haastatteluissa apusanoina kysymysten muodostuksessa sellaisia käsitteitä kuin arjentaidot, henkinen tuki, hyväksytyksi tuleminen, itsetunto, kuntoutuminen, ohjaajan tuki, onnistumisen kokemukset, yhteisöllisyys, vertaistuki ja ravitseminen. Käytin

kysymyksissä sanoja miten, mitä ja millainen. Litteroin tehdyt haastattelut huolellisesti. Aineiston taltioitiin käytin nauhoitinta ja Nokia Lumia 800 puhelimen nauhoitinta.

5.4 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi

Induktiivisessa eli aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä haetaan vastausta tutkimuksen tarkoitukseen ja tutkimustehtäviin, mutta siinä ei tarvitse analysoida kaikkea tietoa. Aineisto puretaan osiin ja sisällöllisesti samankaltaiset osat yhdistetään. Seuraavassa vaiheessa aineisto tiivistetään kokonaisuudeksi. Tällöin sen tulee vastata tutkimuksen tarkoitukseen ja tutkimustehtäviin. Tärkeintä on aineiston tiivistyminen ja abstrahoituminen. Abstrahoitumisen ja analyysin avulla pyritään kuvaamaan tutkittavaa ilmiötä tiiviissä muodossa. (Kylmä & Juvakka 2007, 113.)

Aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä etsitään vastauksia kysymyksiin, jotka ovat tutkimuksen tarkoituksen ja tehtävien kannalta tärkeitä alkuperäisilmauksia. Alkuperäisilmaukset voidaan erottaa tekstistä esimerkiksi eri väreillä. Nämä ilmaisut ovat pohja pelkistämislle eli koodaukselle. Merkityksellisiä ilmauksia voi käyttää työssä esimerkiksi. Tulosten esittämisen yhteydessä voi esittää lainauksia, jolloin ne osittavat oikeudet analyttisille päätelmille. (Kylmä & Juvakka 2007, 117.)

Kaikissa laadullisissa tutkimuksissa voidaan käyttää perusanalyysimenetelmänä sisällönanalyysia. Sisällönanalyysi voi toimia pelkkänä menetelmänä tai se voidaan yhdistää joihinkin toisiin analyyseihin. Analyysilla voidaan toteuttaa monenlaisia tutkimuksia. Menetelmällä pyritään rakentamaan saadusta tutkimusaineistosta teoreettinen kokonaisuus. Analyysiyksiköt valikoidaan saadusta aineistosta tarkoituksen sekä tehtävänasettelun mukaan. Aiemmin tehdyillä havainnoilla, teorioilla ja tiedolla tutkimusilmiöstä ei pitäisi olla merkitystä itse analyysin tekemisvaiheessa ja tuloksissa. Analyysi on siis aineistolähtöistä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91–95.)

Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissa vaiheet etenevät järjestyksessä. Ensin haastattelut kuunnellaan ja kirjoitetaan auki sana sanalta eli aineisto litteroidaan. Seuraavaksi haastattelut luetaan. Saatuun aineistoon perehdytään tarkemmin. Pelkistetyt ilmaukset etsitään ja alleviivataan. Pelkistäminen on toisin sanoen redusointia. Pelkistettyjä ilma-

uksia ovat ne ilmaukset, jotka vastaavat tutkimuskysymyksiin. Pelkistetyt ilmaukset listataan allekkain. Pelkistetyistä ilmauksista etsitään samankaltaisuuksia ja erilaisuuksia. Pelkistetyt ilmaukset yhdistetään ja näistä yhdistetyistä ilmauksista muodostetaan alaluokat. Ilmausten yhdistelystä ja ryhmittelystä käytetään myös sanaa klusterointi. Saadut luokat nimetään sisällön mukaan. Alaluokat yhdistetään ja näistä muodostetaan puolestaan yläluokat. Lopuksi yhdistetään yläluokat ja muodostetaan kokoava käsite. Näin aineisto siis tiivistyy. Aineiston ryhmittelyn eli klusteroinnin jälkeen tehdään abstrahointi eli käsitteellistäminen, jolloin etsitään olennaisin tieto ja muodostetaan teoreettisia käsitteitä. Kielellisistä ilmauksista edetään teoreettisiin käsitteisiin ja johtopäätöksiin. Käsitteitä yhdistelemällä saadaan vastaus tutkimuskysymyksiin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 109–112.)

Haastattelujen jälkeen kuuntelin nauhat läpi useampaan kertaan ja kirjoitin ne auki sana sanalta eli litteroin puheen. Luin aineiston läpi useasti. Redusoin eli etsin pelkistettyjä ilmauksia, jotka vastasivat tutkimuskysymyksiin ja merkitsin ne eri väreillä. Tämän jälkeen listasin pelkistetyt ilmaukset allekkain. Seuraavaksi klusteroin eli yhdistelin ilmauksia ja muodostin ryhmiä. Etsin pelkistetyistä ilmauksista samankaltaisuuksia ja muodostin ryhmiä, joista muodostin edelleen alaluokkia. Alaluokista muodostin yläluokat. Lopuksi muodostin kokoavat käsitteet molempiin kaavioihin. Nimesin kaikki saadut luokat sisällön mukaan. Muodostin kaksi kaaviota tutkimuskysymysten vastauksista. Kahden tutkimuskysymyksen vastaukset muodostivat siis molemmat omat kaavionsa. Aineiston ryhmittelyn eli klusteroinnin jälkeen tein myös abstrahoinnin eli käsitteellistäminen, jolloin etsin olennaisimman tiedon ja muodostin teoreettisia käsitteitä. Lopuksi muodostin aineistosta johtopäätökset. Esitin opinnäytetyössäni suorina lainauksia sisällönanalyysistä tuodakseni esiin selkeämmin kuntoutuksen vaikuttavuutta. Valitsin suorista lainauksista sellaisia, joista ei voi päätellä vastaajan henkilöllisyyttä.

6 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

Jaottelin tutkimustulokset tutkimuskysymysten ja vastausten mukaan kuntouttava työtoimintaan ja voimaantumiseen. Tutkimustulosten havainnollistamiseksi tein kuntouttavasta työtoiminnasta ja voimaantumisesta omat kuviot. Esitän kuntouttavia asioita myös haastateltavien nuorten alkuperäisillä ilmauksilla.

6.1 Kuntouttava työtoiminta

Haastattelujen tulosten mukaan Nuorten Starttipajan asiakkaat kokivat heitä kuntouttavana asiana kuntouttavan työtoiminnan. Pääluokkina kuntouttavasta työtoiminnasta nousivat esiin henkinen tuki, yhteisöllisyys, vertaistuki, mielekäs tekeminen, onnistumisen kokemukset, työtoiminnan ohjaus ja päihteettömyyssääntö. Kaikki haastatellut nuoret kertoivat viihtyvänsä Nuorten Starttipajalla hyvin. He kokivat saavansa henkistä tukea Starttipajalla ollessaan. Ilmapiiri koettiin kokonaisuudessaan hyväksyväksi ja turvalliseksi. Starttipajalle oli aamuisin helppo lähteä ja siellä oli helppo olla.

”Noo, tänne on silleen helppo tulla.. Täällä on semmonen ilmapiiri.”

”Oon kyllä viihtyny... Kukaan ei tuomitte kettään.”

Ohjaajien antama tuki, yksilöllinen huomioon ottaminen ja keuhut koettiin oleellisina kuntouttavina asioina. Työtoiminnan ohjaus oli kaikkien haastateltavien nuorten kokemuksissa tärkeä kuntoutumista tukeva asia. Ohjaajien auttamisvalmius sekä rauhallinen ja hyvä neuvonta nostettiin myös esiin kaikissa haastatteluissa.

”Jos esimerkiksi tulee joku hankala tilanne, niin ollaan valmiita auttaan ja näin.”

