



**PALVELUIDEN KÄYTTÄJIEN  
KOKEMUKSIA  
SOPIMUSVUORI RY:N PÄIVÄTOIMINNASTA**

Heidi Kerman

Saija Louvesniemi

Opinnäytetyö  
Maaliskuu 2014  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto

## TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto

KERMAN, HEIDI & LOUVESNIEMI, SAIJA:  
Palveluiden käyttäjien kokemuksia Sopimusvuori ry:n päivätoiminnasta.

Opinnäytetyö 75 sivua, josta liitteitä 21 sivua  
Maaliskuu 2014

---

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää mielenterveyspalveluiden käyttäjien kokemuksia Sopimusvuori ry:n päivätoiminnasta. Sopimusvuori oy on Tampereella toimiva kolmannen sektorin organisaatio, joka tuottaa mielenterveyskuntoutus-, dementiahoito- sekä lastensuojelupalveluja. Opinnäytetyön tehtävänä oli myös selvittää miten palveluiden käyttäjät kuvasivat henkilökunnan ammattitaitoa ja miten päivätoiminnan sisältöä voisi palveluiden käyttäjien mielestä kehittää. Tavoitteena oli tuoda tietoa palveluiden käyttäjien kokemuksista Sopimusvuori ry:n päivätoimintayksiköiden henkilökunnan käyttöön. Lisäksi tavoitteena oli saada palveluiden käyttäjien ääni kuuluviin ja siten mahdollistaa toiminnan kehittäminen päivätoimintayksiköissä. Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisella tutkimusmenetelmällä. Aineisto kerättiin neljästä Sopimusvuori ry:n päivätoimintayksiköstä käyttäen avointa kyselylomaketta. Käsittelimme aineistona yhteensä 87 vastausta. Aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.

Tulosten perusteella palveluiden käyttäjät pitivät päivätoimintaa tärkeänä elämän sisältöä lisäävänä tekijänä. Päivätoimintaan osallistumisen kautta he pystyivät ylläpitämään päivittäistä rytmiä ja rutiinia. Palveluiden käyttäjät näkivät päivätoiminnan sekä psykisen, fyysisen että sosiaalisen hyvinvoinnin ylläpitäjänä ja edistäjänä. Päivätoiminnassa käyminen vaikutti positiivisesti erityisesti jaksamiseen ja mielialaan. Päivätoiminta mahdollisti sosiaalisten suhteiden ja taitojen ylläpitämisen sekä uusien ystävyssuhteiden luomisen. Palveluiden käyttäjät pitivät merkityksellisenä muiden yhteisön jäsenten sekä ohjaajien antamaa tukea ja ymmärrystä. Päivätoiminnan työtehtäviä pidettiin monipuolisina ja ne mahdollistivat itsensä toteuttamisen ja yhdessä toimimisen. Palveluiden käyttäjät kuvasivat päivätoiminnan henkilökuntaa ammattitaitoiseksi, empaattiseksi ja ystävälliseksi. Henkilökunta keskusteli palveluiden käyttäjien kanssa, kuunteli heitä sekä antoi tarvittaessa tukea ja neuvoja. Kehittämisehdotuksissa palveluiden käyttäjät toivoivat lisää erilaisia ryhmiä sekä yksilöllisempiä ja monipuolisempia työtehtäviä. Henkilökunnalta toivottiin lisää henkilökohtaista keskustelua ja yksilöllistä ohjausta.

Opinnäytetyön tuloksista erottuu selvästi päivätoiminnan merkitys palveluiden käyttäjien elämässä. Jatkotutkimuksena tälle opinnäytetyölle voisi tehdä rinnakkaisen tutkimuksen, jossa selvitettäisiin päivätoimintayksiköiden henkilökunnan näkemyksiä päivätoiminnan merkityksestä palveluiden käyttäjille.

---

Asiasanat: Mielenterveyskuntoutus, palveluiden käyttäjä, päivätoiminta, ammatillisuus

## ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu  
Tampere University of Applied Sciences  
Degree Programme in Nursing and Health Care  
Option of Nursing

KERMAN, HEIDI & LOUVESNIEMI, SAIJA:  
Service users' experiences on Sopimusvuori ry's day activities.

Bachelor's thesis 75 pages, appendices 21 pages  
March 2014

---

The purpose of this study was to examine mental health service users' experiences on Sopimusvuori ry's day activities. Sopimusvuori incorporated is a third sector organization located in Tampere. It supplies services in mental health rehabilitation, dementia treatment and child protection. The purpose was also to find out how service users described staffs' professional skills and how service users think the content of day activities could be developed. The objective was to provide Sopimusvuori ry's day activity units with information about service users' experiences. Another objective was to make service users' voice heard and hence make possible to develop activities at day activity units. This study was executed by using a qualitative research approach. The data were collected from four Sopimusvuori ry's day activity units by using open questionnaires. As data we received a total of 87 responses. The data were analyzed by using qualitative content analysis.

According to the results service users thought the day activity was important factor in increasing their content of life. By participating in the day activity they could sustain daily rhythm and routine. Service users saw day activity as maintaining and promoting psychic, physic and social well-being. By going to the day activity it affected positively especially to coping and mood. Day activity made possible also for sustaining social relations. Service users felt that the support and understanding given by other members of the community and day activities mentors was significant. Day activities work assignments were thought as diverse and they made possible self-fulfillment and working together. Service users described day activities staff as professional, empathic and friendly. Staff discussed with service users, listened to them and gave support and advices when needed. As development suggestions, service users hoped for more different kind of groups and more individual and diverse work assignments. From the staff they hoped for more personal conversation and individual guidance.

The conclusion for this thesis illustrates clearly the significance of day activities for the lives of service users. As a further research parallel research could be done for this thesis, where the purpose could be to find out day activity unit's staffs perceptions of day activities significance for service users.

---

Keywords: mental health rehabilitation, service user, day activity, professionalism

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	6
2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TEHTÄVÄT JA TAVOITE .....	8
3 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT .....	9
3.1 Opinnäytetyön keskeiset käsitteet .....	9
3.2 Mielenterveyskuntoutus .....	10
3.2.1 Psykososiaalinen kuntoutus .....	11
3.2.2 Kolmas sektori mielenterveyskuntouttajana .....	13
3.2.3 Sopimusvuori oy:n toiminnan periaatteet .....	14
3.3 Kuntouttava päivätoiminta .....	15
3.3.1 Sopimusvuori ry:n päivätoimintayksiköt aikuisille .....	16
3.3.2 Yhteisökuntoutus ja yhteisöllisyys .....	18
3.3.3 Palveluiden käyttäjä .....	20
3.4 Ammatillisuus mielenterveystyössä .....	21
3.4.1 Ammatillinen yhteistyösuhde ja kohtaaminen .....	21
3.4.2 Toiminnallisuus yhteistyösuhdeessa .....	23
3.4.3 Ohjaus yhteistyösuhdeessa .....	24
3.4.4 Työn eettiset periaatteet päivätoimintayksiköissä .....	25
4 MENETELMÄLLISET LÄHTÖKOHDAT .....	27
4.1 Kvalitatiivinen menetelmä .....	27
4.2 Aineistonkeruu .....	28
4.3 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi .....	29
5 TULOKSET .....	31
5.1 Kokemukset päivätoiminnasta .....	31
5.1.1 Elämän sisällön lisääntyminen .....	31
5.1.2 Sosiaaliset suhteet .....	31
5.1.3 VERTAISTUKI .....	32
5.1.4 Toiminnallisuus .....	32
5.1.5 Oppiminen .....	33
5.1.6 Psykkisen ja fyysisen hyvinvoinnin ylläpitäminen ja edistäminen .....	33
5.1.7 Sosiaalisen hyvinvoinnin ylläpitäminen ja edistäminen .....	34
5.1.8 Hyvinvoinnin väheneminen .....	34
5.1.9 Kuntoutuminen .....	35
5.1.10 Yhteisön ja ohjaajien tuki .....	35
5.2 Henkilökunnan ammattitaidon kuvaaminen .....	36
5.2.1 Ammatillinen osaaminen .....	36

5.2.2 Henkilökunnan ominaispiirteet .....	36
5.2.3 Ohjaustaidot .....	37
5.2.4 Negatiiviset kokemukset .....	37
5.3 Päivätoiminnan kehittäminen.....	38
5.3.1 Päivittäinen toiminta .....	38
5.3.2 Muu toiminta.....	39
5.3.3 Jäseneksi tuleminen.....	39
5.3.4 Muut kehittämistoiveet .....	39
5.3.5 Henkilökunta .....	40
5.3.6 Tyytyväisyys päivätoimintaan .....	40
5.4 Tulosten tarkastelu ja yhteenveto.....	41
6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA.....	46
6.1 Eettisyys .....	46
6.2 Luotettavuus.....	47
6.3 Jatkotutkimus- ja kehittämis ehdotukset .....	49
LÄHTEET.....	51
LIITTEET .....	55
Liite 1. Avoin kyselylomake .....	55
Liite 2. Sisällönanalyysin eteneminen.....	58
Liite 3. Opinnäytetyössä käytetyt tutkimukset.....	67

## 1 JOHDANTO

Mielenterveyspalveluiden käyttäjien hoidossa on tärkeää painottaa mielenterveyden avopalveluja inhimillisistä, hoidollisista ja taloudellisista syistä. Palveluiden tulee olla lähellä ihmisiä ja heidän arkeaan. Monipuoliset avopalvelut tuottavat enemmän hyvinvointia ja avohoitoon panostaminen on yleensä vaikuttavampaa kuin panostaminen laitospalveluihin. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009, 29.) Palveluiden käyttäjien määrä on kasvanut 1990-luvulta lähtien, ja arviolta noin 23 000 henkilöä vuodessa saa mielen-terveyskuntoutusta (Harjajärvi 2009, 13).

Mielenterveyslaki säättää kunnan velvollisuudesta järjestää asukkaille mielenterveyspalvelut kunnan tai kuntayhtymän tarpeen mukaan. Mielenterveyspalvelut tulee ensisijaisesti järjestää avopalveluina sekä niin, että oma-aloitteista hoitoon hakeutumista ja itse-näistä suoriutumista tuetaan (Mielenterveyslaki 14.12.1990/1116). Avopalvelujen tärkeyttä korostetaan siis myös Mielenterveyslaissa.

Mielenterveyspalveluiden käyttäjät ovat potilasryhmä, joka on usein pitkän laitoshoidon seurauksena kasvanut riippuvaiseksi erilaisista hoitojärjestelmistä. Ilman järjestelmän tukea he jäävät usein yksin ilman tukea. Yksityiset hoito- ja palvelukodit ovat tulleet sosiaalisen tilauksen tavoin tarjoamaan palvelujaan palveluiden käyttäjille. (Mattila 2002, 8.) Mielenterveyskuntoutukseen kuuluukin tärkeänä osana erilaisten kolmannen sektorin järjestöjen, yhdistysten ja yksityisten palveluntuottajien tuottama toiminta. Kolmannen sektorin palvelut mahdollistavat yhteisöllisen tuen saamisen palveluiden käyttäjille. Kolmannen sektorin toimijoiden palvelut täydentävät hyvin kunnallisia palveluja. (Forss & Vatula-Pimiä 2007, 192.)

Yksi merkittävä Tampereella toimiva kolmannen sektorin organisaatio on Sopimusvuori oy, joka tuottaa erilaisia mielen-terveyskuntoutus-, dementiahoito- sekä lastensuojelupalveluja. Lisäksi Sopimusvuori oy:n toimintaan kuuluu koulutus- ja kehittämispalveluiden tuottaminen. (Sopimusvuori oy 2013.) Sopimusvuori oy tuottaa siis palveluja eri kohderyhmille, mutta tässä opinnäytetyössä keskityimme mielenterveyspalveluiden käyttäjien kokemuksiin.

Sopimusvuori oy:ssä on tarjolla 19 kuntoutusyksikköä ja noin 40 tukiasuntoa mielenterveyspalveluiden toimialalla. Palveluiden käyttäjille tarjottaviin palveluihin kuuluu päiväkuntoutustoiminta, näitä palveluja tuottaa Sopimusvuori ry. Sopimusvuori ry tarjoaa päiväkuntoutustoimintaa sekä nuorille että aikuisille palveluiden käyttäjille. Nuorille suunnattuja päivätoimintayksiköitä on yhteensä kaksi ja aikuisille suunnattuja neljä. Tampereen kaupunki ostaa Sopimusvuori oy:ltä mielenterveyspalveluja, koska kaupungilla ei ole omaa avokuntoutuspalvelutoimintaa palveluiden käyttäjille. (Sopimusvuori oy 2012.)

Opinnäytetyön aiheen saimme Sopimusvuori ry:ltä. Opinnäytetyössämme selvitimme palveluiden käyttäjien kokemuksia Sopimusvuori ry:n päivätoiminnasta. Selvitimme myös, miten palveluiden käyttäjät kuvaavat päivätoiminnan henkilökunnan ammattitaitoa. Lisäksi kysyimme palveluiden käyttäjien kehittämisehdotuksia päivätoimintaan liittyen. Tavoitteenamme oli saada palveluiden käyttäjien ääni kuuluviin. Teimme opinnäytetyön yhteistyössä Sopimusvuori ry:n neljän päivätoimintayksikön kanssa. Nämä neljä yksikköä ovat Pirkonhovin palvelukeskus, Kaarisillan päivätoimintakeskus, Näsinkulman klubitalo ja Työ- ja toimintakeskus Kanava. Edellä mainitut neljä päivätoimintayksikköä järjestävät toimintaa aikuisille palveluiden käyttäjille.

Käytimme opinnäytetyössä termiä palveluiden käyttäjä ja tarkoitamme sillä samaa kuin mielenterveyskuntoutuja. Palveluiden käyttäjä -termi on yleisesti käytössä paitsi Sopimusvuori ry:ssä ja se on myös kansainvälisesti käytössä oleva termi. Service user research on englanninkielisessä kirjallisuudessa usein käytetty termi mielenterveyskuntoutujien tutkimustoiminnan yhteydessä. Service user -termiä käytetään, kun halutaan kuvata kokemusta palveluiden käytöstä. Käyttäjälähtöisessä tutkimustoiminnassa pyritään myös sairastumiseen ja kuntoutumiseen liittyvien kokemusten hyödyntämiseen tutkimuksessa. (Beresford & Salo 2008, 115-116.)

## 2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TEHTÄVÄT JA TAVOITE

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää mielenterveyspalveluiden käyttäjien kokemuksia Sopimusvuori ry:n päivätoimintayksiköiden toiminnasta.

Opinnäytetyön tehtävä oli selvittää:

1. Millaisia kokemuksia palveluiden käyttäjillä on päivätoiminnasta?
2. Miten palveluiden käyttäjät kuvaavat henkilökunnan ammattitaitoa?
3. Miten päivätoiminnan sisältöä voisi palveluiden käyttäjien mielestä kehittää?