Kaikkien haastateltavien nuorten kokemina yhteisöllisyyteen ja vertaistukeen liittyvinä asioina nousivat vahvana esiin ruokailuhetket, työkavereiden seura, kahvihetket ja työtaakan jako. Kaikki kokivat ruokailuhetket mukaviksi ja helpoiksi yhdessäolon hetkiksi.

Varsinkin yksi haastateltava kertoi olevansa hyvin tyytyväinen osallistuessaan yhteisen ruuan laittoon. Yksi haastateltava kertoi kokeneensa tukea antavana yhden Starttipajalla syntyneen ystävyysuhteen. Kaksi muuta haastateltavaa kertoi, etteivät kaivanneet uusia ystäviä pajalta.

”Kun on se työkaveri ollu siinä, niin on saanu tehdä ja jutella samalla...”

Tärkeimpiä asioita Starttipajan toiminnassa olivat kaikkien haastateltavien mielestä mielekäs tekeminen. Aika kului hyvin ja mielekäs tekeminen tuotti iloa ja mielihyvää. Arkiset toimet ja säännöllinen päivärytmi koettiin kaikkien haastateltavien osalta myös tärkeimmiksi asioiksi. Työpajan toiminta auttoi rytmittämään nuorten päivien ja viikkojen tekemisiä. Työpajan ansiosta nuoret oppivat arkisten taitojen hallintaa sekä työtapoja.

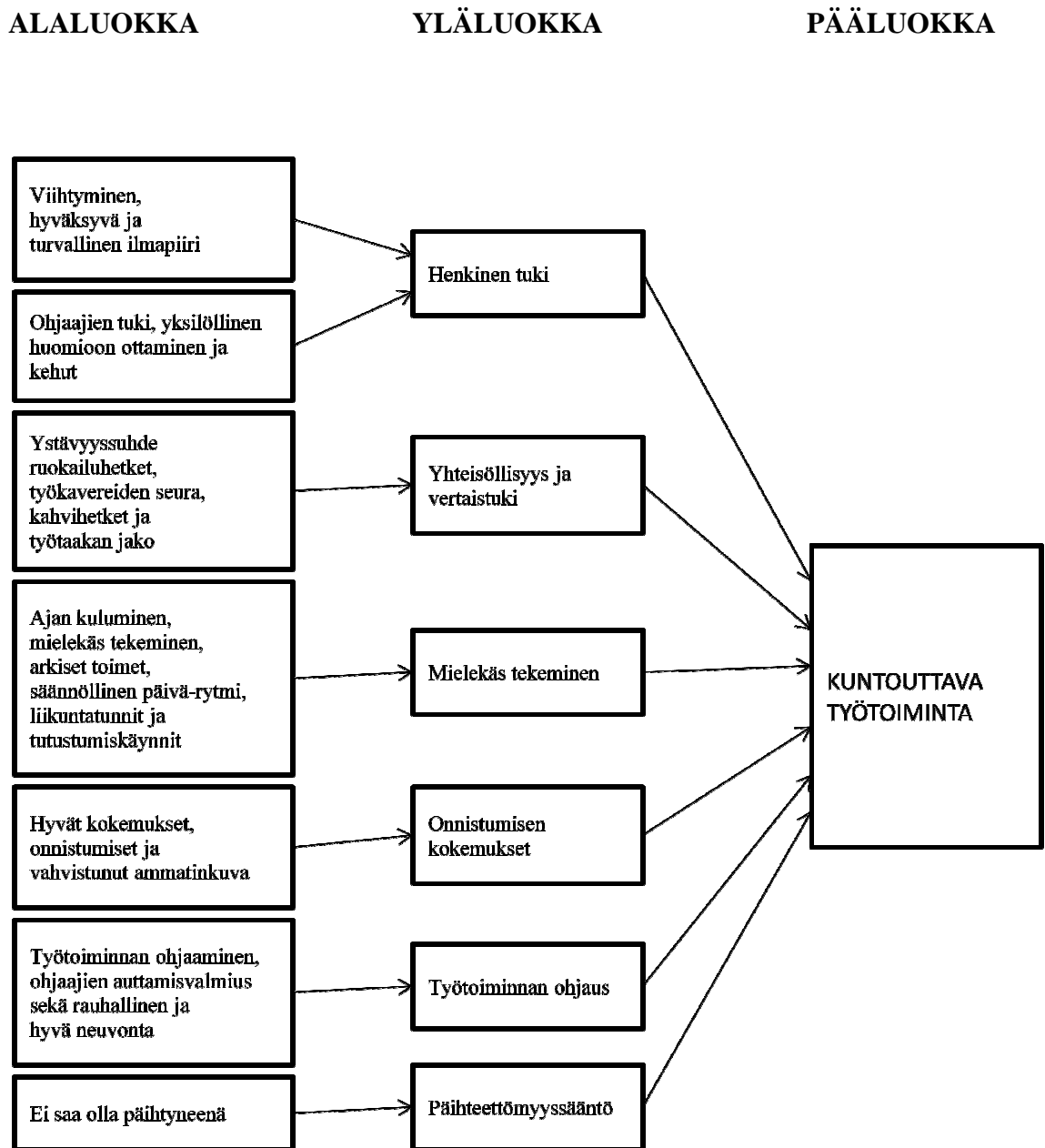
”Päivärytmi on aina. Lähes joka päivä pitää tulla paikalle.”

Kaksi haastateltavaa kertoi, että he kokivat mielekkäiksi ja hyviksi asioiksi Starttipajan liikuntatunnit ja tutustumiskäynnit. Nuorilla oli mahdollisuus käydä muun muassa Oulun urheilutalon kuntosalilla kerran viikossa tunnin ajan kerrallaan. Osa nuorista on tehnyt tutustumiskäyntejä eri kohteisiin kuten esimerkiksi Nuorten tieto- ja neuvontakeskus Nappiin ja Ouluhallin messuille.

”On tuota liikuntamahollisuutta ja sitte käydään eri paikoissa tutustumassa...”

Kuntoutumista edistivät nuorten kertomina myös hyvät onnistumisen kokemukset sekä vahvistunut ammatinkuva. Kaikkien tulevaisuuden suunnitelmat olivat vahvistuneet Starttipajalla olon myötä. Yksi haastateltava nosti esiin myös päihteettömyyssäännön, jonka mukaan Starttipajalla ei saa olla päihtyneenä. Hän koki tämän asian itseään kuntouttavana asiana. Seuraavaksi esittelen analyysirungon kuntouttavasta työtoiminnasta.

6.2 Kuntouttavan työtoiminnan analyysirunko



Kuvio 1. Kuntouttavat asiat Nuorten Starttipajalla nuorten itsensä kokemina.

6.3 Voimaantuminen

Nuorten Starttipajan toiminta vaikutti voimaannuttavasti sen nuoriin asiakkaisiin. Pääluokkina voimaantumisen nousi esiin halu ja kyky olla osa yhteisöä, lisääntyneet arjentaidot, hyvä yleisvointi, toimeliaisuus ja läsnäolo, henkinen hyvä olo ja tulevaisuuden suunnitelmat, hyvä ruokahalu, vähentynyt alkoholin käyttö ja lieventyneet uniongelmat.

Voimaantuminen näkyi kaikkien haastateltavien nuorten osalta haluna ja kykynä olla osa yhteisöä. Haastateltavien kertomina nousi esiin halu olla muiden seurassa ja kyky tulla toimeen muiden kanssa. He kertoivat myös lisääntyneistä arjentaidoista, toimeliaisuudesta ja läsnäolosta. Kaikki haastateltavat kertoivat, että heillä menee hyvin ja, että kotona menee hyvin. Nuoret kertoivat, että heillä on nykyään hyvät arjentaidot ja hyvä päivärytmi verrattuna aiempaan elämään ja aikaan ennen Starttipajaa.

”Kotona tuli tietenkin päivät vaan nukuttua ja katottua telkkaria. Nyt on päivärytmi...”

Kaikki haastateltavat kertoivat, että heillä oli sillä hetkellä hyvä yleisvointi ja jaksaminen. He kokivat työn mielekkääksi ja he kertoivat jaksavansa tehdä työtä pajalla. He kävivät mielellään muun ryhmän mukana liikuntatunneilla ja tutustumiskäynneillä. Yksi haastateltava aikoi jatkossa käydä pajalla säännöllisesti. Hänellä oli aiemmin ollut paljon poissaoloja. Kaksi muuta haastateltavaa kävivät pajalla säännöllisesti. Voimaantuminen näkyi nuorissa säännöllisenä pajalla ja ryhmätoiminnoissa käymisenä sekä hyvänä yleisvointina ja jaksamisena.

Voimaantuminen näkyi nuorissa myös henkisenä hyvänä olona ja tulevaisuuden suunnitelmina. Kaikki haastateltavat kertoivat, että heillä oli positiivinen mieliala. Kaikkien haastateltavien työidentiteetti oli vahvistunut Starttipajan myötä. Pajalla olleessan he huomasivat, mikä on heille sopivin työmuoto. Kaikki haastateltavat toivoivat pääsevänsä tulevaisuudessa töihin. Yksi haastateltava kertoi myös toiveestaan päästä vaihtoehtoisesti opiskelemaan, ellei töitä löydy.

”Mahollisimman nopeaan sitte pääsis normaalimpiin työyhteisöihin.”

Kuntoutuminen näkyi haastateltavissa hyvänä ruokahaluna. Kaikki haastateltavat kokivat ruokailun heille hyväksi ja tärkeäksi. Yksi haastateltava kertoi ruokahalun muutok-
sista suhteessa hänen vointiinsa. Kun hänellä menee hyvin, on ruokahalukin hyvä. Haastatteluhetkellä hänellä meni hyvin ja ruokakin kuulosti maistuvan hyvin. Yksi haastateltava kertoi lisäksi vähentyneestä alkoholien käytöstä viikolla.

”Silloin, kun menee huonosti, ei ruoka maistu. Kun menee hyvin, niin ruokakin maistuu.”

Kaikki nuoret haastateltavat toivat esiin nukkumiseen liittyvät asiat. Kuntoutuminen siis näkyi vähentyneinä uniongelmina. Kaikkien uniongelmat olivat heidän kokemustensa mukaan lieventyneet. Yksi haastateltava kertoi, ettei nykyään enää valvo öitä. Kaikien univaje oli pienentynyt.

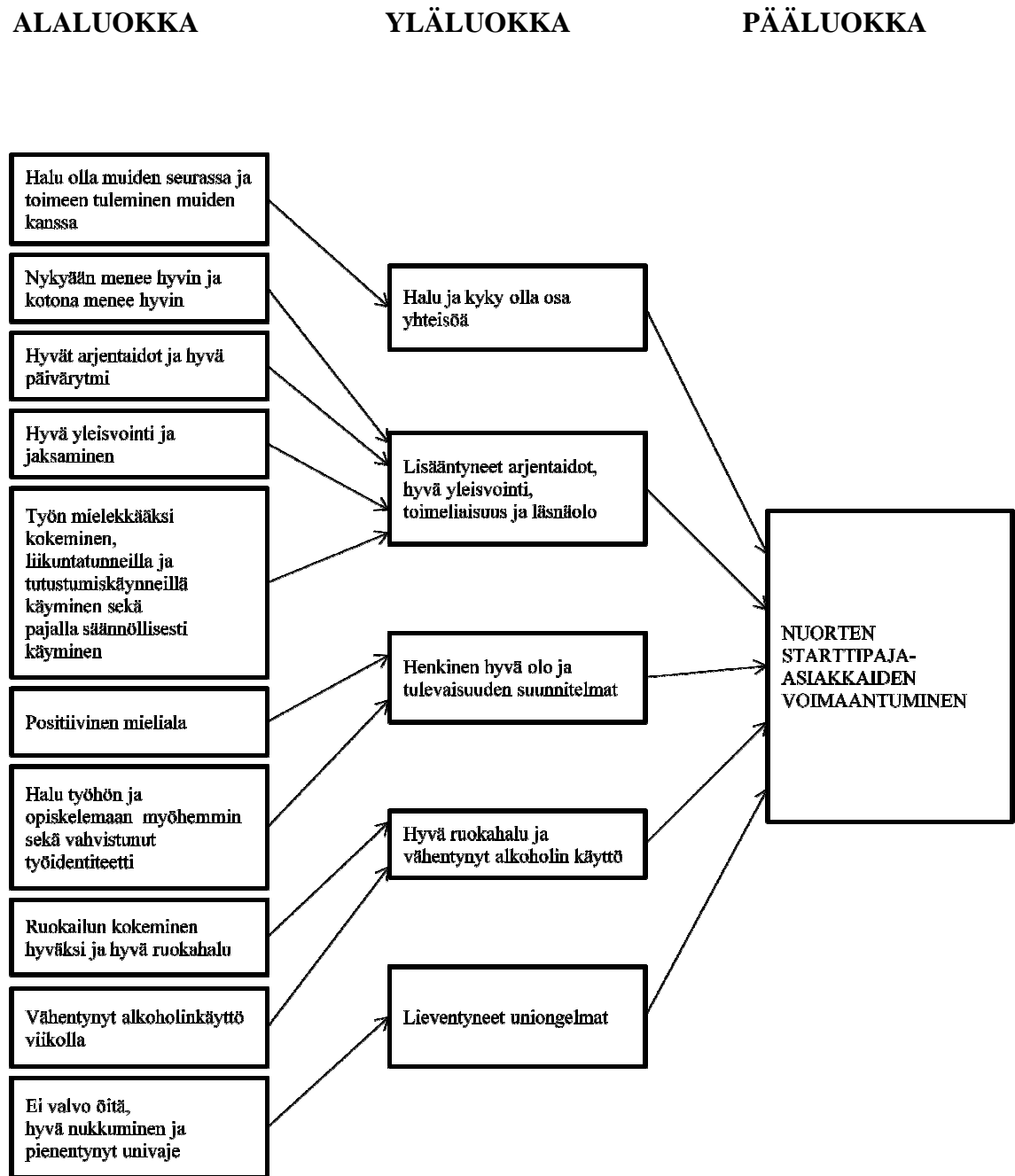
”Ei oo öitä pystysä. Päivärytmi kohillaan...”

”Aamulla herrää aikasin. Illalla yrittää mennä ajoissa nukkumaan.”

Kaikki haastateltavat kokivat Nuorten Starttipajatoiminnan heidän hyvinvointiaan kasvattavana. Kuntouttava työtoiminta oli tulevaisuuden suhteen tärkeä vaihe. Starttipaja-
toiminta siis kuntouttaa sen nuoria asikkaita. Sen toiminta näkyy asiakkaiden voimaantumisena. Eräs haastateltava lähetti terveisiä Starttipajatoiminnasta.

”Tää on kyllä hyvä, että saa mahdollisimman moni, joka vaan tarvii. Monilla on mahdollisuutta tällaiseen. Ei tuu sitte syrjäytymistä.”

6.4 Voimaantumisen analyysirunko



Kuvio 2: Kuntoutumisen ilmeneminen Nuorten Starttipajan asiakkaissa.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

1. Kuntouttava työtoiminta kokonaisuudessaan kuntouttaa Nuorten Starttipajan asiakkaita nuorten itsensä kokemina.
2. Nuorten Starttipajan toiminta ilmenee sen nuorissa asiakkaissa voimaantumisenä.