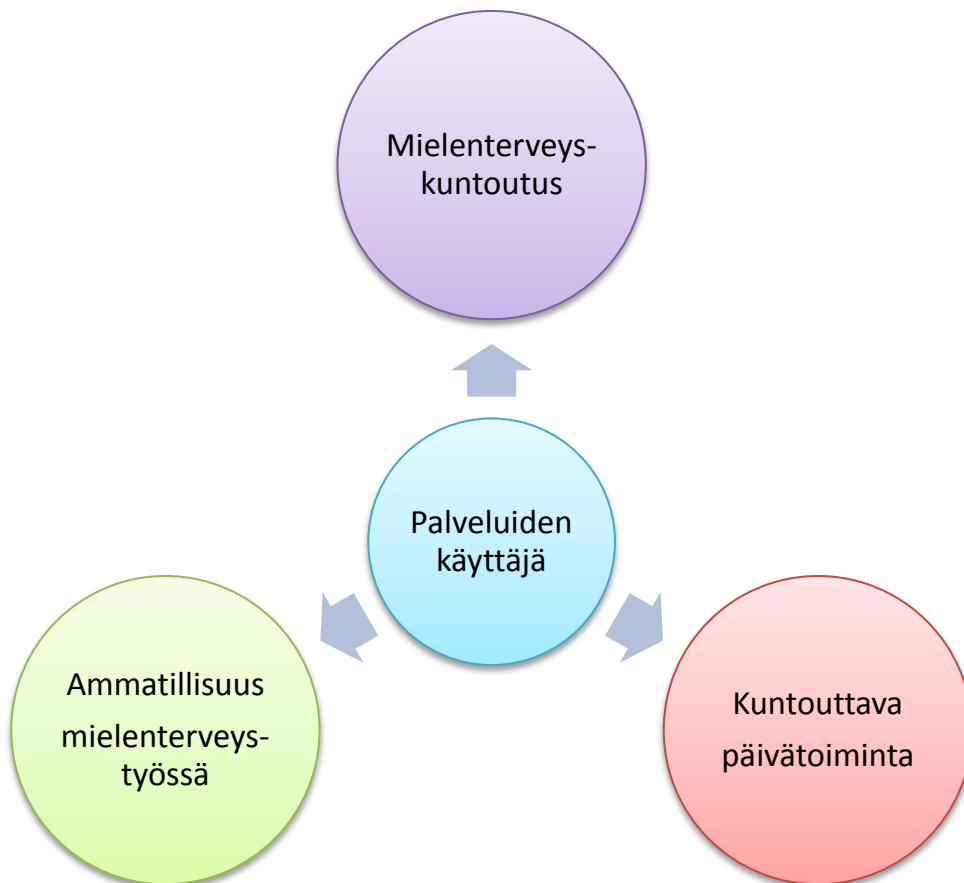
Opinnäytetyön tavoitteena on tuoda tietoa palveluiden käyttäjien kokemuksista Sopimusvuori ry:n päivätoimintayksiköiden henkilökunnan käyttöön. Lisäksi tavoitteena on saada palveluiden käyttäjien ääni kuuluviin ja siten mahdollistaa toiminnan kehittämisen päivätoimintayksiköissä.



### 3 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

#### 3.1 Opinnäytetyön keskeiset käsitteet

Kuviossa 1. kuvaamme opinnäytetyön keskeisimmät käsitteet. Kuviolla korostamme palveluiden käyttäjän keskeistä roolia kuntoutumisessaan. Keskeisimpinä käsitteinä ovat palveluiden käyttäjä, mielenterveyskuntoutus, kuntouttava päivätoiminta, ja ammatillisuus mielenterveystyössä.



KUVIO 1. Opinnäytetyön keskeiset käsitteet

Teoriaosuuden luvussa 3.2 avaamme mielenterveyskuntoutus-termiä, jonka jälkeen kerromme tarkemmin psykososiaalisen kuntoutuksen käsitteestä. Kerromme myös kolmannesta sektorista mielenterveyskuntouttajana sekä Sopimusvuori oy:n toiminnan pe-

riaatteista. Luvun 3.3 aloitamme kertomalla kuntouttavasta päivätoiminnasta. Esittelemme tarkemmin Sopimusvuori ry:n neljä päivätoimintayksikköä, jotka tarjoavat toimintaa aikuisille palveluiden käyttäjille. Tämän jälkeen kerromme yhteisökuntoutuksesta ja yhteisöllisyydestä. Luvun lopuksi määrittelemme termin palveluiden käyttäjä ja mitä sillä tarkoitetaan tässä opinnäytetyössä. Viimeisessä luvussa 3.4 kerromme ammatillisuudesta mielenterveystyössä ja millaista ammatillisen yhteistyösuhteen ja kohtaamisen tulee olla mielenterveystyössä. Kerromme myös toiminnallisuudesta ja ohjauksesta ammatillisessa yhteistyösuhteessa. Lopuksi kerromme päivätoimintayksiköissä työtä ohjaavista eettisistä periaatteista.

### **3.2 Mielenterveyskuntoutus**

Mielenterveyskuntoutus on käsitteenä laaja ja osittain epäselvä. Viime vuosikymmeninä mielenterveyskuntoutus on muuttunut huomattavasti. Se miten mielenterveyskuntoutus ymmärretään, muuttuu ajan, kulttuurin ja yhteiskunnan mukana. (Koskisuu 2004, 10.) Mielenterveyskuntoutukseen on vaikuttanut kaksi laaja-alaista kehitysprosessia, toinen perustuu Tampereen Sopimusvuori oy:ssä käynnistettyyn sosiaalipsykiatriseen kuntoutukseen ja toinen Valtakunnallisen skitsofrenian tutkimuksen, hoidon ja kuntoutuksen kehittämisohjelmaan. Kuntoutumiseen on löydetty uusia keinoja muun muassa palveluiden käyttäjien oma-apu- ja oireenhallintaryhmistä, vertaistuesta, klubitalo-hankkeista, erilaisista mielenterveysongelmaisten työllistämishankkeista, vapaaehtoisten tukihenkilötoiminnasta ja psykoedukatiivisesta perhetyöstä. (Mattila 2002, 12.)

Mielenterveyskuntoutus on psykiatrista kuntoutusta ja psykososiaalista kuntoutusta laajempi käsite. Lähtökohtana mielenterveyskuntoutuksessa on palveluiden käyttäjien persoonallisuuden ja elämäntilanteen laaja-alainen huomioiminen, minkä pohjalta yksilölliset tavoitteet ja tarkoituksenmukaiset keinot ovat järkevästi rakennettavissa. (Pihlaja 2008, 20.) Mielenterveyskuntoutuksessa autetaan palveluiden käyttäjää ylläpitämään elämäntilanteensa ja sosiaalisia suhteitaan sekä toteuttamaan omia suunnitelmiaan ja päämääriään (Koskisuu 2004, 13).

Mielenterveyskuntoutuksessa on kysymys työntekijän näkökulmasta, kun taas kuntoutumisessa on kyse palveluiden käyttäjän näkökulmasta. Mielenterveyskuntoutus on prosessi, jonka kuluessa yksilöä pyritään saattamaan epätyytyttävästä elämäntilanteesta

kohti parempaa elämänlaatua lisäämällä toimintakykyä ja selviytymismahdollisuuksia. (Koskisuus 2003, 17.) Prosessi kohdistuu palveluiden käyttäjän ja työntekijän väliseen aktiiviseen ja rakentavaan vuorovaikutussuhteeseen, jonka tuloksena palveluiden käyttäjän elämänlaatu paranee ja siten myös kokonaisvaltainen toimintakyky kohenee. Yhteiskuntakelpoisuuden merkinä ajatellaan olevan normeihin sopeutuminen, sääntöjen noudattaminen ja tehtävistä suoriutuminen ja silloin palveluiden käyttäjän kohdalla puhutaan kuntoutumisesta. Kuntoutumiseen katsotaan kuuluvaksi myös sopeutuminen sairauteen ja ympäristön olosuhteisiin. (Mattila 2002, 13-14.)

Mielenterveyskuntoutus ja kuntoutuminen on tärkeä erottaa toisistaan. Kuntoutuminen ei välttämättä tarkoita mielenterveyshäiriön paranemista tai oireiden poistumista kokonaan, vaan kuntoutumista voi tapahtua, vaikka oireita olisikin jäljellä. Kuntoutumisen myötä oireet usein lievittyvät ja ne tulevat hallittavammiksi. (Koskisuus 2003,15.) Kuntoutuminen mielenterveysongelmista tarkoittaa sitä, että ihmisen suhde itseensä, läheisiin ja ympäristöön muuttuu (Romakkaniemi & Väyrynen 2011, 148). Mielenterveyskuntoutus muistuttaa idealtaan läheisesti psykoterapiaa ja ohjauksellisuutta. Kuntoutuksen ja ohjauksen tavoitteena katsotaan olevan yksilön auttaminen selviytymään hänen kehitystään estävistä tekijöistä siten, että palveluiden käyttäjä pystyy kohtaamaan ja käsittelemään niitä ja kehittymään parhaalla mahdollisella tavalla, omat voimavaransa huomioonottaen. (Mattila 2002, 14.)

### **3.2.1 Psykososiaalinen kuntoutus**

Sopimusvuori ry:n päivätoimintayksiköiden toiminta perustuu sosiaalipsykiatriseen kuntoutukseen. Tässä opinnäytetyössä sosiaalipsykiatrisesta kuntoutuksesta käytetään käsitettä psykososiaalinen kuntoutus. Psykososiaalinen kuntoutus on erilaisissa tutkimuksissa yleisesti käytössä oleva termi.

Psykososiaalinen kuntoutus on käsitteenä sisällöltään epätarkka ja laajuudessaan epämääräinen. Käsitettä käytetään eri yhteyksissä ja sen määritelmä vaihtelee. Sillä voidaan viitata ennaltaehkäisevään toimintaan ja hoitoon sekä päivittäisistä toiminnoista selviytymisen tukemiseen. Usein sillä kuitenkin viitataan kokonaisvaltaiseen toimintaan eli ihmisen eri elämänalueille ulottuvaan toimintaan, jonka tavoitteena on psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn lisääminen. Psykososiaalinen kuntoutus voidaan myös määri-

tellä toimintana, joka ottaa huomioon niin psyykkiset kuin sosiaalisetkin ulottuvuudet tavoitellen muutosta ihmisen vuorovaikutussuhteissa sekä sosiaalisessa tilanteessa. Psykososiaalista kuntoutusta voi myös tarkastella toimijuuden kautta. Toimijuus merkitsee yhteistyötä palveluiden käyttäjän, hänen läheistensä sekä mielenterveysalojen ammattilaisten että muiden tahojen kanssa. Psykososiaalisen kuntoutuksen tavoitteena on saada aikaan muutos toimijuudessa, mikä tarkoittaa yksilön kokemusta oman toimijuuden vahvistumisesta sekä mahdollisuuksista toimia erilaisilla yhteiskunnallisilla ja yhteisöllisillä alueilla. (Romakkaniemi & Väyrynen 2011, 135-137.)

Lähtökohtana psykososiaalisessa kuntoutuksessa on palveluiden käyttäjän toimintamahdollisuuksien ja voimavarojen edistäminen. Kuntoutus kohdistuu yksilöön sekä hänen toimintaympäristöönsä. Kuntoutuksessa huomioidaan palveluiden käyttäjän oma tahto ja omat valinnat. (Kettunen ym. 2009, 59.) Psykososiaalisessa kuntoutuksessa otetaan huomioon palveluiden käyttäjän näkökulma ja lisätään hänen mahdollisuuksiaan vaikuttaa asioihin. Siinä otetaan huomioon myös yksilön ja ympäristön välinen vuorovaikutus, kuten perheen merkitys, joka on kuntoutuksessa keskeinen asia. (Salenius 2009, 16.)

Psykososiaalisella kuntoutuksella pyritään edesauttamaan palveluiden käyttäjää saavuttamaan mahdollisimman sujuva itsenäinen arki ja elämä. Psykososiaalisen kuntoutuksen keinoja ovat auttaminen arkisessa toimintaympäristössä ja siten omatoimisuuteen tukeminen. Omatoimisuus tarkoittaa sitä, että palveluiden käyttäjä pystyy tekemään arkiset askareet ilman, että joku kehottaa tai avustaa. Palveluiden käyttäjän täytyy saada mahdollisuus kehittää voimavarojaan ja harjoittaa taitojaan omassa arkiympäristössään, ettei hän jäisi passiiviseksi. Psykososiaalisessa kuntoutuksessa on tärkeää löytää juuri oikea palveluiden käyttäjälle annettava tuen määrä. (Kettunen ym. 2009, 62–63.)

Psykososiaalisessa kuntoutuksessa toistuvalla päiväohjelmalla on tärkeä merkitys. Päiväohjelman kautta palveluiden käyttäjä oppii hahmottamaan päivän kulkua paremmin. Alussa palveluiden käyttäjälle suunnitellaan päivä- ja viikko-ohjelma yhdessä ja vähitellen vastuuta ohjelman suunnittelusta siirretään enemmän palveluiden käyttäjälle. (Kettunen ym. 2009, 62–63.)

Psykososiaalinen kuntoutus pohjautuu työntekijän ja palveluiden käyttäjän väliseen vuorovaikutussuhteeseen. Hoitosuhteen tulee olla vuorovaikutteinen, ymmärtäväinen, palveluiden käyttäjän tilanteen mukaan muuttuva ja hänen voimavarojaan joustavasti

käyttävä. (Kettunen ym. 2009, 59.) Työntekijä toimii esimerkkinä palveluiden käyttäjälle omalla toiminnallaan ja huomioi samalla myös palveluiden käyttäjän yksilöllisyyden. Kun työntekijä ohjaa palveluiden käyttäjää arjen askareissa, hän välittää samalla palveluiden käyttäjälle esimerkiksi oman tapansa siivota, pestä pyykkiä ja tehdä ruokaa. Psykososiaalisen kuntoutuksen näkökulmasta on erittäin tärkeää, että palveluiden käyttäjän kanssa etsitään yhdessä arkielämän asioita, jotka motivoivat ja aktivoivat palveluiden käyttäjää. Palveluiden käyttäjän on tärkeä saada palautetta toiminnastaan, joka on edellytys psykososiaalisen kuntoutuksen onnistumiselle. Kun palveluiden käyttäjä saa henkilökunnalta kannustavaa palautetta, se rohkaisee häntä yrittämään ja ponnistelemaan. (Kettunen ym. 2009, 63.)

Nordlingin (2007) mukaan psykososiaalisessa hoidossa tulee painottaa neljää näkökulmaa. Ensimmäisen näkökulman mukaan palveluiden käyttäjät tarvitsevat monipuolisen ja pitkäkestoisen hoidon, johon sisältyy myös lääkehoito. Toisessa näkökulmassa tuodaan esiin, miten yksilölliset erot olisi otettava huomioon tekemällä yksilöllisiä hoito-ohjelmia. Kolmannen näkökulman mukaan palveluiden käyttäjät ja heidän omaisensa tulee ottaa aktiivisesti mukaan hoitoon. Lisäksi psykososiaalisessa hoidossa on huomioitava mahdolliset palveluiden käyttäjien kykyihin liittyvät rajoitukset.

### **3.2.2 Kolmas sektori mielenterveyskuntouttajana**

Erilaisten järjestöjen, yhdistysten ja yksityisten palveluntuottajien toiminta on osa mielenterveyskuntoutusta. Ne toimivat usein yhteistyössä kuntien, sairaanhoitopiirien ja Kansaneläkelaitoksen kanssa. Kolmas sektori tarjoaa palveluja, aktiivisuutta, tietoa ja osaamista, joka on lähtöisin kansalaisista itsestään. Kolmannen sektorin toimijat ovat olleet vapaaehtoisia tai vertaisia. He jakavat keskenään kokemuksellista tietoa, joka on peräisin henkilökohtaisesta elämästä. Kolmannesta sektorista puhutaan silloin, kun järjestöjen palveluista sekä vertaisuuteen perustuvista sosiaalisen tuen muodoista on haettu vaihtoehtoja julkisille hyvinvointipalveluille. Viime vuosien aikana kolmas sektori on ammatillistunut. Yhteistyö kolmannen sektorin ja kuntien välillä on lisääntynyt, koska mielenterveyspalveluja ei ole riittävästi saatavilla. Kunnat ovat siis hyödyntäneet enemmän kolmannen sektorin palveluja. Tällä hetkellä kolmannen sektorin yhdistykset tarjoavat huomattavan osan mielenterveysalan kuntoutuspalveluista. (Salenius 2009, 6, 20-21, 23.)

Kolmannen sektorin vapaaehtoisjärjestöt ja yhdistykset ovat tärkeitä yhteisöllisen tuen antajia palveluiden käyttäjille. Kolmas sektori on vakiinnuttanut asemansa kunnallisten palveluiden täydentäjänä. Vahvuuksina kolmannella sektorilla on hyvä paikallistuntemus ja kosketus ihmisten arkeen. Kolmannen sektorin palvelut toimivat emotionaalisen ja henkisen tuen sekä hoidon ja huolenpidon tuottajina. Kolmannen sektorin toiminnassa korostuu vapaaehtoisuus, yhteisten asioiden edistäminen, yhteishenki, vertaistuki, yhteiset kokemukset sekä tietojen ja taitojen vaihtaminen. (Lääti 2013, 33; Forss & Valtula-Pimiä 2007, 192.)

### **3.2.3 Sopimusvuori oy:n toiminnan periaatteet**

Sopimusvuori oy on Tampereella toimiva kolmannen sektorin organisaatio, joka tuottaa erilaisia mielenterveyskuntoutus-, dementiahoito- ja lastensuojelupalveluja. Sopimusvuori oy:ssä on tarjolla 19 kuntoutusyksikköä ja noin 40 tukiasuntoa mielenterveyspalveluiden toimialalla. Asiakkaana on vuosittain noin 500 mielenterveyspalveluiden käyttäjää. Vuonna 1970 perustettu Sopimusvuori oy on ensimmäinen suomalainen mielenterveysjärjestö, jonka toimintamalli perustuu terapeuttisen yhteisöllisyyden ajatukseen. (Sopimusvuori oy 2013.)

Sopimusvuori oy:ssä on tavoitteena edistää kuntoutumista tukevaa mielenterveystyötä ja toimia dementiasairautta sairastavien henkilöiden elämänlaadun, sosiaalisen aseman ja hoitomahdollisuuksien parantamiseksi. Sopimusvuori oy:ssä toimitaan joka tilanteessa ihmisarvoa kunnioittaen ja sen toteutumista edistäen. Toimintaperiaatteena on toimia ennakkoiden, yhteistyössä ja yhteisöllisyyttä vaalien. Toiminnan tavoitteena on edistää kansalaisten mielekästä elämää, osallisuutta, kanssakulkijuutta lähiyhteisöissä sekä elämisen laatua ja elämäniloa. (Sopimusvuori oy 2012.)

### 3.3 Kuntouttava päivätoiminta

Kuntouttava päivätoiminta on ammattihenkilön ohjaamaa ryhmässä tapahtuvaa toimintaa, joka tähtää palveluiden käyttäjien kuntoutumiseen. Päivätoiminnan keskeinen tehtävä on tarjota palveluiden käyttäjille mielekästä tekemistä päivien ajaksi, esimerkiksi mahdollisuuksia laittaa ruokaa, harrastaa liikuntaa, retkeillä ja keskustella yhdessä muiden palveluiden käyttäjien ja päivätoiminnan ohjaajien kanssa. Päivätoiminta laajentaa palveluiden käyttäjien elämänpiiriä, ylläpitää omatoimisuutta ja aktiivisuutta, ehkäisee yksinäisyyttä ja eristäytyneisyyttä sekä auttaa selviytymään arjessa. Päivätoiminta tarjoaa palveluiden käyttäjille myös mahdollisuuden opetella ja parantaa sosiaalisia taitoja sekä tavata muita ihmisiä. Kuntouttavan päivätoiminnan yhtenä tarkoituksena on tarjota palveluiden käyttäjille onnistumisen kokemuksia, joiden kautta heidän on mahdollista muuttaa myös omaa käsitystään itsestään. Onnistumisten myötä palveluiden käyttäjien itsetunto ja luottamus omiin kykyihin kasvaa. (Lax 2006, 12-13; Martti ym. 2003, 204; Suomen mielenterveysseura 2013.)

Winship on tutkinut klubitaloa, joka tarjoaa kuntouttavaa toimintaa mielenterveyspalveluiden käyttäjille neljässä eri työyksikössä, jotka ovat hallinto-, keittiö, kunnossapito- ja työyksikkö. Klubitalo tarjoaa mielenterveysongelmista kärsiville ihmisille mahdollisuuden elää, työskennellä ja oppia. Klubitalon jäsenet tukevat toisiaan ja kannustavat toimimaan omien taitojen mukaisesti yhteisön hyväksi. Winshipin tutkimuksen mukaan kumppanuus, emotionaalinen tuki ja hyväksyntä auttavat klubitalon jäseniä saavuttamaan tunteen hyväksynnästä. Hyväksyntä auttaa jäseniä selviämään apatian, välinpitämättömyyden ja toivottomuuden tunteista. Jäsenet ovat vähemmän tuomitsevia itseään kohtaan ja alkavat kiinnostua toisten auttamisesta. Jäsenten osallistuminen klubitalon toimintaan ja sen myötä tapahtuva voimaantuminen voivat kasvattaa heidän vahvuksiin. Klubitalo mahdollistaa jäsenille tunteen oman elämäntilanteen hallinnasta ja auttaa selviämään omien oireiden kanssa paremmin. Klubitalo auttaa jäseniä myös sopeutumaan erinäisiin yhteiskunnan vaatimuksiin. (Winship 2010, 750, 752.)

Sairastumisen jälkeen mielenterveyspalveluiden käyttäjien sosiaaliset taidot ovat usein heikentyneet. Sen takia he saattavat vältellä muiden ihmisten seuraa. Tämä voi pahimmassa tapauksessa johtaa palveluiden käyttäjän eristäytymiseen omaan asuntoonsa. Kotiin linnoittautumisesta seuraa usein passivoitumista, mikä voi johtaa siihen, että elämä kodin seinien sisäpuolella saattaa tuntua palveluiden käyttäjästä kovin yksinäiseltä ja

tarpeettomalta. Tällöin palveluiden käyttäjän toimintakyky helposti lamaantuu ja arkisten asioiden hoitaminen voi tuntua lähes mahdottomalta. Tällaisissa tilanteissa voidaan puhua syrjäytymisuhasta sekä syrjäytymisestä. Usein syrjäytymisuhan alla olevien ja syrjäytyneiden ihmisten sosiaalinen verkosto on heikko tai valikoitunut yksipuolisesti niin, että se koostuu vain toisista palveluiden käyttäjistä. Näille ihmisille on usein tärkeää, että heille on olemassa paikka johon tulla. (Lax 2006, 12-13; Martti ym. 2003, 199.)

Päivätoiminnassa palveluiden käyttäjällä on mahdollisuus kehittää heikentyneitä sosiaalisia taitojaan. Siihen hyvän tilaisuuden antavat erilaiset yksilö- ja ryhmäkeskustelut, joissa palveluiden käyttäjä voi peilata omaa käyttäytymistään muiden käyttäytymiseen sekä muiden käyttäytymistä omaansa. Käytännön tilanteiden kautta palveluiden käyttäjä oppii sosiaalista kanssakäymistä, siihen liittyviä rajoja ja seurauksia. Ryhmässä toimiminen edellyttää palveluiden käyttäjältä kykyä keskustella asioista sekä hyväksyä erilaisten ihmisten ja mielipiteiden olemassa olon. Ryhmän toimintaan osallistuminen antaa palveluiden käyttäjälle mahdollisuuden kokea erilaisia tuntemuksia, kuten onnistumisen, suuttumisen tai yhteisöllisyyden tunteita. (Martti ym. 2003, 203; Lax 2006, 12-13.)

### **3.3.1 Sopimusvuori ry:n päivätoimintayksiköt aikuisille**

Sopimusvuori ry:n päiväkuntoutustoiminta on mielenterveyspalveluja käyttäville henkilöille tarkoitettua avokuntoutusta. Se tukee palveluiden käyttäjää mahdollisimman itsenäiseen elämään hänelle mielekkäällä tavalla. Sopimusvuori ry:n tavoitteena on palveluiden käyttäjien ikä huomioon ottaen, että palveluiden käyttäjä löytää itselleen opiskelu- tai työ- ja harrastusmahdollisuuksia ja pystyy hyödyntämään niitä elämässään. Yksiköissä toimitaan matalan kynnyksen periaatteella. Aikuisille palveluiden käyttäjille arkipäivisin toimintaa tarjoavat Pirkonhovin palvelukeskus, Kaarisillan päivätoimintakeskus, Näsinkulman klubitalo ja Työ- ja toimintakeskus Kanava. Kaikissa päivätoimintayksiköissä toimintaa ohjaa jokaiselle palveluiden käyttäjälle yksilöllisesti laadittu kuntoutus- ja palvelusuunnitelma. Päivätoimintayksiköiden toiminta perustuu sosiaalipsykiatriseen kuntoutukseen, jossa tasa-arvoisuus, vapaaehtoisuus ja yhteisöllisyys ovat tärkeitä periaatteita mielenterveyskuntoutukselle. (Sopimusvuori oy 2013.)



Pirkonhovin palvelukeskuksen toiminnan tavoitteena on tukea palveluiden käyttäjien mahdollisimman itsenäistä arkea tilanteissa, joissa heidän oma-aloitteellisuus ja elämänhallinta on puutteellista. Pirkonhovi on terapeuttinen yhteisö, jossa kuntouttavia palveluja räätälöidään palveluiden käyttäjien tarpeista lähtien. Toiminta painottuu arjen taitoihin, ryhmä- ja virkistystoimintaan sekä kädentaitoihin. Ryhmätoiminta tarjoaa palveluiden käyttäjille tietoja ja taitoja arjesta selviytymiseen ja vuorovaikutustaitojen harjoitteluun. Virkistystoimintaa järjestetään päivittäin ja erilaiset taide- ja liikuntaryhmät tarjoavat vastapainoa arjen taitojen harjoittamiselle. Yhteiset retket, matkat ja niiden etukäteissuunnittelu ovat palveluiden käyttäjää kuntouttavaa toimintaa. (Sopimusvuori oy 2013.)

Kaarisillan päivätoimintakeskuksen kuntouttava toiminta on tarkoitettu avohoidossa oleville aikuisille palveluiden käyttäjille, joilla on meneillään oleva avohoitocontactti. Kaarisillassa pyritään ottamaan käyttöön palveluiden käyttäjän omat voimavarat ja yksilölliset lahjat. Kaarisillan toiminnan lähtökohtana on palveluiden käyttäjän terveyden ja hyvinvoinnin lisääminen. Kaarisilta on luova, terapeuttinen yhteisö. Päätökset tehdään yhdessä, yhteisön asioista puhutaan avoimesti, pyritään erilaisuuden ja yksilöllisyyden sallimiseen ja toisten tukemiseen. Kaarisilta tarjoaa monipuolista ryhmätoimintaa, esimerkiksi hyvän olon ryhmä, luovan toiminnan ryhmä, kädentaitoryhmä, liikuntaryhmä ja rentoutusryhmä. (Sopimusvuori oy 2013.)

Näsinkulman Klubitalon perustehtävä on palveluiden käyttäjien tukeminen työelämään, opiskelemaan tai muuten aktiivisempaan elämään yhteiskunnassa. Klubitalo toimii matalan kynnyksen periaatteella Yhdysvalloissa vuonna 1948 kehitetyn Fountain Housemallin mukaisesti. (Sopimusvuori oy 2013.) John Beard on Fountain House -klubitalomallin kehittäjä. Hän synnytti idean paikasta, jossa ihmiset eivät ole potilaita tai asiakkaita vaan jäseniä. Klubitalossa on vain muutama työntekijä ja niin paljon jäseniä, että työntekijöiden on pakko turvautua jäsenten työpanokseen. Klubitalossa toimintaa suunnitellaan yhdessä ja mahdollisuuksien hyödyntäminen tapahtuu jäsenten ja työntekijöiden yhteistyönä. (Suomen Klubitalot ry 2014.) Klubitalolta palveluiden käyttäjä saa uusia ihmissuhteita ja mielekkyyttä päivään. Näsinkulman Klubitalon palveluiden käyttäjillä on mahdollisuus käydä klubilla valitseminaan päivinä omien voimavarojen ja tarpeiden mukaan. Klubitalolla työ keskittyy kolmeen eri yksikköön, jotka ovat keittiöyksikkö, tiedotus- ja hallintoyksikkö sekä työ- ja koulutusyksikkö. Palveluiden

käyttäjillä on mahdollisuus valita tehtäviä omien taitojensa ja resurssiensa sekä kiinnostuksen kohteidensa mukaisesti. (Sopimusvuori oy 2013.)

Työ- ja toimintakeskus Kanavassa palveluiden käyttäjä voi harjoitella kädentaitoja tai olla mukana kahvila-, pesula- ja kiinteistöhuoltotehtävissä. Kanavassa palveluiden käyttäjillä on mahdollisuus osallistua kuntoutumista tukeviin ryhmiin ja opintopiireihin. Ryhmätoiminnot sisältävät esimerkiksi tietotekniikkaa, englantia, lukiryhmiä, sosiaalisia taitoja, työelämä tietoutta ja liikuntaa. Kanavan toiminta on jakautunut viiteen yksikköön, joihin kukin palveluiden käyttäjä voi hakeutua oman mielenkiintonsa mukaan. Nämä viisi yksikköä ovat nimeltään Arkki, Kapra, Kätevä, Kapusta ja Kompassi. Arkin toimintaan kuuluvat erilaiset alihankinnan kokoamis- ja pakkaamistyöt yrityksille. Kapran toimialaa ovat puutyöt ja kuljetukset. Kätevän toiminta-alueita ovat käsityöt, puhtaanapito ja pesulan työt. Kapustassa valmistetaan päivittäin aamiainen, lounas ja päiväkahvit. Kompassi on uusien palveluiden käyttäjien vastaanottamiseen ja heidän urapoluttamiseen erikoistunut yksikkö. (Sopimusvuori oy 2013.)

### **3.3.2 Yhteisökuntoutus ja yhteisöllisyys**

Sopimusvuori oy:n yksiköiden toiminta perustuu terapeutin yhteisöllisyyden ajatukseen. Yhteisöllisyys on siis yksi tärkeä kuntoutuksen periaate myös Sopimusvuori ry:n päivätoimintayksiköiden toiminnassa. (Sopimusvuori oy 2013.)

Yhteisökuntoutus on palveluiden käyttäjien hoidollista ja psyykkistä kasvua edistävää vuorovaikutukseen perustuvaa toimintaa. Terapeutin yhteisö kuvaa hoitoperiaatetta tai psykiatrian yksikköä, jossa käytetään hyväksi tarkoituksellisesti inhimillisyyttä ja ihmisiä yhdistäviä ryhmäilmiöitä. Terapeutin yhteisön tavoitteena on tukea yksilön kasvua kehollisella ja mielen sisäisellä tasolla. Terapeutin yhteisö on kokonaisvaltainen toiminnallinen kokonaisuus, joka muodostuu sen kaikista palveluiden käyttäjistä yksilöinä, resurssineen. Yhteisöhoito on varsin laajasti ymmärretty käsite ja toimintamuoto psykiatriassa. Yhteisöhoitolla tarkoitetaan koko yhteisön tarkoituksellista käyttämistä hoidollisten, kuntoutuksellisten ja kasvatuksellisten tavoitteiden toteuttamiseen. Yhteisöhoitolla pyritään kasvattamaan itseensä luottavia, vastuuntuntoisia ja aktiivisia yksilöitä. Yhteisö kuvastaa ihmisten yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä heidän muodostamaa sosiaalisen vuorovaikutuksen järjestelmää. (Pihlaja 2008, 38, 41-42.)

Yhteisöllisyyteen liitetään yleensä ajatus jostakin yhteisestä ja yhteisesti jaetusta myönteisestä asiasta. Yhteisöllisyys näkyy usein yhdistyksissä tai järjestöissä ja se voi ilmetä myös vapaaehtoistoimintana. Yhteisöllisyyden syntymiseen tarvitaan aktiivisia toimijoita, tarvetilaa ja rakenteellisia tekijöitä. Usein yhteisöllisyyden taustalla on palveluiden käyttäjien samantapainen elämäntilanne. Yhteisöllisyyttä ilmentävät sen sosiaaliset suhteet, vapaaehtoisuus ja yksilön tarpeiden tyydyttyminen. Yhteisön palveluiden käyttäjät sitoutuvat yhteisiin arvoihin, normeihin ja merkityksiin. Yhteisöllinen elämä luo hyvän pohjan johonkin kuulumiselle, osallisuudelle, osallistumiselle, itsensä kehittämiselle sekä hyväksytyksi ja rakastetuksi tulemiselle. Yhteisö sallii yksilöiden heikkouksien ja vahvuuksien esiin tulemisen. Yhteisöllisessä toiminnassa palveluiden käyttäjien voimavarat yhdistyvät, he tuntevat itsensä tärkeiksi samalla kun usko omaan pärjäämiseen vahvistuu. Mielenterveystyössä yhteisöllisyys ilmenee yhteisinä sääntöinä, toimintana, vastuuna ja elämyksinä, joissa opetellaan arjen taitoja, päivärytmiä, mielekästä tekemistä ja vuorovaikutusta. Yhteisö tukee palveluiden käyttäjien voimaantumista ja uskoa omaan selviytymiseensä sekä mahdollisuuteen elää hyvää elämää. (Lääti 2013, 30-33.)