8 OPINNÄYTETYÖN LUOTETTAVUUS

Tutkimusta tulee arvioida kokonaisuutena. Arvioinnissa tulee painottua tutkimuksen johdonmukaisuus eli koherenssi. Luotettavuutta voidaan arvioida monin keinoin. Tutkimuksesta arvioidaan tutkimuksen kohde ja tarkoitus. Arvioidaan, mitä ilmiötä ollaan tutkimassa ja miksi. Arvioidaan, miten aineiston keruu on tapahtunut menetelmänä esimerkiksi haastatteluna ja tekniikkana esimerkiksi nauhoituksen osalta. Aineiston hankinnan erityispiirteiden arviointiin kuuluvat, montako haastateltiin kerralla, oliko aineisto valmiina sekä ongelmat ja muut seikat. Oleellista on arvioida tutkimuksen tiedonantajia ja pohtia sitä, miksi juuri nämä tiedonantajat valittiin, miten heihin otettiin yhteyttä ja montako henkilöä oli tutkimuksessa. Tutkittavien henkilöllisyys ei saa paljastua mistään kohtaa tekstiä. Tutkimuksessa arvioidaan tutkijan ja tiedonantajan suhdetta sekä tutkimuksen kesto ja aikataulua. Siinä arvioidaan myös sitä, miten aineisto analysoitiin ja miten johtopäätöksiin päästiin. Raportti on selkeä kuvaus tutkitusta asiasta ja prosessista. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 140–141.)

Tiedon luotettavuutta ja totuutta ilmentävät normit ohjeistavat tutkijoita noudattamaan tieteellisen tutkimuksen menetelmiä. Ne myös ohjeistavat esittämään luotettavia tutkimustuloksia. Tulosten oikeellisuuden tulee olla tiedeyhteisöjen tarkistettavissa. Tutkimusaineistojen keruu, käsittely ja arkistointi liittyvät tärkeänä osana luotettavuuteen ja tarkistettavuuteen. (Kuula 2011, 24.)

Tein haastattelut yhdelle nuorelle kerrallaan työpajatoimintapäivinä. Näin sain haastattelut onnistumaan parhaiten. Sain myös haastatteluhetket luontevammin sopimaan haastateltavien päivärytmiin. Varasin haastattelutilanteita varten rauhallisen huoneen. Pyrin dialogiseen, aitoon ja lämminhenkiseen keskusteluun, jolloin haastatteluvastauksistakin syntyi aidoimpia ja luotettavimpia. Näin tulkintavirheet pieneivät. Nuori sai runsaasti aikaa ja rauhaa vastaamiseen. Muutin alkuperäiset kysymykseni paremmin sopimaan nuorten suuhun. Sain runsaasti arvokkaita neuvoja kysymysten tekoon kokeneilta Nuorten Starttipajan työntekijöiltä. Näillä muokatuilla ja avoimilla kysymyksillä sain nuoret runsaammin kertomaan kokemuksistaan Starttipajalla ja sain haastatteluaineistoa runsaammin kuin täsmällisin kysymyksin. (LIITE 1.) Haittana koin, että nuorilta oli osittain vaikea saada tietoa. Ajoittain kannustin nuoria puhumaan enemminkin aiheesta kuin

vain muutaman lauseen verran. Avoimien kysymysten ja jatkokysymysten avulla sain laajempia ja runsaampia vastauksia. Otin huomioon, että haastateltavia voi olla vaikea saada tai he eivät välttämättä tulekaan haastatteluun sovittuna aikana. Otin myös huomioon, että sitoutuminen haastatteluun ja vastaukset voivat myös olla sen hetkisestä mielialasta kiinni. Olin varautunut ottamaan tarvittaessa lisää haastatteluajoja. Pysyitin tutkijan roolissa koko opinnäytetyöprosessin ajan.

Haastattelut nauhoitin, jolloin saatoin tarpeen tullen palata haastatteluaineistoon varmistamaan kuulemani. Haastattelujen nauhoitus toimi hyvin. Lumia 800 puhelimen nauhoitusääni oli terävämpi ja selkeämpi. Oli hyvä, että tein nauhoituksia kaiken varalta kaksi. Tämä lisäsi kuulemani tarkkuutta ja lisäsi luotettavuutta. Etsin aineistosta oleellimmän tiedon tutkimuskysymysten kannalta. Tutkimuksen taustalla toimii laadullisen tutkimuksen kirjallisuus ja mallina jo tehdyt samankaltaiset tieteelliset tutkimukset. Kaikki työvaiheet suoritin huolellisesti ja varasin näihin runsaasti aikaa. Käytin työssäni runsaasti uusimpia lähteitä ja merkitsin annetut lähteet asianmukaisesti. Otin opinnäytetyöhöni nuorten omia lausahduksia, joita ei voi tunnistaa kenenkään omaksi. Lausahdukset lisäävät mielestäni opinnäytetyön uskottavuutta. Toimin annettujen ja kirjallisuuden ohjeiden mukaan. Opinnäytetyöstäni tuli johdonmukainen, selkeä, laadukas ja luotettava. Huolehdin haastatteluaineiston asianmukaisesta hävittämisestä työni valmistuttua.

Teemahaastatteluihin osallistui kolme nuorta, jotka olivat asiakkaana Nuorten Starttipajalla. Opinnäytetyön tutkimustulokset eivät kerro kaikkien Starttipajanuorten kuntouttavista kokemuksista. Haastatellut nuoret edustivat hyvin Starttipajan nuoria, sillä heillä ilmeni samoja kuntouttavia tarpeita kuin muissakin pajalaisissa. Koen, että opinnäytetyö on antanut hyvän kokonaiskuvan siitä, mitkä asiat yleisesti ottaen kuntouttavat nuoria heidän itsensä kokemina ja miten Starttipaja toiminnassa mukana olo ilmenee yleisesti sen nuorissa asiakkaissa.

9 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS

Eettisen ajattelun kautta ihminen kykenee pohtimaan omien ja yhteisön arvojen kautta oikeaa ja väärää. Tutkittavien arvoa esiin tuovat normit painottavat tutkittavien ja heidän yhteisöidensä itsemääräämisoikeuden kunnioittamista. Tutkimuksesta aiheutuvia vahinkoja tulee välttää. Toisten tutkijoiden työtä tulee kunnioittaa ja huomioida. Tutkimusetiikka koskee kysymyksiä, joita esiintyy aineiston hankinnassa, tutkittavien suojassa, tieteellisen tiedon soveltamisessa, käytössä ja vaikutuksissa sekä tiedeyhteisön sisäisissä asioissa. (Kuula 2011, 21–25.)

Tieteellinen tutkimus voi olla eettisesti hyväksyttävää sekä luotettavaa ja sen tulokset uskottavia, mikäli tutkimus on tehty hyvän tieteellisen käytännön vaatimalla tavalla. Hyvää tieteellistä käytäntöä koskevien ohjeiden käyttäminen on tutkijayhteisön itsesääntelyä. Lainsäädäntö määrittelee sille rajat. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6.) Perustuslaki säättää henkilökohtaisesta koskemattomuudesta, sivistyksellisistä oikeuksista ja yksityisyyden suojasta. Muun muassa henkilötietolaissa säädetään tarkemmin perusoikeuksista. Jo aiheen valinnassa täytyy pohtia tutkimuksen oikeutusta. Tutkimukselle tulee löytää perustelut. Haitan aiheuttamista tulee välttää. Tutkimus voi aiheuttaa hyötyä tutkittaville. Hyötyjä voivat olla voimaantuminen, hyvinvoinnin ja itsetietoisuuden lisääntyminen, tunteiden purkaminen sekä oman tarinan kertomisen mahdollisuus. (Kylmä & Juvakka 2007, 140–148.) On eettisesti oikein, että tutkittavat hyötyvät tutkimuksista.

Arkistoinnin ja tutkimusaineiston jatkokäytön suurimpia haasteita ovat luottamukseen ja tietosuojaan kuuluvat asiat. Eettisesti hyväksi todettuja käytäntöjä ovat aineiston suojeleminen muilta. Tieteen tutkimuksessa hyvin arkistoidut aineistot ovat tärkeitä tiedon lähteitä. Arkistoinnin ohjeet ja hyvä tiedonhallinta edistävät tutkimuskäytäntöjä. Ne ovat aineistojen jatkotutkimukselle tärkeitä. Arkistoinnilla vähennetään myös aikaa ja voimia uuden tutkimuksen teossa. Tutkittavien yksityisyyden kunnioittaminen ja suojaaminen on suurimpia eettisiä normeja. Lainsäädäntö etiikan lisäksi suojelee ihmisten yksityisyyttä. Arkistoimattomuus, analysoiminen ja tunnistellisen tiedon tallentuminen pohjautuu henkilötietolakiin. Aineisto voidaan suostumuksen mukaan joko hävittää, arkistoida tunnistettavasti tai anonymisoida. Mikäli tunnistellinen tieto arkistoidaan,

siihen täytyy hakea lupaa Kansallisarkistolta. Anonysoidun aineiston voi arkistoida ilman Kansallisarkiston lupaa. (Kuula 2010, 214–216.)

Lupaukset aineiston säilyttämisestä ja käytöstä annetaan tutkittavalle jo silloin, kun sovitetaan tutkimukseen osallistumisesta. Luottamuksellisuus kuuluu tutkijan lisäksi arkistointiaineistoa käyttäville tutkijoille. Aineistoa, jota on käytetty tutkimukseen, ei tule käyttää eikä luovuttaa tutkittavia koskeviin päätöstentekoihin. Yksittäisistä henkilöistä ei saa puhua tai kirjoittaa tunnistettavasti, ellei asiasta ole sovittu tutkittavan kanssa. Tutkimusaineiston arkistointiin jatkotutkimuksia varten tarvitaan tutkittavan suostumus. Keskusteluja, jotka on käyty muun muassa nauhurin sulkemisen jälkeen, ei tule arkistoida. Henkilökohtaisia ja yksityisiä asioita, jotka eivät kuulu tutkimustilanteeseen, ei tule myöskään arkistoida. Tutkimusetiikan mukaan aineiston alkuperä tulee mainita julkaisussa eli aineiston alkuperäiset tutkijat ja aineiston nimi tulee tuoda esiin uudessa tutkimuksessa. (Kuula 2010, 225–231.)

Opinnäytetyön eettisyyden takaamiseksi pidin haastateltujemme nuorten henkilöllisyyden salassa. Sitouduin ja sitoudun vaitiolovelvollisuuteen. Kunnioitin nuorten itsemääräämisoikeutta. Haastatteluun suostuminen ja tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Haastateltavat saivat vapaasti kertoa kokemuksistaan. He saivat itse päättää mitä kertoivat tai jättivät kertomatta. Kohtasin nuoria tasavertaisesti ja arvostavasti. Kerroin haastateltaville pitäväni heidän yksityisyytensä salassa ja yhteistyön pohjautuvan luottamukseen. Merkitsin huolellisesti lähdeviitteet. Erotin omat ajatukseni ja lähdemateriaalin tekstissä selkeästi. Tutkimustulokset kirjoitin niin, ettei vastaajaa pystytty siitä tunnistamaan.

Opinnäytetyö toimii kehittämisvälineenä ja kuntoutuksen vaikuttavuuden osoittimena Oulun Diakonissalaitoksen Säätiölle. Se voi toimia sellaisena myös Oulun työvoiman palvelukeskukselle, Oulun työ- ja elinkeinotoimistolle ja muille kuntouttavaa työtoimintaa järjestäville tahoille. Opinnäytetyötä voidaan käyttää lisäksi vaikuttavuuden osoittimena päättäjille, rahoittajille sekä muille tahoille. Toimintaa voidaan perustella eettisessäkin mielessä kannattavaksi.

10 POHDINTA

Aiheena nuorten syrjäytyminen on ajankohtainen maassamme. Nuorten asiat ja nuorisotakuu on ollut runsaasti esillä mediassa viime vuosina. Tällä opinnäytetyöllä saadaan lisää tutkimustuloksia Nuorten Starttipajatoiminnan hyödyllisyydestä ja näin ollen kenties tulevaisuudessa Starttipajatoiminta laajenee edelleen maassamme. Opinnäytetyötä voidaan myös käyttää vaikuttavuuden osoituksena päättäjille ja rahoittajille sekä muille tahoille, jotka esimerkiksi järjestävät toimintaa.

Opinnäytetyö on sosiaali- ja diakonia-alalle sopiva. Sosionomi-diakonit tekevät työtä juuri syrjäytyneiden parissa. Eriarvoistuminen maassamme on totta. Kuilu hyvä- ja huono-osasten välillä syvenee yhä. Työ syrjäytyneiden parissa on inhimillistä ja taloudellisestikin kannattavaa. Yksikin syrjäytynyt aiheuttaa inhimillistä kärsimystä suunnattomasti niin itselleen, läheisilleen kuin yhteiskunnallisesti ja aiheuttaa muun muassa suuria taloudellisia kustannuksia. Oulun Diakonissalaitoksen Säätiö toimii kristilliseltä pohjalta. Säätiö auttaa niitä, joiden hätä on suurin ja nämä nuoret Nuorten Starttipajalla ovat juuri heitä. Sosionomi-diakonin yhtenä tärkeimpänä tehtävänä on kristillisyyden mukaan auttaa heitä, joiden hätä on suurin.

Oulun Diakonissalaitoksen Säätiössä toimitaan kristilliseltä arvopohjalta ihmisseläisesti, oikeudenmukaisesti, tuloksellisesti ja edelläkävijyyttä osoittaen. (ODL, Oulun diakonissalaitos 2013 a). ODL Konsernissa yhteiskuntavastuullisuus näkyy vastuuna taloudesta, ihmisistä, ympäristöstä sekä säätiön yleishyödyllisenä toimintana. Säätiön yleishyödyllistä toimintaa ovat sotainvalidien ja vanhusten hoitaminen sekä koulutus hoitoalan ammatteihin. Yhteiskuntavastuullista toimintaa ovat muun muassa erityistä tukea ja apua tarvitsevien ihmisten auttamistyö eli diakonia ja sosiaalipalvelu, vapaaehtoistoiminta sekä henkinen ja hengellinen työ. (ODL, Oulun diakonissalaitos 2013 c.) Yhteistyökumppanina ODL oli sopiva ajatellen sen arvoja suhteessa sosionomi-diakonin arvoihin.

Jatkotutkimusideana esitän seuraavaa pohjautuen tutkimustuloksiini. Tulevaisuudessa voitaisiin tutkia, mitä muita kuntouttavia asioita toimintaan osallistuvat nuoret itse voivat lisättävän Starttipajatoimintaan. Voitaisiin myös tutkia, mitä asioita toimintaan

osallistuvien nuorten kokemuksiin pohjautuen olisi hyvä muuttaa Starttipajatoiminnassa.

10.1 Pohdintaa opinnäytetyön johtopäätöksistä

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata Nuorten Starttipajan kuntouttavia tekijöitä nuorten kokemina. Tarkoituksena oli myös kuvata, kuinka kuntouttavat tekijät ilmenivät Starttipajan nuorissa. Tavoitteena oli löytää Starttipajatoiminnan kuntouttavia tekijöitä nuorten kokemuksista sekä luoda opinnäytetyöstä kehittämisväline ja vaikuttavuuden osoitin Oulun Diakonissalaitoksen Säätiölle eli ODL:lle. Opinnäytetyön johtopäätöksissä esiin nousi, että kuntouttava työtoiminta kokonaisuudessaan kuntouttaa Nuorten Starttipajan asiakkaita heidän itsensä kokemina ja, että Nuorten Starttipajan toiminta ilmenee sen nuorissa asiakkaissa voimaantumisenä.

Tulosten mukaan kuntouttavia asioita nuorten itsensä kokemina Nuorten Starttipajalla on paljon. Näitä olivat henkinen tuki, yhteisöllisyys, vertaistuki, mielekäs tekeminen, onnistumisen kokemukset, työtoiminnan ohjaus ja päihteettömyyssääntö. Kokonaisuutena näistä tuloksista voisi päätellä, että kokonaisvaltainen tuki auttaa syrjäytyviä nuoria. He kaipaavat kuntoutuakseen toisten ihmisten empaattista vuorovaikutusta, ammatillista ja ystävällistä ohjausta, toimintaa ja päivärytmiä. He tarvitsevat myös turvallista ympäristöä kuntoutuakseen. Lisäksi Starttipajan kahvi- ja ruokailuhetket ovat tärkeitä kuntoutumisen kannalta. Nuoren tulee saada olla vapaasti muiden seurassa. Näin hän voi kehittää sosiaalisia taitojaan ja tulla kuulluksi halutessaan. On tervehdyttävää olla vertaistensa joukossa ja huomata kehittyvänsä ja oppivansa uusia taitoja. Usein tarvitaan kehuja ja kannustamista.