Kolmannen sektorin toiminnasta löytyy yhteisöllisyyden tunnusmerkit. Näkyvimpiä merkkejä niistä ovat kuuluminen yhteisöön, vaikutusmahdollisuudet, toiminnallisuus, vuorovaikutus ihmisten välillä, vapaaehtoisuus ja ihmislähtöisyys. Yhteisöllisyydessä on kyse dialogista eli työskennellään yhdessä yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi. Yhteisöllisessä toiminnassa muodostuu usein innovaatioita eli uusia ideoita ja oivalluksia. (Forss & Vatula-Pimiä 2007, 262.)

Pihlajan (2008) tutkimuksessa yhteisöllisyyden merkitys oli kuntoutujille selkeä sosiaalisten suhteiden, yhteenkuuluvuuden tunteen ja osallisuuden vuoksi. Yhteisöllisyys näkyi joko tavoitteellisena yhteisöhoitona tai yhtenäisyyden ilmapiirinä yhteisöissä. Läätin (2013) tutkimuksen tulosten mukaan yhteisöt toivat vaihtelua ja mielekkyyttä kuntoutujien arkeen sekä mahdollistivat sosiaalisten verkostojen vahvistamisen myös vapaa-aikana. Yhteisö oli kuntoutujille kuin toinen koti, jota ilman he kokisivat olevansa hukassa.

### 3.3.3 Palveluiden käyttäjä

Palveluiden käyttäjällä tarkoitetaan tässä opinnäytetyössä samaa kuin mielenterveyskuntoutuja. Sopimusvuori ry:n päivätoimintayksiköissä palveluiden käyttäjät ovat aikuisia miehiä sekä naisia, keski-ikältään 40–50 vuotta. Suurin osa heistä ei ole enää kuntoutumassa työelämään, vaan he käyvät päivätoimintayksiköissä sosiaalisten suhteiden takia sekä saadakseen päiviinsä sisältöä.

Palveluiden käyttäjä on henkilö, jolla on mielenterveysongelmia ja joka pyrkii selviytymään niistä kuntoutumalla. Kuntoutujalähtöisessä kuntoutumisessa palveluiden käyttäjä on aktiivinen, päättävä osallistuja ja oman sairautensa ja elämänsä asiantuntija. Kuntoutumisen onnistuminen riippuu palveluiden käyttäjästä itsestään, hänen tahdonlujudestaan, motivaatiostaan ja voimavaroistaan. Kuntoutuminen on palveluiden käyttäjälle henkilökohtainen ja ainutlaatuinen muutos- ja oppimisprosessi, jossa ihmisen arvot, asenteet, tunteet, elämän päämäärät, taidot ja roolit muuttuvat. Palveluiden käyttäjä oppii näkemään omat mahdollisuutensa ja olemassa olevan toimintakykynsä realistisesti. (Koskisuus 2003, 17.) Palveluiden käyttäjä tulee huomioida ja ottaa mukaan päätöksentekoon erityisesti mielenterveyskuntoutuksen alkuvaiheessa. Kun palveluiden käyttäjä on itse osallisena oman hoitonsa suunnittelussa, ovat hoitotuloksetkin yleensä onnistuneimpia. (Härkäpää & Järvikoski 2011, 14-15.)

Kaikille palveluiden käyttäjille tulee tehdä kuntoutussuunnitelma. Kuntoutussuunnitelmasta vastaa se yksikkö, jolla on hoito- ja kuntoutusvastuu. Jos palveluiden käyttäjällä on useita palveluntuottajia, tulee kuntoutussuunnitelman laatiminen ja työnjako olla eri toimijoiden ja kuntoutujan välistä yhteistyötä. Kuntoutussuunnitelma laaditaan yhdessä palveluiden käyttäjän kanssa. Tarvittaessa sen laadintaan voivat osallistua omaiset tai palveluiden käyttäjän muu verkosto. Kuntoutussuunnitelmassa määritellään kuntoutustoimenpiteet niin, että suunnitelma sovittaa yhteen terveydenhuollon eri kuntoutuspalvelut. Suunnitelman toteutumista seurataan ja arvioidaan määräajoin yhdessä palveluiden käyttäjän kanssa. (Koskisuus 2004, 125.)

### **3.4 Ammatillisuus mielenterveystyössä**

Ammatillisuus tuo hoitajalle luottamuksen omaan pätevyyteen ja kykyyn auttaa toisia ihmisiä. Ammatillisuuteen kuuluu lainsäädännön ja ammattietiikan hallinta sekä tiedollinen ja taidollinen osaaminen. Työtä tehdään ihmisten parissa ja heidän auttamisensa tulee olla etusijalla. Asiakkaan ja hoitajan välisessä yhteistyösuhteessa hoitaja antaa asiantuntemuksensa asiakkaan käyttöön. Yhteistyösuhteen ammatillisuuden vuoksi asiakkaalla on oikeus odottaa, että tämä suhde on hänen auttamiseksi. (Mäkelä, Ruokonen & Tuomikoski 2001, 23; Mattila 2007, 12, 32.) Toimiva yhteistyösuhde ja riittävä tuki auttavat asiakkaita etsimään ja löytämään uudenlaisia toimintatapoja oman elämänsä hallintaan (Kuhanen, Oittinen, Kanerva & Seuri ym. 2010, 151).

Ammatillisen toiminnan tulee nojata hoitajan ammatilliseen ja henkilökohtaiseen arvoperustaan. Esimerkkejä tällaisesta toiminnasta ovat ystävällinen ja rauhallinen kohtaaminen, voinnin kysyminen, kuunteleminen, lohduttaminen, toivon virittäminen ja ylläpitäminen sekä mielipiteen tiedusteleminen. (Haho 2013, 5.) Niemelän opinnäytetyössä asiakkaat pitivät yhtenä tärkeänä päivätoiminnan merkitystä lisäävänä tekijänä mukavia ohjaajia, jotka kuuntelivat. Jokapäiväistä kuulumisten vaihtamista ja vapaata kanssakäymistä pidettiin tärkeinä asioina. Lisäksi ohjaaja antoi aina tarvittaessa asiakkaille yksilöllistä aikaa, jolloin oli mahdollista vapaasti kertoa esimerkiksi mieltä painavista asioista. (Niemelä 2013, 65.)

#### **3.4.1 Ammatillinen yhteistyösuhde ja kohtaaminen**

Työntekijän ja asiakkaan väliseen ammatilliseen yhteistyösuhteeseen kuuluvat vaihteisuus, tavoitteellisuus ja luottamuksellisuus (Kiviniemi, Läksy, Matinlauri & Nevalainen ym. 2007, 59). Luottamuksellisen yhteistyösuhteen rakentuminen edellyttää kuitenkin ammatillista kohtaamista. Onnistuneet kohtaamistilanteet luovat pohjan hyvin toimivalle yhteistyösuhteelle. Ammatillisen kohtaamisen lähtökohtana on työntekijän ja asiakkaan tasavertaisuuden kunnioittaminen. Työntekijä ei voi tietää, mikä on asiakkaalle parasta kysymättä sitä ihmiseltä itseltään. (Mäkisalo-Ropponen 2012, 168.)

McCloughen, Gillies & O'Brien (2011, 52) toivat tutkimuksessaan esiin, että hoitajan ja asiakkaan välistä yhteistyötä pidettiin erityislaatuisena työskentelysuhteena, joka vaatii

tehokasta kommunikaatiota. Tehokas kommunikaatio merkitsi mahdollisuutta henkilökohtaiseen koskemattomuuteen, valintaan, neuvotteluun, kuunteluun ja tiedottamiseen mukaan lukien hoitajien antaman johdonmukaisen tiedon. Yhteistyön nähtiin perustuvan myös avoimuuteen, molemminpuoliseen luottamukseen ja kunnioitukseen ja siinä keskityttiin asiakkaiden tarpeisiin.

Niemelä havaitsi opinnäytetyössään, että päivätoimintakeskuksessa käyneet asiakkaat pitivät ohjaajan ja asiakkaan välistä suhdetta tasavertaiseen yhteistyösuhteeseen verrattavana. Opinnäytetyön tulosten mukaan ohjaajat korostivat tasavertaisuutta viettämällä paljon aikaa yhdessä asiakkaiden kanssa. Ohjaajat esimerkiksi aterioivat yhdessä asiakkaiden kanssa käyden samalla keskustelua asiakkaille tärkeistä asioista. (Niemelä 2013, 66.)

Romakkaniemi toi tutkimuksessaan esiin, miten ihmisen kuntoutumisen kannalta merkityksellisiä olivat ihmistä arvostava ja kunnioittava kohtaaminen. Ihmisten kohtaaminen arvostavasti ja kunnioittavasti eheyttivät heidän omanarvon tunnetta. (Romakkaniemi 2011, 183.) Kohtaamisen ja hyvän vuorovaikutuksen syntyminen epäonnistuu, jos ihminen ei ole aidosti läsnä vaan piiloutuu ammatillisuuden taakse. Myös työntekijän ennakkoluuloiset tai varautuneet asenteet estävät vuorovaikutuksen syntymisen. Työntekijän onkin ryhdyttävä avoimella asenteella keskusteluun. Hänen tulee pyrkiä myös tavoitteelliseen vuorovaikutukseen, jolloin hän kuulee, näkee ja havaitsee sekä sanallista että ei-sanallista viestintää. Asiakkaiden viestien ymmärtämiseen työntekijä tarvitsee taitoa olla läsnä ja eläytyä. (Mäkisalo-Ropponen 2012, 169; Mattila 2007, 12.)

Ammatillisessa kohtaamisessa työntekijän tulee olla rohkea ja asettua todelliseen vuorovaikutukseen. Kohtaaminen ei ole suorittamista, neuvomista ja ymmärtämistä vaan olemista, jakamista ja välittämistä. Asiakkaan kohtaamisessa tarvitaan sekä eettisiä että vuorovaikutuksellisia taitoja. (Mattila 2007, 32-33.) Työntekijän onkin tärkeää osata käyttää niitä menetelmiä, joilla vuorovaikutusta asiakkaan kanssa rakennetaan. Vuorovaikutusta rakentavia tekijöitä ovat esimerkiksi dialoginen keskustelu, kuuntelu, asiakkaan tekemät kysymykset ja toiminta. (Kiviniemi ym. 2007, 4.)

Yhteistyösuhteeseen liittyy myös erilaisia elementtejä, kuten luottamus, toivo, empatia, häpeä ja syyllisyys (Kiviniemi ym. 2007, 4). Romakkaniemen tutkimuksen mukaan työntekijän empaattisuus yhteistyösuhteessa mahdollistaa uusien näkökulmien löytämi-

sen sekä asioiden näkemisen uudella tavalla. Ihminen kokee tullessa kuulluksi, jos kokemus työntekijän kohtaamisesta on ollut empaattinen ja aito. (Romakkaniemi 2011, 238.) Asiakkaan ja työntekijän yhteistyössä korostuu asiakkaan voimavarojen tunnistaminen ja niitä lisäävien tekijöiden löytäminen. Työntekijän omien voimavarojen huomiointi on yhtä tärkeää. (Kiviniemi ym. 2007, 4.)

### **3.4.2 Toiminnallisuus yhteistyösuhteessa**

Sopimusvuori ry:n päivätoimintayksiköiden toiminnassa korostuu yhdessä tekeminen ja toiminnallisuus. Toiminnallisia menetelmiä päivätoimintayksiköissä ovat esimerkiksi keittiötyöt ja erilaiset käden taitoihin liittyvät tehtävät. Toimiminen onkin tyypillistä ihmiselle ja se lisää ihmisen tietoisuutta omista taidoistaan, kyvyistään, pätevydestään ja tehokkuudestaan. Erilaisten toimintojen kautta ihmisen kehittyminen ja oppiminen mahdollistuvat. (Kiviniemi ym. 2007, 92-93.) Virtasen tutkimuksessa haastatteluun osallistuneet kuntoutujat, hoitajat ja ohjaajat toivat esiin, miten puutarha- ja vihertyöskentelyyn osallistumisen myötä kuntoutujat tiedostivat paremmin omat kykynsä ja taitonsa. Tutkimuksen haastateltavien mukaan toiminta mahdollisti kuntoutujille uusien asioiden oppimisen. Toimintaan osallistuminen lisäsi kuntoutujien kokonaisvaltaista hyvinvointia eli psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista hyvinvointia. (Virtanen 2011, 2.) Myös Niemelä tuo opinnäytetyössään esiin, miten päivätoiminnassa käyneet asiakkaat pitivät ryhmissä toimimista tärkeänä itsensä kehittämisen ja uusien asioiden oppimisen kannalta (Niemelä 2013, 65).

Toimiminen motivoi, antaa energiaa ja virkistää (Kiviniemi ym. 2007, 93). Virtasen tutkimuksen tulokset tukevat tätä. Kuntoutujat kuvasivat puutarha- ja vihertyöskentelyyn osallistumisen piristäneen mieltä ja poistaneen masennusta. Ohjaajat kertoivat kuntoutujien itseluottamuksen kasvaneen sekä heidän mielenvirkeyden, iloisuuden ja elämänhalun lisääntyneen. (Virtanen 2011, 28.) Toimintaan osallistuminen voi olla myös sosiaalisesti merkittävää kun asioita jaetaan ja tehdään yhdessä. Niemelän opinnäytetyön tuloksista kävi ilmi, että päivätoiminta antoi asiakkaille mahdollisuuden tavata ystäviään ja viettää aikaa yhteisössään. Asiakkailta oli tahto toimia yhdessä sekä vahva keskinäinen luottamus (Niemelä 2013, 64). Toiminnallisten menetelmien kautta asiakkaan on mahdollista löytää myönteisiä voimavarojaan sekä mahdollisuuksiaan. Toiminta tukee asiakasta myös aktiivisuuteen ja aloitteellisuuteen. (Kiviniemi ym. 2007, 94.)

Työntekijä tarvitsee toiminnallisten menetelmien käyttämistä kohtaan kiinnostusta, mutta myös tietoa ja käytännön taitoa. Luottamus omaan osaamiseen on yksi tärkeä toiminnan onnistumisen lähtökohta. Myös työntekijän innostus toimintaa kohtaa mahdollistaa toimintaan osallistuvien innostumisen. Toiminnan suunnittelussa ja valinnassa tulee kuitenkin huomioida ensisijaisesti asiakkaiden tarpeet ja toiveet. Toiminnan tulee olla mielekästä kaikille siihen osallistuville. (Kiviniemi ym. 2007, 97-99.) Niemelän opinäytetyössä asiakkaat toivat esiin, miten päivätoiminnan ohjaajat kannustivat heitä ilmaisemaan mielipiteitään ja ehdotuksiaan toimintaan liittyen. Heidät otettiin siis aktiivisesti mukaan toiminnan suunnitteluun ja tämä koettiin hyvänä asiana. Tällöin myös tyytyväisyys toimintaa kohtaan lisääntyi. (Niemelä 2013, 65.)

### 3.4.3 Ohjaus yhteistyösuhteessa

Ohjaava kuntoutus korostaa ohjauksen tapaa, miten ohjata. Mattila (2002) yhdistää ohjauksellisuuden, kuntoutuksen ja kokemuksellisen oppimisen ohjaavaksi kuntoutukseksi, jossa oppimisen ja ohjauksen aiheet syntyvät arkisista kokemuksista. Merkittävät oppimiskokemukset saattavat merkitä valtaistumista, sillä niihin liittyy ihmisen maailmankuvan tai kulttuurisen ymmärryksen laajentumista sekä heidän ”äänensä” ja sosiaalisten identiteettien vahvistumista tai roolien alan laajenemista. Ohjaus eroaa opetuksesta ja neuvonnasta siten, että ohjaajalla ei ole kovin usein valmiina kuntoutujan tarvitsemia tietoja ja vastauksia, vaan niitä etsitään yhdessä ohjausprosessin aikana. Ohjauksessa kuntoutujaa tuetaan tuomaan esille omia näkökulmiaan ja ajatuksiaan omasta kuntoutumisestaan ja rohkaistaan tekemään omia valintoja. (Pihlaja 2008, 27, 30, 33.) Ohjaus kuntoutuksena sallii spontaaniuden, satunnaisuuden ja arkielämän monimuotoisuuden tutkiskelun. Ohjauksen tärkein tehtävä on käsitellä kokemuksia, mielikuvia, tunteita ja ajatuksia. (Mattila 2002, 14.)