Opinnäytetyön tulosten mukaan kuntoutuminen näkyi Starttipajan nuorissa voimaantumisenä. Voimaantuminen näkyi nuorissa haluna ja kykynä olla osa yhteisöä, lisääntyneinä arjentaitoina, hyvänä yleisvointina, toimeliaisuutena, läsnäolona, henkisenä hyvänä olona, tulevaisuuden suunnitelmina, hyvänä ruokahaluna, vähentyneenä alkoholin käyttönä sekä lieventyneinä uniongelmina. Tutkimuksessa on mielestäni tärkeää kertoa myös, kuinka kuntouttava työtoiminta ilmenee sen asiakkaissa. Näin voidaan selkeästi osoittaa toiminnan vaikuttavuutta esimerkiksi tilaajille ja rahoittajille.

10.2 Opinnäytetyön suhde aikaisempiin tutkimuksiin

Elosen (2008) tutkimuksessa todetaan, että vaikeaa masennusta ja aktiivista rikekäyttämistä voidaan ennaltaehkäistä yhteisöllisen sosiaalisen tuen ja kontrollin avulla. Tutkimus kohdistui kouluyhteistyöhön, mutta yhteyksiä löytyy myös muissa yhteisöissä. Masennus ja rikekäyttäytyminen ovat vakavia ongelmia. Epätasa-arvoinen ilmapiiri lisää masennusriskiä. Yhteisöllisen sosiaalisen kontrollin jakautuessa epätasa-arvoisesti poikien riski aktiiviseen rikekäyttämiseen lisääntyy. Panostamalla sosiaaliseen ilmapiiriin voidaan ennaltaehkäistä nuorten pahoinvointia. Nuorten yhteinen sosiaalinen tuki oli merkittävä tekijä arvioitaessa masennusriskiä. Oikeudenmukaisuuden kokemisen puute on uhka hyvinvoinnille. (Elonen 2008, 96–97.) Starttipajoilla tulee tämän tutkimuksen perusteella ja kuntoutumisen kannalta olla turvallinen ja tasa-arvoinen ilmapiiri. Huono ilmapiiri voi lisätä nuorten masennusta ja henkistä pahoinvointia ja epäoikeudenmukaisuuden kokemukset voivat lisätä ongelmakäytöstä. Opinnäytetyössäni nuoret toivat runsaasti esiin sitä, että hyvä ilmapiiri lisää heidän viihtymistään ja hyvinvointiaan oleellisesti.

Nuorilla oli Pylkkäsen (2011) tutkimuksen mukaan tarve saada tunnustusta osaamisestaan. He eivät halunneet sopeutua passiivisen työttömän osaan. Lähes kaikki haastateltavat nuoret kaipasivat mielekästä tekemistä. He pitivät aktivointipyrkimyksiä hyvänä, mikäli toimenpiteet olivat heidän elämäntilanteeseensa ja voimavaroihinsa sopivia. Työvoiman palvelukeskuksessa eli TYP:ssa nuoret kokivat voivansa vaikuttaa asioihinsa. Erityisesti mahdollisuus pohtia tulevaisuutta tuttujen työntekijöiden ja ammatinvalintapsykologin kanssa koettiin tärkeäksi. Työntekijät ansaitsivat nuorten silmissä luottettavan roolin, sillä he kokivat voivansa luottaa palvelun oikeudenmukaisuuteen, reiluteen sekä ennakoitavuuteen. (Pylkkänen 2011, 83–84.) TYP eli työvoiman palvelukeskus toimii keskeisessä ja tärkeässä roolissa nuorten kuntoutumisen suhteen. TYP:n kautta ohjataan nuoria työpajoille. Moniammatillinen työskentely ja apu auttavat tehokkaasti nuoria kuntoutumaan. Nuorten Starttipaja tekee runsaasti yhteistyötä TYP:n kanssa. Pylkkäsen tutkimus osoitti samaa kuin opinnäytetyöni tulokset. Nuoret tarvitsevat mielekästä tekemistä.

Pasman ja Päckilän (2011) Opinnäytetyössä selvisi, että asiakkaat olivat pääosin tyytyväisiä työvoiman palvelukeskuksen järjestämään kuntouttavaan työtoimintaan. Kuntout-

tavan työtoiminnan aikana asiakkaiden elämänhallinta, voimaantumisen tunteet ja työ- ja toimintakyky lisääntyivät. Asiakkaiden elämänrytmit normalisoituivat, mielialat nousivat, sosiaaliset suhteet lisääntyivät ja päihteiden käyttö väheni. Asiakkaat suunnittelivat myös enemmän tulevaisuuttaan. Työvoiman palvelukeskus voisi kiinnittää enemmän huomiota sopivan työpaikan valintaan ja antaa tähän valintaan enemmän ohjausta asiakkaalleen. (Pasma & Päckilä 2011, 2.) Tämänkin tutkimuksen mukaan asiakkaat kuntouttavassa työtoiminnassa voimaantuivat, heidän jaksamisensa ja toimintakykynsä kasvoivat, arkirytmistö löytyi, he alkoivat voimaan psyykkisesti paremmin, päihdekäyttö väheni ja ihmissuhteet lisääntyivät. Samoja tuloksia löysin omastakin tutkimuksestani. Pasma ja Päckilän tutkimus lisää opinnäytetyöni luotettavuutta.

Ojanen (2009) keräsi opinnäytetyön aineiston haastattelemalla kahdeksaa Etapin pajajakson käynnyttä nuorta. Opinnäytetyön tutkimustulosten mukaan esille nousivat osallisuuden, vertaistuen ja läheisten merkitys selviytymisessä. Työpaja-aika koettiin pääosin myönteisenä ja vahvana tukena positiiviselle muutokselle. Se toi säännöllisyyttä ja rutiineja nuorten elämään. Moniammatillista verkostotyötä tulisi kehittää yhä vahvemmin niin, että nuorilla olisi mahdollisuus saada riittävää ohjausta liittyen elämänhallintaan, koulutukseen ja työelämään. Työ- ja yksilövalmentajilta vaaditaan laajaa osaamista sekä ammattitaitoon että elämänhallintaan liittyen. Yksilövalmentajan tulee kehittää nuoren tukena olevia verkostoja nuorta kuulemalla. Yksilöohjauksessa painottui kannustus, rohkaisu ja kuulluksi tuleminen sekä yhteyshenkilönä toimiminen nuoren asioissa eri viranomaisien kesken. (Ojanen 2009, 3.) Ojasekin opinnäytetyössä nousi esiin samoja asioita kuin omasta opinnäytetyön tutkimuksestani. Työ tukee tutkimustuloksiani. Muun muassa ohjaus, vertaistuki, päivärytmi ja kannustus ovat tärkeitä kuntoutumisen kannalta.