Mattilan tutkimuksessa yksityisissä mielenterveystyön hoito- ja palvelukodeissa asukkaiden ohjaus oli pääsääntöisesti kokemusperäistä ja opettavaa. Tämä kertoo siitä, että mielenterveyskuntoutumisen ohjaus toteutui ohjauksen osapuolien kasvun palveluksessa. Tulosten mukaan asukkaat kokivat ohjauksen normatiivisena, supervision-tyyppisenä, harjoitellessaan päivittäisiä elämisen taitoja. Asukkaat toivoivat counselling-tyylistä ohjausta, jolla tavoitetaan aikaisempaa paremmin asukkaiden ääni, lisätään vaikutusvaltaa ja edistetään kehittymistä sosiaalisessa ja kommunikatiivisessa toimin-



nassa. Counselling -tyylinen ohjaus kääntää ohjaajan katseen myös hänen omaan toimintaan ja vaikuttavuuteen, tietoisuuteen omasta merkityksellisyydestä tai tehokkuudesta. (Mattila 2002, 211-212.)

Mattilan tutkimuksen tulosten mukaan ohjaus toteutui potilaiden kokemana vuorovaikutuksessa omahoitajan kanssa, jolloin omahoitaja ohjasi heitä toiminnallisuuteen ja vastuullisuuteen ja siten omaan hoitoon aktiivisesti osallistumiseen. Ohjauskeskustelut painottuivat potilaiden elämän kaoottisuuden jäsentämiseen. Potilaat halusivat keskustella hoitajien kanssa enemmän hoidon alussa. Hoidon lopussa he halusivat käsitellä tunteitaan ja elämäntilannettaan. Potilaiden itsehoitokykyä edisti heidän käsityksensä mukaan ohjauksen inhimillisyys ja hoitajien kiireettömyys, potilaiden kohtaaminen yksilönä ja hoitoyksikön turvallisuus ja hoitajien kanssa keskustelun mahdollistava ilmapiiri. Ne antoivat potilaille voimaa ja virkistivät mielialaa. Potilaat toivat esiin voimavaroja lisävinä tekijöinä osallistumisen erilaisiin aktiviteetteihin, hengellisyyden, kokemuksen terveydentilan muutoksesta parempaan suuntaan, itsensä löytämisen ja rohkeuden lisääntymisen. (Mattila 2002, 205.)

#### **3.4.4 Työn eettiset periaatteet päivätoimintayksiköissä**

Sopimusvuori ry:n päivätoimintayksiköissä työskentelee useiden eri alojen ammattilaisia, esimerkiksi sairaanhoitajia, lähihoitajia ja sosionomeja. Ammatillisesta tutkinnosta riippumatta heidän tulee toteuttaa työssään perusoikeuksien eettistä arvopohjaa. Perusoikeuksilla tarkoitetaan yksilölle perustuslaissa turvattuja oikeuksia, jotka ilmaisevat yhteiskunnassa yleisesti hyväksytyjä perusarvoja. Perusoikeuksiin kuuluvat muun muassa oikeus elämään, henkilökohtaiseen vapauteen ja koskemattomuuteen. Niitä ovat myös yksityiselämän suoja, uskonnon ja omantunnon vapaus, sananvapaus ja julkisuus, sivistykselliset oikeudet, oikeus omaan kieleen ja kulttuuriin, oikeus työhön ja elinkeinovapaus. (Etene 2011, 9.)

Valtakunnallisen sosiaali- ja terveystieteiden neuvottelukunnan, Etene:n julkaisemassa raportissa Mielenterveysetiikka – sinulla ja minulla on moraalinen vastuu (2009) tuodaan esiin eettisesti hyvään mielenterveystyöhön kuuluvat periaatteet. Näihin periaatteisiin kuuluvat esimerkiksi ihmisyyden ja itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen sekä tarkoituksenmukaisen tiedon ja ohjauksen antaminen. Mielenterveystyö auttaa

kansalaisia selviytymään omassa elämässään, arjessaan ja yhteiskunnassa mahdollisimman itsenäisesti. (Etene 2009, 5.)

Sosiaali- ja terveysministeriön Mielenterveyspalveluiden laatusuosituksen mukaan jokaisella kuntalaisella on oikeus hyvään ja tasavertaiseen palveluun sekä vaikuttavaan hoitoon. He ovat oikeutettuja kunnioittavaan kohteluun, itsemääräämiseen, valinnanvapauteen ja vaihtoehtoihin. Kaikissa mielenterveyspalveluissa ylläpidetään toivoa ja luottamusta vaikeuksista selviytymiseen ja kuntoutumiseen. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2001, 19.)

Voidakseen toimia eettisesti työssään, sairaanhoitajalla on ensinnäkin oltava käsitys siitä, mitä on eettisesti hyvä ja mitä se tarkoittaa eri tilanteissa. Eettisesti hyvä toiminta perustuu kehittyneelle moraalintajulle ja vakaalle luonteelle. Lisäksi se perustuu myös omaa itseä koskevalle tiedolle ja oman haavoittuvuuden ymmärtämiselle. (Sarvimäki & Stenbock-Hult 2009, 86.) Mielenterveyspalveluissa toimivan sairaanhoitajan eettisen osaamisen ja toiminnan ohjenuoria ovat Suomen sairaanhoitajaliitto ry:n hyväksymät sairaanhoitajan eettiset ohjeet vuodelta 1996. Eettisissä ohjeissa tuodaan esiin, miten sairaanhoitajan tulee kohdata ihminen arvokkaana yksilönä, huomioiden hänen arvot, tavat ja vakaumus. Sairaanhoitaja kohtelee ihmistä oikeudenmukaisesti ja kunnioittaa hänen itsemääräämisoikeuttaan. Sairaanhoitajan ja potilaan välinen hoitosuhde on keskinäiseen luottamukseen perustuva avoin vuorovaikutussuhde. Sairaanhoitajan tulee kuunnella potilasta ja eläytyä tämän tilanteeseen. (Suomen sairaanhoitajaliitto ry 1996.)

Syrjäpalon tutkimuksen tulosten mukaan erään psykiatrisen sairaalan henkilökunnan mielestä potilaan hoitoon liittyviä tärkeimpiä arvoja olivat luotettavuus, inhimillinen kohtelu, ihmisarvon kunnioittaminen ja hoitoympäristön turvallisuus. Tutkimukseen vastanneet psykiatrisen sairaalan potilaat korostivat ihmisarvoa tärkeänä arvona. Ihmisarvoon liittyvinä odotusarvoina potilaat mainitsivat totuuden, inhimillisyyden, ihmisenä kunnioittamisen, yksityisyyden ja vapauden. Potilaat arvostivat ihmisarvoa kunnioittavaa kohtelua. Tutkimuksessa tuodaan esiin, että sekä henkilökunnan että potilaiden tärkeimmiksi arvoiksi erottuivat ihmisarvo ja ihmisen kunnioittaminen. (Syrjäpalo 2006, 112.)

## 4 MENETELMÄLLISET LÄHTÖKOHDAT

### 4.1 Kvalitatiivinen menetelmä

Kvalitatiivista tutkimusmenetelmää käytetään silloin, kun halutaan tietoa asiasta, josta on olemassa vähän tutkittua tietoa tai silloin, kun halutaan kuvailla ja ymmärtää heikosti tunnettua ilmiötä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 87–88). Ihmistä pidetään tärkeimpänä tiedon tuottajana kvalitatiivisessa tutkimuksessa. Laadullisessa tutkimuksessa kohdetta tutkitaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Pyrkimyksenä on todellisen elämän kuvaaminen. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa pyritään myös löytämään tai paljastamaan odottamattomia seikkoja. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 161, 164.) Objektiivisuudella laadullisessa tutkimuksessa tarkoitetaan sitä, että tutkija ei sekoita omia asenteitaan ja arvostuksiaan tutkimuskohteeseen. Tutkijan tulisi ymmärtää tutkittavan henkilön näkökulmia ja ilmaisuja. (Kurkela 2009.)

Aineiston hankinnassa käytetään metodeja, joissa tutkittavien näkökulmat ja ajatukset pääsevät esille. Esimerkkejä tällaisista metodeista ovat mm. ryhmähaastattelut, teema-haastattelut, kysely ja osallistuva havainnointi. Menetelmiä voidaan käyttää eri tavoin, joko vaihtoehtoisesti, rinnan tai yhdisteltyinä. Kyselyssä ja haastattelussa tiedonantajan toiminta eroaa tiedonkeruuvaiheessa. Kyselyssä tiedonantajat täyttävät itse heille annetun kyselylomakkeen joko valvotussa ryhmätilanteessa tai kotonaan. Haastattelussa haastattelija esittää kysymykset suullisesti ja merkitsee tiedonantajan vastaukset muistiin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 71-73.) Määrällisestä tutkimuksesta poiketen laadullisessa tutkimuksessa kohdejoukko valitaan tarkoituksenmukaisesti. Kvalitatiivisen tutkimuksen teossa joustetaan ja suunnitelmia muutetaan tarvittaessa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 161, 164.) Tulkintavaiheessa saatua aineistoa pyritään järjestämään ja ymmärtämään. Teoria on silloin aineiston lukemisen, tulkinnan ja ajattelun lähtökohtana. (Kurkela 2009.)

Kvalitatiivinen menetelmä sopi opinnäytetyöhömme parhaiten, koska kokemus ja kokemuksellisuus ovat subjektiivisia ilmiöitä, joita on vaikea mitata. Valitsimme myös opinnäytetyömme kohdejoukon tarkoituksenmukaisesti, joten se sopii laadullisen menetelmän piirteisiin. Halusimme selvittää ihmisten omakohtaisia kokemuksia, joten laadullinen menetelmä mahdollisti sen.

## 4.2 Aineistonkeruu

Kyselylomaketta on käytetty aineistonkeruumenetelmänä 1930-luvulta alkaen. Se onkin yksi perinteisimmistä tavoista kerätä tutkimusaineistoa. Kyselyn muoto voi vaihdella kohderyhmän ja tarkoituksen mukaan. (Aaltola & Valli 2010, 103.) Kysely voidaan määritellä sellaiseksi menettelytavaksi, jossa tiedonantajat täyttävät itse heille esitetyn kyselylomakkeen joko valvotussa ryhmätilanteessa tai kotonaan (Tuomi & Sarajärvi 2009, 73). Kysymykset luovat perustan tutkimuksen onnistumiselle, joten niiden tekemisessä ja muotoilemisessa tulee olla huolellinen. Kyselylomakkeen kysymysten tulee olla selkeitä ja yksiselitteisiä. Ne eivät saa johdatella vastaajia vastauksissaan. Kysymykset rakentuvat tutkimuksen tavoitteiden ja tutkimustehtävien mukaan. Kun tutkimustehtävät ovat selvillä, tiedetään mitä tietoa aineistonkeruulla pyritään löytämään. (Aaltola & Valli 2010, 103-104.)

Kurkelan (2009) mukaan avoimessa kysymyksessä on erittäin tärkeää, että kysytään vain yhtä asiaa kerrallaan. Vastauksen kirjoittamista varten pitää jättää kunnollinen tila. On tärkeää täsmentää itselle jokaisen kysymyksen tarkoitus: mitä haluat tutkia, mitä tällä kysymyksellä on tarkoitus mitata ja mihin vastauksia tarvitaan. (Kurkela 2009.) Valitsimme kyselyn muodoksi informoidun kyselyn. Informoidun kyselyn muodossa tutkija jakaa lomakkeet henkilökohtaisesti vastaajille. Samalla tutkija kertoo tutkimuksen tarkoituksesta, kertoo kyselystä ja vastaa kysymyksiin. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 196-197.)

Aineiston keruumenetelmänä käytimme lomaketta, jossa oli kahdeksan avointa kysymystä. Valitsimme avoimet kysymykset, koska silloin palveluiden käyttäjällä oli mahdollisuus sanoa, mitä hänellä oli todella mielessään. Monivalintakysymyksiin verrattuna avoimet kysymykset eivät ehdota valmiita vastauksia vaan sallivat vastaajien ilmaista itseään omin sanoin (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 201). Avoimet kysymykset mahdollistavat myös täsmällisten tosiasioiden kysymisen. Avoimilla kysymyksillä toivotaan saatavan esiin näkökulmia, joita tutkija ei ole osannut ennalta kuvitella. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 197-199.) Haastatteluihin verrattuna meidän oli mahdollista saada useamman ihmisen näkökulma esiin avoimella kyselylomakkeella. Pyrimme ehkäisemään vastaamattomuuden sillä, että olimme vastaamistilanteessa paikalla henkilökohtaisesti. Paikalla olo mahdollisti myös palveluiden käyttäjien kysymyksiin vastaamisen.

Avoimen kyselylomakkeen vastaajina toimivat aikuiset Sopimusvuori ry:n päivätoimintayksiköiden palveluiden käyttäjät. Sopimusvuori ry tarjoaa palvelujen käyttäjille arkipäivisin toimintaa neljässä yksikössä, jotka ovat Pirkonhovin palvelukeskus, Kaarisillan päivätoimintakeskus, Näsinkulman klubitalo ja Työ- ja toimintakeskus Kanava. Keväällä 2013 sovimme käynnit jokaiseen yksikköön ja kävimme henkilökohtaisesti tutustumassa niiden toimintaan. Kesän 2013 ja elokuun aikana muodostimme avoimet kysymykset kyselylomakkeille, jotka sitten veimme syyskuussa päivätoimintayksiköihin. Samalla kerroimme tarkemmin opinnäytetyöstämme ja rohkaisimme palveluiden käyttäjiä vastaamaan kyselylomakkeeseen. He vastasivat kyselylomakkeeseen meidän ollessamme läsnä paikan päällä noin kahden tunnin ajan. Vastaaminen oli palveluiden käyttäjille vapaaehtoista ja heidän oli mahdollista keskeyttää osallistuminen milloin tahansa.

Saimme kyselyymme vastauksia yhteensä 89, joista kahta kyselylomaketta emme ottaneet analyysissä huomioon niiden puutteellisuuksien takia. Kyselyyn vastanneista palveluiden käyttäjistä naisia oli 37 ja miehiä 52. Iältään he olivat 25–72 vuotiaita ja keskiarvoksi saimme noin 45 vuotta. Kyselylomakkeeseen vastanneet palveluiden käyttäjät toivat esiin, että he olivat käyneet päivätoiminnassa hyvin vaihtelevia aikoja. Lyhyin aika oli yksi viikko ja pisin 23 vuotta. Käyntiajan keskiarvoksi saimme noin kuusi vuotta. Palveluiden käyttäjät vastasivat, että he käyvät päivätoiminnassa 1-5 kertaa viikossa, keskimäärin kolme kertaa viikossa.

### **4.3 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi**

Opinnäytetyön aineisto analysoitiin käyttämällä aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Sisällönanalyysi on laadullisen tutkimuksen perusanalyysimenetelmä, jonka avulla voidaan tehdä erilaisia tutkimuksia. Sisällönanalyysissa kuvataan puhutun ja kirjoitetun kielen muotoa ja sisältöä. Siinä pyritään tiivistämään aineisto selkeään muotoon kadottamatta sen sisältämää arvokasta tietoa. Sisällönanalyysissa lähdetään liikkeelle aineiston lukemisella ja sisältöön perehtymisellä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91, 103-111.)

Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissa on kolme vaihetta. Ensimmäistä vaihetta kutsutaan aineiston redusoinniksi eli pelkistämiseksi. Auki kirjoitetusta aineistosta poistetaan tarpeeton aineisto pois. Toisessa vaiheessa aineisto klusteroidaan eli ryhmitellään. Alkuperäisilmauksista etsitään samankaltaisuuksia ja eriäväisyyksiä, jotka yhdistetään ja

niistä muodostetaan alaluokkia. Alaluokista muodostetaan yläluokat ja niiden yhdistämisen jälkeen muodostetaan yläkäsite. Samaa asiaa tarkoittavat ilmaukset yhdistetään luokaksi sekä nimetään luokan sisältöä kuvaavalla käsitteellä. Kolmas vaihe on aineiston abstrahointi, jossa tutkimuksen kannalta olennainen tieto erotellaan ja sen tiedon perusteella muodostetaan teoreettisia käsitteitä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91, 103-111.)

Sisällönanalyysin aloitimme lukemalla saamamme vastaukset useaan kertaan. Alleviivasimme kynillä yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia alkuperäisilmauksista värikoodeja ja symboleja käyttäen. Yhdistimme samankaltaiset alkuperäisilmaukset. Alkuperäisilmauksien monipuolisuus tuotti haastetta. Alkuperäisilmauksista muodostimme pelkistetyt ilmaukset.