Pohjois-Britannian Columbian yliopiston tutkimus esittelee ja arvioi työvoimakoulutusohjelmaa, joka on suunniteltu auttaamaan riskiryhmässä olevia nuoria löytämään töitä. Tulokset osoittivat, että psyykinen hyvinvointi oli merkittävästi parantunut ohjelman myötä. Varsinkin riskiryhmien nuorten, jotka ovat kodittomia, eivät ole koulussa, ovat päihderiippuvaisia ja jotka ovat rikosrekisterissä, on vaikea työllistyä. Tehokas työvoimakoulutusohjelma auttaa nuoria kokonaisvaltaisesti työnhaussa. Arjentaitojen harjoitukset ja työharjoittelumahdollisuudet auttavat työllistymisessä ja lisäävät hyvinvointia. Ohjelma auttaa voimaan psyykkisesti paremmin, lievittää yksinäisyyttä, vähentää eris-

täytymistä, kehittää sosiaalisia taitoja, kohottaa itsetuntoa ja auttaa selviytymään ongelmista. Nuorista 88 % oli töissä tai koulussa kaksitoista viikkoa ohjelman suorittamisen jälkeen. He olivat tyytyväisempiä elämään. Heidän itsetuntonsa oli korkeampi, he olivat vähemmän aggressiivisia ja he olivat empaattisempia kuin työttömät nuoret. (Matsuba, Elder, Petrucci & Marleau 2008, 15–23.) Pohjois-Britanniassakin on Columbian yliopiston tutkimuksen mukaan huomattu, että syrjäytymisvaarassa olevia nuoria auttaa voimaan paremmin samankaltainen tuettu työtoiminta ja työharjoittelu kuin Suomessa. Arjentaitojen ja sosiaalisten taitojen harjoitukset sekä työharjoittelu ovat oleellisia asioita kuntoutumisessa.

11 LÄHTEET

- Dunderfelt, Tony 2006. Elämänkaaripsykologia. Lapsen kasvusta yksilön henkiseen kehitykseen. 9.–13. painos. Helsinki:Wsoy.
- Ellonen, Noora 2008. Kasvuyhteisö nuoren turvana. Sosiaalisen pääoman yhteys nuorten masentuneisuuteen ja rikekäyttäytymiseen. Tampere: Tampereen yliopisto. Akateeminen väitöskirja. Viitattu 16.2. 2014. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/67814/978-951-44-7206-0.pdf?sequence=1>.
- Eskola, Jari 2001. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat. Laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin. II, näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 133–157.
- Eskola, Jari & Vastamäki, Jaana 2010. Teemahaastattelu: opit ja opetukset. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin. I, Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. 3. uudistettu ja täydennetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 26–31.
- Hyväri, Susanna & Nylund, Marianne 2010. Yhteisöllisiä työmenetelmiä syrjäytymisen voittamiseksi. Teoksessa Laine, Terhi; Hyväri, Susanna & Vuokkila-Oikkonen, Päivi (toim.) Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 29–47.
- Ihalainen, Jarmo & Kettunen, Terttu 2011. Turvaverkko vai trampoliini. Sosiaaliturvan mahdollisuudet. 6.painos. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Jokela, Ulla 2010. Spirituaalinen sensitiivisyys - muutosvoima sosiaalialan työssä. Teoksessa Laine, Terhi; Hyväri, Susanna & Vuokkila-Oikkonen, Päivi (toim.) Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 209–222.
- Järvikoski, Aila & Härkäpää, Kristiina 2001. Kuntoutuksen käsitteet ja kuntoutustarve – kuntoutujan, ammattihenkilön ja yhteiskunnan näkökulmat. Teoksessa Kallanranta, Tapani; Rissanen, Paavo & Vilkkumaa, Ilpo (toim.) Kuntoutus. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 30–41.

- Kronqvist, Eeva-Liisa & Pulkkinen, Minna-Leena 2007. Kehityspsykologia. Matkalla muutokseen. Helsinki. Wsoy oppimateriaalit.
- Kuula, Arja 2010. Alaikäisiltä kerätyn aineiston arkistoinnin ja jatkokäytön etiikka. Teoksessa Lagström, Hanna; Pösö, Tarja; Rutanen, Niina & Vehkalahti, Kaisa (toim.) Lasten ja nuorten tutkimuksen etiikka. Nuorisotutkimusverkosto, 213–231.
- Kuula, Arja 2011. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Toinen, uudistettu painos. Tampere: Vastapaino.
- Kylmä, Jari & Juvakka, Taru 2007. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki: Edita.
- Laimio, Anne & Karnell, Sonja 2010. Vertaistoiminta – kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Laatikainen, Tanja (toim.) Vertaistoiminta kannattaa, 9 – 19. Viitattu 31.3.2013.
http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf.
- Laine, Terhi; Hyväri, Susanna & Vuokkila-Oikonen, Päivi 2010. Mitä on syrjäytymisen vastainen työ? Teoksessa Laine, Terhi; Hyväri, Susanna & Vuokkila-Oikonen, Päivi (toim.) Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 9–25.
- Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 2012/937, 28.12.2012. Viitattu 9.3.2013.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2001/20010189>.
- Lämsä, Anna-Liisa 2009. Tuhat tarinaa lasten ja nuorten syrjäytymisestä sosiaalihuollon asiakirjojen valossa. Väitöskirja. Oulun yliopisto. Viitattu 17.5.2013.
<http://herkules oulu.fi/isbn9789514290213/isbn9789514290213.pdf>.
- Matsuba, M. Kyle; Elder, Gavin J; Petrucci, Franca & Marleau, Tammy 2008. Employment Training for At-risk Youth: A Program Evaluation Focusing on Changes in Psychological Well-being. Child Youth Care Forum (2008) 37:15–26. Viitattu 26.3.2014. Saatavissa <http://www.nelliportaali.fi>, EBSCO Academic search Premier -aineisto.
- Metsämuuronen, Jari 2001. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Metodologia –sarja 4. 2.tarkisteettu painos. Helsinki: Internationa Methelp Ky.
- Nuorisolaki 2006/72, 27.1.2006. Viitattu 15.2.2014.
www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20060072.
- ODL, Oulun Diakonissalaitos 2013 a. Arvot. Viitattu 27.3.2014.
<http://www.odl.fi/sivu/fi/odl/arvot/>.
- ODL, Oulun Diakonissalaitos 2013 b. Nuorten Starttipaja. Viitattu 3.2.2014.

http://www.odl.fi/sivu/fi/palvelut/perhe_ja_nuorten_palvelut/nuorten_palvelut/nuorten_starttipaja/.

ODL, Oulun Diakonissalaitos 2013 c. Yhteiskuntavastuullisuus. Viitattu 27.3.2014.

<http://www.odl.fi/sivu/fi/odl/yhteiskuntavastuullisuus/>.

Ojanen, Anna Mari 2009. Elämän käännekohta. Kertomuksia työpajanuorten selviytymisestä. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Diak Itä Pieksämäki. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Viitattu 7.3.2014.

<http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/4564/ojanenz13731.pdf?sequence=1>.

Oulun Diakonissalaitos 2011. Toimintakatsaus 2011. Viitattu 9.3.2013.

http://www.odl.fi/tiedostot/organisaatio/Toimintakertomus_2011.pdf.

Pasma, Katja & Päckilä, Eeva 2011. Asiakkaiden kokemuksia Oulun työvoiman palvelukeskuksen kuntouttavasta työtoiminnasta. Oulun seudun ammattikorkeakoulu. Oulu. Opinnäytetyö. Viitattu 7.3.2014.

http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/27883/Pakkila_Eeva.pdf?sequence=1.

Pohjantammi, Ismo 2007. Ylisukupolvinen työttömyys nuorten työpajoilla. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisuja 12. Viitattu 13.2.2014. <http://www.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/tyopaja.pdf>.

Pylkkänen, Aura Sofia 2011. Ammattina asiakas? Vaikeasti työllistettävien helsinkiläisnuorten kokemuksia työhallinnon tarjoamista palveluista ja niiden toimivuudesta. Helsingin yliopisto. Sosiaalitieteiden laitos. Pro-gradu - tutkielma. Viitattu 9.5.2013.

<https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/30047/gradupylkkanen.pdf>.

Raunio Kyösti 2010. Syrjäytyminen. Sosiaalityötä kiinnostavia näkökulmia. 2.

muuttamaton painos. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto: Helsinki.

Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulu: Oulun

yliopisto. Väitöskirja. Viitattu 20.3.2014.

<http://herkules.oulu.fi/isbn951425340X/isbn951425340X.pdf>.

Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö 2012. Sosiaalityöllä tuetaan yksilöä ja yhteisöä. Viitattu 22.4.2014.

http://www.stm.fi/sosiaali_ja_terveyspalvelut/sosiaalipalvelut/sosiaalityo.