TAULUKKO 1. Esimerkki alkuperäisten ilmauksien pelkistämisestä.

Alkuperäinen ilmaus	Pelkistetty ilmaus
<i>Täällä voisi olla aikaa puhua ohjaajalle henkilökohtaisesti, niinkuin terapiaa</i>	Henkilökohtaisten keskustelujen mahdollistaminen
<i>Voimistanut itsetuntoa ja sitä kautta parantanut hyvinvointia. Voin jopa paremmin kuin ennen sairastumista.</i>	Itsetunnon koheneminen
<i>Se auttaa minua myös koska saan näin nähdä monia ihmisiä päivän mittaan ja pitää yllä ystävyys-suhteita joita olen pysynyt luomaan töiden lomassa joita on jo yli 8.</i>	Ystävyys-suhteiden ylläpitäminen
<i>Jos paljon asiakkaita on samaan aikaan mukana toiminnassa niin ahdistukseni lisääntyy.</i>	Ahdistuksen lisääntyminen

Aloitimme pelkistettyjen ilmauksien jakamisen miettimällä niille sopivia kuvaavia alaluokkia. Aineistoa oli runsaasti, joten pelkistettyjen ilmausten jakaminen alaluokkiin oli haastavaa. Seuraavaksi muodostimme alaluokista yläluokat. Yläluokat muodostuivat opinnäytetyön tehtävien mukaan. Mielestämme opinnäytetyön tehtävät kuvasivat hyvin alaluokkia, joten valitsimme ne yläluokiksi. Lopulta yläluokkia oli kolme. Yhdistävä luokka oli luontevasti opinnäytetyömme aihe. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin vaiheet on nähtävissä liitteenä. (Liite 2)

## 5 TULOKSET

### 5.1 Kokemukset päivätoiminnasta

#### 5.1.1 Elämän sisällön lisääntyminen

Vastauksista ilmeni, että lähes puolet palveluiden käyttäjistä koki päivätoiminnan tuovan heidän päiviinsä sisältöä ja rytmiä. Päivätoiminta auttoi pysymään arjessa mukana sekä muodostamaan säännöllisen päivärytmin ja -rutiinit. Päivätoiminta auttoi erottamaan arki- ja pyhäajat toisistaan. Vastausten mukaan päivätoiminta antoi palveluiden käyttäjille tarkoituksen päiviin ja syyn lähteä kotoa. Osa palveluiden käyttäjistä näki päivätoiminnan paikkana jonne mennä.

*Saan rutiinit päivään. Tulee herättyä aamulla ja tulee sisältöä päiviin.*

*Ajatus oli, että pitää olla paikka, jossa käydä arkisin. Se rytmittää elämää eikä ole liian sairauskeskeistä.*

#### 5.1.2 Sosiaaliset suhteet

Vastauksissa korostui päivätoiminnan merkitys sosiaalisten suhteiden mahdollistajana. Päivätoiminta mahdollisti muiden ihmisten näkemisen, heihin tutustumisen ja siten uusien ystävyys-suhteiden luomisen. Päivätoiminnan avulla ylläpidettiin kaverisuhteita. Päivätoiminta nähtiin myös paikkana, jossa voitiin kohdata sosiaalisia tilanteita ja ylläpitää sosiaalisia taitoja. Osalle palveluiden käyttäjistä oli tärkeää keskusteleminen muiden ihmisten kanssa päivän aikana.

*Päivätoiminnassa tapaa ihmisiä ja on tavallisissa sosiaalisissa suhteissa.*

*Kaikki jäsenet ovat enemmän tai vähemmän puolikuntoisia, joten kaikki ymmärtävät hyvin toisiaan.*

*Olen hyvin arka ja ujo, joten alussa en aina rohjennut avaamaan suutani esim. työnjaossa. Muut kuntoutujat ovat kuitenkin olleet hyvin supportiivisia ja ottaneet minua mukaan eri töihin.*

### **5.1.3 Vertaistuki**

Muutama palveluiden käyttäjä oli sitä mieltä, että päivätoiminnassa on tärkeää vertaistuen saaminen ja antaminen. Samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten sekä vertaisten tapaaminen oli merkityksellistä joillekin palveluiden käyttäjistä.

*Käyn täällä tapaamassa vertaisiani ja saamassa vertaistukea.*

*Vertaistuen merkitystä sen tärkeydestä ei voi liikaa tähdentää.*

### **5.1.4 Toiminnallisuus**

Palveluiden käyttäjien vastausten mukaan päivätoiminnan vaihtelevat, monipuoliset ja virikkeelliset työtehtävät mahdollistivat itsensä toteuttamisen. Erilaisten työtehtävien tekeminen oli mielekästä ja se antoi muuta ajateltavaa palveluiden käyttäjille. Toiminnan vapaaehtoisuutta ja joustavuutta pidettiin hyvänä asiana, koska silloin palveluiden käyttäjät pystyivät itse vaikuttamaan tekemisiinsä. Osa palveluiden käyttäjistä toi esiin heille tärkeänä toimintamuotona käsillä tekemisen ja esimerkkinä mattojen kutomisen. Päivätoiminta nähtiin myös haastavana ja tuottavana toimintana. Toiminnallisuus mahdollisti yhdessä toimimisen ja uusien harrastusten löytymisen. Jotkut palveluiden käyttäjistä näkivät erilaiset retket ja tapahtumat osana päivätoimintaa.

*Jotta saan järkevää, tuottavaa, mielekästä tekemistä ja viikkoon sopivan rytmin. Toiminnan myötä tulee olo, että on osa yhteiskuntaa eikä syrjäytynyt kuntoutuja.*

*Työpainotteinen päivä on pitkälti sellainen kuin siitä tekee. Siellä on ihan mukava käydä.*



### 5.1.5 Oppiminen

Päivätoiminta mahdollisti uusien taitojen ja asioiden oppimisen sekä muistin kehittämisen ja ylläpitämisen. Osa palveluiden käyttäjistä toivoi päivätoiminnan auttavan opiskelu- tai työelämään siirtymisessä. Eräs palveluiden käyttäjä näki päivätoiminnan tukevan pitkäjänteisyyden ja tarkkuuden kehittämisessä.

*Olen oppinut paljon omasta tekemisestäni ja muitten tekemisiä seuraten.*

*Saan mahdollisuuden oppia uusia asioita.*

### 5.1.6 Psyykkisen ja fyysisen hyvinvoinnin ylläpitäminen ja edistäminen

Suurin osa palveluiden käyttäjistä toi esiin, miten päivätoiminta vaikutti positiivisesti hyvinvointiin, erityisesti jaksamiseen sekä mielialaan. Eräs palveluiden käyttäjä kertoi pahan olonsa helpottuvan päivätoiminnassa käydessään. Toiminta auttoi unohtamaan sairauden tuomat murheet. Palveluiden käyttäjien mielestä päivätoiminta tuki arjessa jaksamista ja auttoi virkistymään. Päivätoiminta ylläpiti ja auttoi pitämään psyykkistä hyvinvointia hallinnassa. Vastauksista tuli esille, että päivätoiminta tuki mielialan koholla pysymistä. Päivätoiminta ylläpiti ja edisti myös fyysistä hyvinvointia ja auttoi pysymään terveenä. Toiminta- ja työkyky pysyi toiminnan avulla hyvänä. Päivätoiminnalla oli myös unen laatua kohentava sekä stressiä lieventävä vaikutus. Päivätoiminta lisäsi tunnetta elämänhallinnasta ja sairauden kanssa pärjäämisestä.

*Toiminta antaa merkitystä ja tekemistä päiviin joten päivät ovat aktiivisia joten mieliala pysyy koholla ja hyvänä. Toiminta on tällä hetkellä keskeinen osa kuntoutumistani eli keskeinen osa hyvää henkistä vointiani.*

*Tasaisen mielen saavuttaminen on toteutunut päivätoiminnassa ja hyvinvoinnista pidetään huolta erilaisin toiminnoin.*

*Ei ahdistista kun ei tarvitse olla koko ajan yksin. Säännölliset työajat ovat parantaneet unirytmää ja sitä kautta tasapainottaneet mieltä.*

### 5.1.7 Sosiaalisen hyvinvoinnin ylläpitäminen ja edistäminen

Osa palveluiden käyttäjistä piti mielenterveyden ja hyvinvoinnin kannalta tärkeänä ihmisten tapaamista ja sosiaalisia suhteita päivätoiminnassa. Päivätoiminta auttoi ehkäisemään yksinäisyyttä, passivoitumista sekä syrjäytymistä. Päivätoiminta kohotti palveluiden käyttäjien itsetuntoa, lisäsi varmuutta ja luottamusta omiin taitoihin. Ryhmässä aktiivisesti toimiminen vähensi jännitysoireita sekä sosiaalisia pelkoja. Päivätoiminnan kautta oli mahdollista kokea myös sosiaalista hyväksyntää.

*Koska pelkään sosiaalisia tilanteita, minua monesti jännittää jo päivätoimintapaikassa oleminen. Olen kuitenkin huomannut, että tarvitsen myös muiden ihmisten seuraa; yksin kotona oleminen ”syö miestä” ja vaikuttaa joka tapauksessa negatiivisesti minuun.*

*Sosiaalinen hyväksyntä kohottaa itsetuntoa ja parantaa oloa.*

*Se on nostanut itsetuntoani ja lisännyt itsevarmuuttani päivätoiminnassa luotetaan jäseniin ja he saavat vastuuta. Tämä vaikuttaa tietysti eheyttävästi.*

### 5.1.8 Hyvinvoinnin väheneminen

Muutama palveluiden käyttäjistä koki, että päivätoiminta vaikuttaa negatiivisesti mielenterveyteen, ahdistusta lisäten. Ahdistusta lisää esimerkiksi väenpaljous ja päivätoiminnassa käyvät toiset huonokuntoiset palveluiden käyttäjät. Eräs palveluiden käyttäjä toi esiin päivätoiminnan ympäristön hälinän hyvinvointia vähentävänä tekijänä. Toinen palveluiden käyttäjä kertoi keskustelujen sisältöjen olevan mielenkiinnostomia muiden palveluiden käyttäjien kanssa.

*Jos paljon asiakkaita on samaan aikaan mukana toiminnassa niin ahdistukseni lisääntyy.*

*Välillä parantavasti, välillä ainakin aluksi huonontavasti, koska on niin paljon huonokuntoista väkeä.*

### 5.1.9 Kuntoutuminen

Vastauksista nousi esiin, että päivätoimintaa pidettiin kuntouttavana. Eräs palveluiden käyttäjä piti päivätoimintaa kuntoutumista edistävänä toimintana. Osa palveluiden käyttäjistä puhui elämässä eteenpäin pääsemisestä, opiskelu- tai työpaikan saamisesta tulevaisuudessa. Eräs palveluiden käyttäjä mainitsi henkilökohtaisen kuntoutumissuunnitelman osana kuntoutumista.

*Että kuntoutuisin ja saisin elämälleni uuden pohjan eli alun.*

*On kuitenkin tärkeä huomata, että pieninkin työ on osa isoa kokonaisuutta ja siten tärkeä koko toiminnan sekä oman kuntoutumiseni kannalta.*

### 5.1.10 Yhteisön ja ohjaajien tuki

Päivätoiminnassa pidettiin tärkeänä sekä muilta palveluiden käyttäjiltä että henkilökunnalta saatua ymmärrystä, tukea ja välittämistä. Vastausten mukaan henkilökunta oli antanut ohjausta, apua ja neuvoja tarvittaessa. Eräs palveluiden käyttäjä kertoi saaneensa henkilökunnalta henkilökohtaista ohjausta. Toinen palveluiden käyttäjä toi esiin, miten oli saanut positiivista palautetta henkilökunnalta ja piti sitä tärkeänä. Yhteisöön kuulumisen ja siinä yhdessä toimimisen loi turvallisuudentunteen palveluiden käyttäjälle. Eräs palveluiden käyttäjä koki yhteisön avoimeksi ja kannustavaksi. Toinen palveluiden käyttäjä kertoi viettäneensä vapaa-aikaa muiden palveluiden käyttäjien kanssa.

*Olen myös saanut paljon positiivista palautetta työstäni. (Minkä olen iloiten ottanut vastaan.)*

*Ohjaajat ovat mukavia ja läsnä olevia, avuliaita sekä kannustavia.*

*Täällä ymmärretään hyvin minua, vaikka olen sairas sekä psyykkisesti, että fyysisesti.*

*Huolenpitoa on ja turvallisuutta ja välittämistä sekä kuuntelua. Ja kunnioittamista.*

## 5.2 Henkilökunnan ammattitaidon kuvaaminen

### 5.2.1 Ammatillinen osaaminen

Palveluiden käyttäjistä suuri osa kuvaili henkilökuntaa päteväksi, ammattitaitoiseksi ja asialliseksi. Henkilökuntaa pidettiin moniammatillisena ja heillä kerrottiin olevan hyvä yhteishenki. Osa palveluiden käyttäjistä kuvaili henkilökuntaa työnsä osaavaksi ja siihen omistautuvaksi ja paneutuneeksi. Lisäksi henkilökuntaa pidettiin eteenpäin pyrkivänä, aktiivisena ja idearikkaana.

*Pääsääntöisesti asiallista ja mukavaa. Ammattitaitoista, ainakin oman ryhmän ohjaajat.*

*Henkilökunta on osaavaa. Henkilökunta on hyvin ammattitaitoista.*

### 5.2.2 Henkilökunnan ominaispiirteet

Suuri osa palveluiden käyttäjistä piti henkilökuntaa mukavana ja ystävällisenä. Seuraavaksi eniten henkilökuntaa kuvailtiin iloiseksi, pirteäksi, positiiviseksi ja huumorintajuiseksi. Osa palveluiden käyttäjistä kuvaili henkilökuntaa motivoituneeksi, ahkeraksi, ymmärtäväksi ja avoimeksi. Muutama palveluiden käyttäjä piti henkilökuntaa empaattisena, huolehtivana ja hyväsydämisenä. Henkilökunnan kerrottiin olevan ennakkoluulontonta, helposti lähestyttävää ja sanansa mittaista.

*Paras mahdollinen, mukava, kannustavia, positiivisia, luotettavia, vai-tiolovelvollisia, huumorintajuisia, ymmärtäväisiä. Realistisia.*

*Avuliaita, ystävällisiä, aktiivisia, ahkeria, aitoja.*

### 5.2.3 Ohjaustaidot

Henkilökunnalla kerrottiin olevan kuuntelu- ja keskustelutaitoja. Eräs palveluiden käyttäjä kertoi henkilökunnan jäsenten olevan ohjaajina riittävän jämäköitä. Muina ohjaustaitoina yksittäiset palveluiden käyttäjät toivat esiin toimintaan kannustamisen ja motivoimisen sekä siinä tukemisen ja tarvittaessa neuvomisen. Henkilökunnan jäseniä pidettiin kuntoutusta tukevinä, hyvinä ohjaajina. Osa palveluiden käyttäjistä kertoi henkilökunnan jäsenten olevan yhteistyökykyisiä. Henkilökunnan koettiin olevan tarvittaessa apuna ja oppaana.

*Henkilökunnan kanssa ongelmia voi selvittää puhumalla ja kuuntelemalla heidän neuvojaan.*

*Ihailen heidän kykyjään ja voimiaan todella haastavassa työssä. Tukevat ja tulevat vastaan, jos minulla on ongelmia.*

*Koordinointikykyisiä ja riittävän jämäköitä ohjaamaan.*

### 5.2.4 Negatiiviset kokemukset

Muutama palveluiden käyttäjä mainitsi joitakin negatiivisia kokemuksia henkilökunnasta. Eräs palveluiden käyttäjä kertoi henkilökunnan puuttuneen hänen yksityiselämäänsä, mikä oli hänelle negatiivinen kokemus. Yksittäiset palveluiden käyttäjät kuvailivat henkilökuntaa kiireiseksi, varautuneeksi ja etäiseksi. Eräs palveluiden käyttäjä oli kokenut henkilökunnan yhteistyöhaluttomana.