- Sosiaali- ja terveysministeriö 2013. Kuntoutuksella parannetaan toimintakykyä. Viitattu 8.3.2014. http://www.stm.fi/sosiaali_ja_terveyspalvelut/kuntoutus.
- THL, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2012 a. ECTS –kompetenssit. Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi (AMK) – tutkinto. Viitattu 6.3.2014. http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/sosiaalialanamkverkosto/sosiaaliala_ammattikorkeakouluissa/sosionomi_amk_tutkinto/ects_kompetenssit/.
- THL, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2012 b. Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja. Kuntouttavan työtoiminnan sisältö. Viitattu 8.3.2014. <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/kuntouttavan-tyotoiminnan-kasikirja/kuntouttava-tyotoiminta/tyotoiminnan-sisalto/>.
- THL, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2012 c. Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja. Palvelun luonne. Viitattu 8.3.2014. <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/kuntouttavan-tyotoiminnan-kasikirja/kuntouttava-tyotoiminta/kuntouttavan-tyotoiminnan-sisalto/kuntouttava-tyotoiminta-sosiaalipalveluna/>.
- Tuomi, Jouni & Sarajarvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 9., uudistettu laitos. Tammi: Helsinki.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 24.3.2014. http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf
- Työ- ja elinkeinoministeriö 2013 a. Työllisyyskatsaus. Viitattu 11.5.2013. <http://www.tem.fi/files/36504/MAALIS13.pdf>.
- Työ- ja elinkeinoministeriö 2013 b. Uutiskirje 10.1.2013. Nuorisotakuu tuli voimaan. Viitattu 15.2.2014. https://www.tem.fi/ajankohtaista/uutiskirjearkisto/arkisto_2013/uutiskirje_10.1.2013/nuorisotakuu_tuli_voimaan.109175.news.
- Työ- ja elinkeinoministeriö 2013 c. TE-palvelut. Nuorisotakuu. Viitattu 16.2.2014. <http://www.tepalvelut.fi/te/fi/tyonhakijalle/nuoret/nuorisotakuu/index.html>.
- Työllisyys- ja yrittäjyysjaosto 2012. Nuorten yhteiskuntatakuu 2013. Raportti 15.3.2012. Viitattu 8.3.2013. http://www.tem.fi/files/32352/Nuorten_yhteiskuntatakuu_tyoryhman_raportti_%28%29.pdf.

Työpajatieto 2014. Työpajatoiminnan historia. Viitattu 21.4.2014.

http://www.tyopajatieto.fi/tyopajatieto/mika_on_tyopaja/tyopajatoiminnan_historia/.

Vilen, Marika; Leppämäki, Päivi & Ekström, Leena 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. 3., uudistettu painos. Helsinki: Wsoy Oppimateriaalit Oy.

Vuokkila-Oikkonen, Päivi & Ruotsalainen, Kari 2010. Nuoren tunne-elämän ongelmat, sosiaalisista suhteista vieraantuminen ja ammatillinen kohtaaminen. Teoksessa Laine, Terhi; Hyväri, Susanna & Vuokkila-Oikkonen, Päivi (toim.) Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 223–242.

LIITTEET

LIITE 1: Teemahaastattelurunko

Tukisanat: arjentaidot, henkinen tuki, hyväksytyksi tuleminen, itsetunto, kuntoutuminen, ohjaajan tuki, onnistumisen kokemukset, yhteisöllisyys ja vertaistuki

Kerro vapaasti.

1. Millaista oli nyt tulla tänne? Miltä yleensä tuntuu tulla Starttipajalle?
2. Miten menee?
3. Miten jakselet?
4. Mitä olet puuhannut täällä?
5. Miten oot viihtynyt täällä?
6. Miten onnistumiset tai epäonnistumiset ovat sinuun vaikuttaneet täällä ollessa?
7. Miten kotona menee?
8. Miten nukut? Onko sinulla käsitystä siitä, että miksi nukut huonosti?
9. Miten viihdyt muiden kanssa?
10. Mitä mieltä olet lounasruuasta?
11. Kuinka syöt? Kuinka säännöllistä ruokailusi on?
12. Mitä hyviä ja huonoja juttuja toiminnassa on?
13. Mitkä asiat Starttipajalla ovat kuntouttaneet eli auttaneet sinua?
14. Mitä olet tykännyt ohjauksesta ja tuesta?
15. Milloin olet tullut tänne Starttipajalle?
16. Mitä oot aatellut tehdä tämän jälkeen?

LIITE 2: Sopimus opinnäytetyöstä

1. Toimeksiantaja	<u>OULU SEURAN Seurapaja</u>	<u>Tarja Siira</u>
Virasto/laitos/yksikkö	<u>PL 325</u>	Yhteyshenkilö ja työelämäohjaaja
Lähiosoite	<u>50100 OULU</u>	Puhelin
Postitoimipaikka		<u>tarja.siira@oul.fi</u>
		s-posti
2. Opiskelija(t)	<u>Ervasti</u>	<u>Maarit Kyllikki</u>
Sukunimi		Etunimet
Lähiosoite		Puh. / s-posti
Sukunimi		Etunimet
Lähiosoite		Puh. / s-posti
Sukunimi		Etunimet
Lähiosoite		Puh. / s-posti
	<u>Oulun toimipiste</u>	
	Diakin yksikkö	
	<u>Sosionomi-diakoni</u>	
	Tutkintonimike, johon tähtää	
	<u>Maria-Liisa Löksy ja Tarja Tuovinen-Kakko</u>	
	Työn ohjaaja Diakissa	
	<u>Mikä starttipajassa kuntouttoa?</u>	
	Opinnäytteen nimi	
3. Sopimuksen kohde	Opinnäytetyö suoritetaan tämän sopimuksen liitteenä olevan suunnitelman ja mahdollisen tutkimusluvän mukaisesti. Opiskelijalla on oikeus tehdä aineistosta opinnäytetyö ja julkaista työn valmistuttua opinnäytetyössä esitetyistä tiedoista artikkeleita.	
3. Opiskelija sitoutuu	<ul style="list-style-type: none"> - noudattamaan Tutkimuseettisen neuvottelukunnan laatimia tutkimuseettisiä ohjeita - hyvän tieteellisen käytännön periaatteista - valtiolovelvollisuuteen - käyttämään toimeksiantajalta saamaansa aineistoa vain edellä mainittuun tarkoitukseen - olemaan luovuttamatta ja julkaisematta aineistosta yksilöityjä tai yksilöitävissä olevia tietoja. 	

5. Toimeksiantaja sitoutuu

- mahdollistamaan aineiston hankinnan
- sitoutuu opastamaan opinnäytteeseen liittyvissä ammatillisissa kysymyksissä
- maksamaan opinnäytteestä aiheutuvia kustannuksia mahdollisen erillisen sopimuksen mukaisesti

6. Opinnäytesopimuksen purkaminen

Toimeksiantaja voi purkaa opinnäytesopimuksen, mikäli opinnäytetyö keskeytyy opiskelijasta johtuvasta syystä. Opiskelija voi purkaa sopimuksen, mikäli opinnäytetyön tekeminen on mahdotonta aineiston saannin ehtyessä tai muusta pakottavasta syystä. Jos opinnäytesopimus purkautuu, opinnäyteaineisto palautetaan toimeksiantajalle.

Tätä sopimusta on tehty kolme samansisältöistä kappaletta, yksi toimeksiantajalle, yksi opiskelijalle ja yksi Diakonia-ammattikorkeakoululle.

Päiväys

Helsingissä Oulu
kerä kuun 7 pänä 20 13

Allekirjoitukset

[Signature]
Toimeksiantajan edustaja

ZINA KUKKI
nimenselvennys

[Signature]
Ohjaava opettaja

Maria-Liisa Lämsä
nimenselvennys

[Signature]
Opiskelija

Maarit Ervasti
nimenselvennys

Liitteet

Liitteiden lukumäärä _____

Liitteiden otsikot