*Henkilökunta tuntuu etäiseltä ovat uppoutuneet ”johtamaan” ja tietämään mikä on ainoa oikea tapa toimia ”mielenterveyskuntoutujien parhaaksi”?*

*Voisivat olla enemmän yhteistyöhaluisia.*

*Tietyissä määrin myös varautunutta, mutta ei kuitenkaan ennakkoluuloista.*

## 5.3 Päivätoiminnan kehittäminen

### 5.3.1 Päivittäinen toiminta

Merkittävimpänä kehittämiskohteena palveluiden käyttäjät toivat esiin työtoiminnan kehittämisen. Työtehtäviä ja erilaisia ryhmiä toivottiin kehitettävän lisää. Ehdotuksia uusille ryhmille ja toiminnalle olivat esimerkiksi levyraati aamuryhmään, hengellinen ryhmä, runonluenta ja mainosvideoiden tekeminen. Palveluiden käyttäjät toivoivat luovien toimintojen kehittämistä, musiikkitoimintaa sekä kulttuuripainotteista toimintaa.

*Erilaista ryhmätoimintaa enemmän, että sais valita mikä kiinnostaa ja mihkä taidot riittävät.*

*Päivätoimintaa haluaisin kehittää siten, että vielä enemmän olisi erilaisia ryhmiä päivittäin joissa mielenterveyskuntoutujat voisivat kehittää laajempaa näkemystä ajatteluaan erilaisten tehtävien avulla, aktivoimalla toimintoihin.*

*Kulttuuripainotteista toimintaa toivoisin lisää. Runojen luentaa enemmän.*

*Toivoisin monipuolisempaa tarjontaa töiden suhteen. Työtehtävät voisivat olla enemmän ”räätälöityjä”, yksiköllisesti laadittuja. Ihmiset ovat niin kovin eri kuntoutumisen vaiheessa, toinen jaksaa enemmän kuin toinen.*

Päivätoiminnan työtehtävät ja käytännön järjestelyt tuntuivat muutaman palveluiden käyttäjän mielestä turhauttavilta ja yksinkertaisilta. Päivätoiminnassa tiedottamisessa nähtiin parantamisen varaa ja sen toivottiin olevan tehokkaampaa. Työtehtävien toivottiin olevan monipuolisempia ja yksilöllisempiä. Muutama palveluiden käyttäjä toivoi työpalkkioiden olevan suurempia. Erään palveluiden käyttäjän mielestä toiminta painottui liikaa ruoanlaittoon. Eräs palveluiden käyttäjä halusi työaikoihin liukuvuutta. Toinen palveluiden käyttäjä halusi lisätä lepomahdollisuuksia päivätoimintaan.

*Koen välillä turhautuvani, koska joutilasta aikaa jää liikaa. Haluaisin paiskia enemmän töitä.*

*Rehellisesti sanoen jotkin työt tuntuvat liian yksinkertaisilta ja tämän vuoksi turhauttavilta.*

### **5.3.2 Muu toiminta**

Osa palveluiden käyttäjistä toivoi päivätoiminnan lisäksi myös enemmän muunlaista, vapaa-ajalla tapahtuvaa toimintaa. Yksittäisissä vastauksissa esitettiin toiveina erilaiset retket ja tapahtumat, esimerkiksi kylpylässä ja keilaamassa käyminen. Eräs palveluiden käyttäjä toivoi myös lisää harrastus- ja kurssitoimintaa.

*Enemmän saisi olla retkiä, tapahtumia ja uusia juttuja voisi kokeilla.*

*Haluaisin että olisi virkistyspäiviä: käytäisiin esim. kylpylässä, keilaamassa jne.*

### **5.3.3 Jäseneksi tuleminen**

Eräs palveluiden käyttäjä koki, että yhteisön jäseneksi tulemistä tulisi helpottaa. Hän toivoi, että perehdytysjaksoa lyhennettäisiin ja tiivistettäisiin. Lisäksi hän piti tärkeänä, että perehdytysjakson tietosisältöä lisättäisiin.

*Perehdytysjakson lyhentäminen, tiivistäminen ja tietosisällön lisääminen.  
Jäseneksi tulemisen helpottaminen.*

### **5.3.4 Muut kehittämistoiveet**

Yksittäisistä vastauksista tulivat esiin toiveet päivätoiminnan aikataulujen muuttamisesta sekä turvallisuuden huomioimisesta paremmin, esimerkiksi portaissa turvallisesti kulkeminen talvella. Eräs palveluiden käyttäjä toivoi tupakkapaikkoja lisää.

*Lounas voisi olla tunnin aikaisemmin ja tupakkapaikkoja enemmän.*

### 5.3.5 Henkilökunta

Henkilökuntaan liittyviä toiveita tuotiin esiin muutamassa vastauksessa. Palveluiden käyttäjien mielestä yksilöllistä huomioimista, henkilökohtaista keskustelua sekä ohjausta tulisi lisätä. Yksittäisissä vastauksissa toivottiin päivätoimintaan lisää henkilökuntaa. Henkilökunnan toivottiin olevan myös iältään nuorempaa. Eräs palveluiden käyttäjä toivoi henkilökunnalta palveluiden käyttäjien tasa-arvoisempaa kohtelua. Toinen palveluiden käyttäjä toivoi, että henkilökunnan kanssa yhdessä toimimista olisi enemmän. Eräs palveluiden käyttäjä piti tärkeänä, että henkilökunnalla olisi enemmän aikaa kuunnella sekä aktivoida palveluiden käyttäjiä toimintoihin.

*Täällä voisi olla aikaa puhua ohjaajalle henkilökohtaisesti, niin kuin terapiaa.*

*Yhdessä tekeminen henkilökunnan kanssa on vähentynyt, ennen oli toisin. Joten olisi parempi, että se edelleen jatkuisi.*

*Kuunneltaisiin enempi mitä asiakkaalla on sanottavaa.*

### 5.3.6 Tyytyväisyys päivätoimintaan

Suuri osa palveluiden käyttäjistä oli tyytyväisiä päivätoimintaan, eivätkä he tuoneet esiin kehittämisehdotuksia. Muutama palveluiden käyttäjä kertoi asioista, joihin oli erityisen tyytyväinen. Työtehtävien vaihtuvuutta sekä toiminnan laajuutta ja monipuolisuutta piti muutama palveluiden käyttäjä hyvänä asiana. Yksittäisissä vastauksissa tuotiin esiin tyytyväisyys päivätoiminnan toiminta-ajatukseen, jossa henkilökunta ja palveluiden käyttäjät toimivat yhdessä. Toiminnan vapaaehtoisuutta pidettiin myös hyvänä asiana. Eräs palveluiden käyttäjä koki, että työnjaossa on tapahtunut edistystä. Toinen palveluiden käyttäjä oli tyytyväinen mahdollisuuteen olla mukana päivätoiminnan kehittämisessä.

*Mielestäni päivätoimintaan sopii toiminta-ajatus, jossa henkilökunta ja jäsenet toimivat yhdessä.*



*Haluaisin pitää tämän vapaaehtoisuuteen perustuvan järjestelmän.*

*Ei minulla ole mitään ehdotuksia kehityksen suhteen, päinvastoin olen yllyttänyt toiminnan laajuudesta ja monipuolisuudesta.*

#### **5.4 Tulosten tarkastelu ja yhteenveto**

Mielestämme opinnäytetyön tuloksissa tuli hyvin monipuolisesti esiin palveluiden käyttäjien kokemukset Sopimusvuori ry:n päivätoiminnasta. Lisäksi niistä erottui palveluiden käyttäjien kuvaukset henkilökunnan ammattitaidosta. Palveluiden käyttäjien toiveet päivätoiminnan sisällön kehittämiseen liittyen tuotiin myös esiin tuloksissa. Palveluiden käyttäjien vastaukset vastaavat siis suoraan opinnäytetyömme tehtäviin.

Palveluiden käyttäjät pitivät päivätoimintaa tärkeänä elämän sisältöä lisäävänä tekijänä. Päivätoimintaan osallistumisen kautta he pystyivät ylläpitämään päivittäistä rytmiä ja se muodosti heidän päiviinsä rutiinin. Päivätoiminta antoi heille tarkoituksen päiviin ja syyn lähteä kotoa. Vilppola sai tutkimuksessaan vastaavia tuloksia. Hänen mukaan Saateenkaaritalon päivä- ja työtoiminnan keskuksessa käyneet mielenterveyskuntoutujat kokivat, että toimintaan osallistuminen toi heidän päiviinsä sisältöä (Vilppola 2012, 42). Myös Isojoen tutkimuksessa jäsenet kertoivat, että Klubitalon toiminta tuki säännöllistä päivärytmiä (Isojoki 2010, 69).

Palveluiden käyttäjät pitivät toiminnallisuutta ja erilaisten työtehtävien tekemistä päivätoiminnassa mielekkäänä. Työtehtävät olivat palveluiden käyttäjien mielestä monipuolisia ja ne mahdollistivat itsensä toteuttamisen ja yhdessä toimimisen. Uusien taitojen ja asioiden oppiminen mahdollistuivat erilaisten tehtävien kautta. Päivätoiminnan avulla oli myös mahdollista löytää uusia harrastuksia. Palveluiden käyttäjät olivat tyytyväisiä toiminnan vapaaehtoisuuteen ja joustavuuteen, koska silloin he pystyivät itse vaikuttamaan tekemisiinsä.

Sekä Isojoen että Rothin tutkimusten tulokset ovat yhdensuuntaisia. Isojoen tutkimuksessa Klubitalon jäsenet kokivat myönteisinä asioina, että he olivat saaneet joustavasti aikaa ja valinnanmahdollisuuksia erilaisten työtehtävien hoitamiseen. Jäsenet kertoivat

myös saaneensa mielekästä tekemistä Klubitalon toimintaan osallistumalla. Myös Rothin tutkimuksessa jäsenet kertoivat, että he hyötyivät Klubitalon toiminnasta monin eri tavoin. Klubitalo tarjosi heille paikan minne mennä sekä erilaisia aktiviteetteja. Toimintaan osallistumalla jäsenten oli mahdollista oppia uusia taitoja, jotka auttoivat heitä sekä töissä että kotona. (Isojoki 2010, 59, 69; Roth 2007, 83.)

Päivätoiminta mahdollisti palveluiden käyttäjille myös sosiaalisten suhteiden ylläpitämisen ja uusien ystävyysuhteiden luomisen. Sosiaalisten tilanteiden kohtaamista sekä sosiaalisten taitojen ylläpitämistä pidettiin päivätoiminnassa tärkeinä asioina. Sekä Vuorinen että Oinaala tekivät samanlaisia huomioita tutkimuksissaan. Kuntoutujien sosiaaliset taidot vahvistuivat ja heidän elämäänsä oli tullut merkityksellisiä ihmissuhteita Klubitalolla käymisen myötä (Vuorinen 2008, 25). Päivätoimintakeskus Jokkatuvan toiminta mahdollisti mielenterveyskuntoutujille sosiaalisen kanssakäymisen ja sosiaalisten suhteiden muodostamisen tai lisäämisen. Jokkatuvan toiminta oli merkityksellistä erityisesti yksinäisille kuntoutujille. Sosiaalinen kanssakäyminen muiden kanssa toi monelle kuntoutujalle kokemuksen siitä, etteivät he ole yksin ongelmiensa kanssa. Lisäksi se antoi myös toivoa paremmasta tulevaisuudesta. (Oinaala 2002, 61, 116, 117.)

Myös Herman, Onaga, Pernice-Duca, Oh ja Ferguson tekivät tutkimuksessaan saman huomion siitä, että Klubitalon jäsenet näkivät Klubitalon turvallisena ja mukavana paikkana, jossa voi tavata uusia ihmisiä sekä kehittää monenlaisia sosiaalisia taitoja. Jäsenet kokivat, että Klubitalon yhteisöllinen toiminta täyttää heidän tarpeensa sosiaaliseen kanssakäymiseen sekä sosiaalisten taitojen harjoitteluun. (Herman, Onaga, Pernice-Duca & Oh ym. 2005, 348-349.)

Palveluiden käyttäjille oli merkityksellistä muiden yhteisön jäsenten sekä päivätoiminnan ohjaajien antama tuki, ymmärrys ja välittäminen. Henkilökunnalta oli saatu ohjausta, apua ja neuvoja tarvittaessa. Ruokolan ja Väyrysen opinnäytetyön tuloksissa tuli esiin samoja asioita. Heidän tutkimuksensa mukaan Klubitalon jäsenet saivat tukea ja kannustusta sekä toisiltaan että työntekijöiltä. Erityisesti työntekijöiden antama tuki tai kiitos lämmitti jäsenten mieltä. (Ruokola & Väyrynen 2011, 24.) Norman toi tutkimuksessaan esiin, miten suurin osa Klubitalon jäsenistä kuvasi heidän oman tahdonvoimansa ja henkilökunnan tuen yhdistelmää toipumisprosessia eteenpäin vieväksi (Norman 2006, 188).

Joillekin palveluiden käyttäjille oli tärkeää vertaistuen saaminen ja antaminen päivätoiminnassa. Vuorisen tutkimuksessa kuntoutujat toivat esiin, miten Klubitalolla oli mahdollista keskustella asioista toisten kuntoutujien kanssa. Lisäksi Klubitalolla sai tukea ja ymmärrystä samassa tilanteessa olevilta ihmisiltä (Vuorinen 2008, 28). Myös Isojoen tutkimuksessa Klubitalon jäsenet kokivat, että vastaavissa tilanteissa olevien ihmisten kohtaaminen ja heidän vaikeuksiensa kuuleminen auttoi omassakin tilanteessa (Isojoki 2010, 64).

Oinaalan tutkimuksen tulosten mukaan asiakkaat osallistuivat Jokkatuvan päivätoimintaan pitääkseen yllä niin psyykkistä, fyysistä kuin sosiaalista hyvinvointiaan. Päivätoimintaan osallistuminen auttoi heitä saavuttamaan terveydelle ja kuntoutumiselle asettamansa tavoitteet ja säilyttämään tasapainoisen elämäntilanteen (Oinaala 2002, 68, 75). Tämän opinnäytetyön tulokset ovat yhdensuuntaisia Oinaalan tutkimuksen kanssa. Palveluiden käyttäjät näkivät päivätoiminnan kokonaisvaltaisen eli sekä psyykkisen, fyysisen että sosiaalisen hyvinvoinnin ylläpitäjänä ja edistäjänä.

Palveluiden käyttäjät kokivat päivätoiminnassa käymisen vaikuttavan positiivisesti psyykkiseen hyvinvointiin, erityisesti jaksamiseen ja mielialaan. Palveluiden käyttäjien mielestä päivätoiminta tuki arjessa jaksamista ja auttoi virkistymään. Muutamat palveluiden käyttäjät kokivat kuitenkin, että tietyt tekijät päivätoiminnassa lisäävät ahdistusta.

Päivätoiminnalla oli palveluiden käyttäjien mukaan positiivinen vaikutus myös fyysiseen hyvinvointiin ja se auttoi pysymään terveenä. Toiminnan avulla toiminta- ja työkyky pysyivät hyvinä. Tunne elämänhallinnasta ja sairauden kanssa pärjäämisestä lisääntyi toiminnan myötä. Palveluiden käyttäjät pitivät päivätoiminnassa käymistä siis kuntouttavana ja sen avulla toivottiin pääsevän elämässä eteenpäin.

Palveluiden käyttäjät kertoivat sosiaalisen kanssakäymisen olevan tärkeää mielenterveyden ja hyvinvoinnin kannalta. Ryhmässä toimiminen kohotti palveluiden käyttäjien itsetuntoa sekä vähensi sosiaalisia pelkoja. Päivätoiminnassa käymisen nähtiin myös ehkäisevän yksinäisyyttä ja syrjäytymistä. Rothin tutkimuksessa Klubitalon jäsenten toinen toisilleen antama tuki auttoi heitä rakentamaan itseluottamusta ja itsetuntoa sekä lisäsi tunnetta voimaantumisesta. Toisilla Klubitalon jäsenillä sekä henkilökunnalla oli positiivinen vaikutus jäsenten mielialaan, ajatuksiin, omaan kuvaan ja käyttäytymiseen

(Roth 2007, 84, 86). Oinaalan tutkimuksen tulosten mukaan Jokkatuvan päivätoimintaan osallistumisen myötä asiakkaiden levottomuuden ja jännittämisen tunteet olivat vähentyneet (Oinaala 2002, 99).

Roth toi tutkimuksessaan esiin, miten Klubitalon jäsenet kuvasivat henkilökunnan ammattitaitoa. Hänen tutkimuksessaan haastateltavat kuvasivat henkilökuntaa hyvin koulutetuksi ja heidän koettiin edistävän positiivisesti jäsenten Klubitalo-kokemusta. Henkilökunnan jäsenten nähtiin olevan aidosti kiinnostuneita työstään sekä jäsenten hyvinvoinnista. (Roth 2007, 83.) Myös tässä opinnäytetyössä palveluiden käyttäjät kertoivat henkilökunnan jäsenten olevan ammattitaitoisia. Lisäksi heidän kuvailtiin olevan työnsä osaavia ja siihen omistautuneita. Palveluiden käyttäjät pitivät henkilökuntaa myös työssään eteenpäin pyrkivänä ja idearikkaana.

Palveluiden käyttäjät kuvailivat henkilökuntaa mukavaksi, ystävälliseksi ja positiiviseksi. Heitä pidettiin empaattisina ja avoimina. Henkilökunnan kuvauksissa tuotiin esiin myös erilaisia ohjaamiseen liittyviä taitoja. Palveluiden käyttäjät olivat tyytyväisiä erityisesti henkilökunnan kuuntelu- ja keskustelutaitoihin. Palveluiden käyttäjät kertoivat henkilökunnan kannustavan ja motivoivan heitä toimintaan. Lisäksi henkilökunta tuki ja neuvoi palveluiden käyttäjiä tarvittaessa. Muutamalla palveluiden käyttäjällä oli negatiivisia kokemuksia henkilökunnasta, kun henkilökunta oli nähty kiireisenä, etäisenä ja yhteistyöhaluttomana. Myös Rothin tutkimuksessa Klubitalon jäsenet pitivät henkilökuntaa mukavana, empaattisena ja positiivisena. Heidän kuvailtiin olevan positiivisia mentoreita, jotka tukevat ja kunnioittavat jäseniä sekä pitävät sanansa ja johtavat esimerkillään (Roth 2007, 83).

Laitilan tutkimuksen tulokset tukevat meidän opinnäytetyömme tuloksia. Hänen tutkimuksessaan mielenterveys- ja päihdehoitotyön palveluiden käyttäjät toivat esiin näkemyksiään asiakaslähtöisesti työskentelevästä ammattilaisesta. He odottivat työntekijällä olevan koulutuksensa ja kokemuksensa tuomaa osaamista ja ammattitaitoa. Palveluiden käyttäjät kuvasivat työntekijää aidosti asiakkaista välittäväksi sekä asiakkaiden asioista kiinnostuneeksi. Palveluiden käyttäjät kertoivat ammattilaisen empaattisen asennoitumisen näkyvän esimerkiksi tavassa, kuinka asiakkaita kohdellaan, miten heille puhutaan ja ollaanko tapaamisissa aidosti läsnä. (Laitila 2010, 107-108.)

Suuri osa palveluiden käyttäjistä kertoi olevansa tyytyväisiä päivätoimintaan. He olivat tyytyväisiä erityisesti työtehtävien vaihtuvuuteen sekä toiminnan monipuolisuuteen. Toiminnan vapaaehtoisuutta sekä henkilökunnan ja palveluiden käyttäjien yhdessä toimista pidettiin hyvinä asioina. Päivätoiminnan kehittämiseen liittyen tuotiin esiin merkittävimpänä kehittämiskohteena työtoiminnan kehittäminen. Työtehtäviä ja erilaisia ryhmiä toivottiin kehitettävän lisää. Työtehtävien toivottiin olevan yksilöllisempiä ja monipuolisempia. Palveluiden käyttäjät toivoivat enemmän myös luovuuteen liittyvää toimintaa. Päivätoiminnan ohella toivottiin järjestettävän lisää erilaisia retkiä, tapahtumia ja harrastustoimintaa.

Palveluiden käyttäjät toivoivat henkilökunnan huomioivan heitä yksilöllisemmin. Lisäksi palveluiden käyttäjien mielestä henkilökohtaista keskustelua ja ohjausta tulisi lisätä. Henkilökunnalla toivottiin olevan myös enemmän aikaa kuunnella palveluiden käyttäjiä sekä aktivoita heitä toimintoihin. Palveluiden käyttäjät toivoivat, että he voisivat toimia yhdessä henkilökunnan kanssa nykyistä enemmän. Isojoen ja Pöyryn tutkimuksissa saatiin vastaavia tuloksia. Molemmissa tutkimuksissa Klubitalon jäsenet toivoivat lisää ohjaajien ja jäsenten välisiä kahdenkeskisiä keskusteluhetkiä (Isojoki 2010, 57; Pöyry 2008, 62).

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

### 6.1 Eettisyys

Kaikissa tutkimuksen vaiheissa herää erilaisia eettisiä kysymyksiä. Tutkijoiden ammattietiikka sisältää tutkimusetiikan, joka muodostuu eettisistä periaatteista, arvoista ja hyveistä sekä normeista. Tutkijan tulee noudattaa ammattieettisiä periaatteita tutkimusta tehdessään ja harjoittaessaan omaa ammattiaan. Kohdatessaan ongelmia tutkimusta tehdessään tutkijan tulee etsiä tilanteisiin sopivat ratkaisut. Tutkija tarvitsee eettistä ajattelua eli kykyä pohtia mikä on oikein tai väärin tietyssä tilanteessa. Opinnäytetyön tekijät ovat vastuussa opinnäytetyön eettisyydestä koko opinnäytetyöprosessin ajan. Lisäksi heidän tulee noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä opinnäytetyötä tehdessään. Opinnäytetyötekijöiden tulee olla tuloksia tallentaessaan, esittäessään ja tutkimusta arvioidessaan huolellisia, rehellisiä ja tarkkoja. (Kuula 2006, 12, 21, 26, 34.)

Tutkimusaiheen valinta on tutkimusprosessin ensimmäinen eettinen ratkaisu. Aiheenvälissä pohditaan tutkimusaiheen merkitystä ja syytä miksi tutkimus toteutetaan. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 129; Kylmä & Juvakka 2007, 144.) Opinnäytetyöaiheitamme toivottiin Sopimusvuori oy:ssä, koska he halusivat kuulla palveluiden käyttäjien kokemuksia päivätoiminnasta. Kokemuksellista tietoa toivottiin lisää, joten opinnäytetyömme aihe on eettisesti perusteltu. Annoimme siis palveluiden käyttäjille mahdollisuuden tuoda esiin omia ajatuksiaan ja kokemuksiaan.

Toimimme tieteellistä käytäntöä ja vaatimuksia noudattaen opinnäytetyön suunnitelma vaiheessa. Opinnäytetyön suunnitelma oli laadukkaasti tehty ja ohjeita noudattaen (Tuomi & Sarajärvi 2009, 127). Haimme valmiille opinnäytetyön suunnitelmalle tutkimuslupaa työelämäyhteistyötaholta. Noudatimme siis lupamenettelyohjeita tässä vaiheessa. Opinnäytetyön suunnitelman valmistuttua haimme ohjausta ohjaavalta opettajalta opinnäytetyöprosessin eri vaiheissa.

Opinnäytetyön tiedon hankinnassa, tutkimuksessa ja arvioinnissa käytimme eettisesti kestäviä menetelmiä. Käytimme opinnäytetyössämme erilaisia tutkimuksia ja muita aiheeseen liittyviä lähteitä. Viittasimme niihin tekstissä tarkoituksenmukaisesti ja muut-

tamatta alkuperäisten tutkimusten asiasisältöjä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 127.) Opin- näytetyössä käyttämämme tutkimukset on koottu erilliseen taulukkoon (Liite 3).

Pidimme opinnäytetyössämme tärkeänä, että kyselyyn osallistuminen oli vapaaehtoista. Se on hyvän tutkimusetiikan mukaista ja vapaaehtoisuuden tulee olla ehdotonta (Kuula 2006, 87). Kävimme etukäteen tutustumassa päivätoimintayksiköihin. Kerroimme palveluiden käyttäjille tulevasta opinnäytetyöstä ja mahdollisuudesta osallistua kyselyyn vastaamiseen. Kyselyyn vastaamistilanteessa palveluiden käyttäjät saivat itse valita haluavatko osallistua tutkimukseen. Suostumus kyselyyn tapahtui suullisesti. Vastaamistilanne oli rauhallinen ja havaitsimme, etteivät palveluiden käyttäjät keskustelleet keskenään vastaamisen aikana. Tämän opinnäytetyön kannalta oli tärkeää, että vastaajat miettivät kokemuksiaan itsenäisesti.

Opinnäytetyötä tehdessä tulee huolehtia, että vastaajien anonymiteetti säilyy koko prosessin ajan. Kyselyyn vastaaminen suoritettiin nimettömänä. Heidän oli mahdollista keskeyttää vastaaminen kyselyyn milloin tahansa. Olimme läsnä vastaamistilanteessa ja palveluiden käyttäjien oli mahdollista kysyä meiltä kyselylomakkeeseen liittyviä kysymyksiä. Toisaalta pidimme hyvänä asiana, että olimme läsnä ja pystyimme rohkaisemaan epävarmoja vastaajia. Toisaalta läsnäolomme saattoi häiritä joitakin kyselyyn vastaajia. Aineistoa säilytettiin huolellisesti ja käsiteltiin luottamuksellisesti. (Kuula 2006, 87, 214–215.) Aineistomme oli laaja, joten pystyimme vapaasti käyttämään haluamiamme lainauksia. Lainaukset ovat suhteellisen lyhyitä eikä niitä ole mahdollista yhdistää tiettyyn vastaajaan. Saamamme aineisto hävitettiin opinnäytetyöprosessin lopuksi.

## **6.2 Luotettavuus**

Kvalitatiivisella tutkimusmenetelmällä tehtyä tutkimusta voidaan pitää luotettavana, kun tutkija on rehellinen tekemissään valinnoissa, teoissa ja ratkaisuissa (Vilkkä 2005, 158–159). Haimme opinnäytetyöllemme tutkimusluvan kirjallisesti ja huolehdimme palveluiden käyttäjien anonymiteetistä koko opinnäytetyöprosessin ajan. Laadullisessa tutkimuksessa tulee olla valmis siihen, että suunnitelmissa voidaan joutua joustamaan ja muuttamaan niitä tarvittaessa. Etukäteen ajateltu opinnäytetyömme aihe muuttui huomattavasti työelämäpalaverin aikana. Jo siinä vaiheessa tarvitsimme kykyä joustaa ja halua hyväksyä muutos. Opinnäytetyön suunnitelmasta on jo huomattavissa opinnäyte-

työn luotettavuus. Suunnitelmasta tulee erottua käytettävä tutkimusmenetelmä. Opinnäytetyön tarkoituksen ja tavoitteen mukaan perehdytään luotettavaan aiempaan tietoon. (Hirsjärvi ym. 2009, 164.)

Opinnäytetyön menetelmänä käytimme kvalitatiivista tutkimusotetta ja se oli selvää alusta alkaen. Laadullinen tutkimusmenetelmä mahdollisti mielestämme parhaiten palveluiden käyttäjien kokemusten kuvaamisen. Opinnäytetyön tarkoitus ja tehtävät muuttuivat prosessin alkuvaiheen aikana useampaan kertaan. Kvalitatiivisessa tutkimusmenetelmässä on myös tärkeää, että tutkija raportoi tarkasti tutkimuksen eri vaiheissa (Hirsjärvi ym. 2009, 232). Opinnäytetyömme raportista näkee jokaisen vaiheen tarkan ja totuudenmukaisen toteutuksen. Sisällönanalyysin eteneminen on kuvattu tarkasti raportissa. Sisällönanalyysin etenemisestä olemme tehneet taulukon, joka on liitetty opinnäytetyöhön (Liite 2).

Pidimme tärkeänä, että pystyimme käyttämään avointa kyselylomaketta kokemuksellista tietoa kerätessämme. Avoin kyselylomake mahdollisti useamman ihmisen kokemusten kysymisen, kun taas haastattelu olisi rajannut muutaman ihmisen kokemuksiin. Kyselyyn vastaaminen tapahtui palveluiden käyttäjille tutussa ympäristössä. Kyselyyn vastaajia ei valikoitu vaan halukkaat saivat osallistua kyselyyn. Uskomme, että kyselyn vapaaehtoisuus rajasi vastaajat motivoituneisiin ja niihin, jotka halusivat vaikuttaa päivätoimintaan. Olimme vastaamistilanteessa läsnä. Läsnäolomme mahdollisti palveluiden käyttäjien aktivoimisen ja rohkaisemisen vastaamiseen. Pystyimme vastaamistilanteessa vastaamaan myös palveluiden käyttäjien kysymyksiin. Kysymyksiin vastatesamme pyrimme siihen, etteivät vastauksemme johdatelleet palveluiden käyttäjiä kyselyyn vastaamisessa.

Yhtenä luotettavuuden kriteerinä voidaan pitää tutkijoiden objektiivisuutta prosessin eri vaiheissa (Tuomi & Sarajärvi 2009,136). Lisäksi on tärkeää, että tutkimuksen tekijät käyvät keskustelua aineistosta (Kylmä & Juvakka 2007, 128). Meillä ei ollut aiempaa kokemusta päivätoiminnasta, joten pidimme sitä hyvänä lähtökohtana opinnäytetyön tekemiselle. Pystyimme siis pohtimaan objektiivisesti aihettamme eri näkökulmista.

Tutkimustulosten tulee vastata sen tehtäviin, jotta tutkimusta voidaan pitää pätevänä ja yleistettävänä. Yleistettävyyteen kuuluu se, että tutkija vertailee tutkimustekstiään aiempiin tutkimuksiin. (Vilkkä 2005, 157.) Opinnäytetyömme tulokset vastaavat suoraan



opinnäytetyön tehtäviin. Olemme vertailleet aiempia tutkimuksia tuloksiimme tulosten tarkastelussa. Käytimme tässä opinäytetyössä mahdollisimman uusia ja luotettavia lähteitä. Kaikki käyttämämme tutkimukset ovat 2000-luvulta. Tutkimuksista suosimme erityisesti väitöskirjoja ja pro gradu -tutkielmia.

### **6.3 Jatkotutkimus- ja kehittämisehdotukset**

Opinnäytetyömme tuloksista erottuu selvästi päivätoiminnan merkitys palveluiden käyttäjien elämässä. Päivätoimintaan osallistuminen vaikuttaa palveluiden käyttäjien hyvinvointiin kokonaisvaltaisesti. Päivätoimintayksiköt mahdollistavat sosiaalisen kanssakäymisen ja sitä kautta rohkaistumisen ja ihmisenä kehittymisen. Päivätoimintayksiköt ovat ympäristöjä, joissa palveluiden käyttäjät voivat kokea kuuluvansa yhteisöön.

Palveluiden käyttäjien vastauksista nousi esiin asioita, joita Sopimusvuori ry:n päivätoimintayksiköissä voidaan pohtia jatkossa tarkemmin. Palveluiden käyttäjät toivat kehittämisehdotuksissa esiin asioita, joihin olivat erityisen tyytyväisiä päivätoiminnassa. Niiden asioiden jatkuvuus voidaan varmistaa päivätoimintayksiköissä myös jatkossa. Toisaalta tämän opinnäytetyön tulosten avulla päivätoimintayksiköissä voidaan myös kiinnittää tarkemmin huomioita asioihin, joita palveluiden käyttäjät toivoivat kehitettävän lisää tai joihin he eivät olleet tyytyväisiä.

Tämän opinnäytetyön tulokset olisivat palvelleet paremmin erikseen jokaista neljää päivätoimintayksikköä, jos tulokset olisi eritelty yksiköittäin, esimerkiksi yksikkö a, b, c ja d. Jatkossa voisi tehdä tutkimuksen, jossa eriteltäisiin tulokset yksikköjen mukaan, jolloin ne saisivat yksikkökohtaista tietoa ja kehittämisehdotuksia. Tämän opinnäytetyön kannalta oli parempi, ettei yksikköjä eritelty tuloksissa, koska silloin vastaukset eivät olisi pysyneet anonymeinä. Saimme eräästä päivätoimintayksiköstä selvästi vähemmän vastauksia kyselyyn kuin muista, joten tässä opinnäytetyössä oli tärkeää käsitellä kaikki vastaukset yhdessä yksityisyyden suojaamiseksi.

Jatkotutkimuksena olisi hyödyllistä tehdä opinnäytetyöllemme rinnakkainen tutkimus. Rinnakkaisen tutkimuksen tarkoitus olisi selvittää päivätoimintayksiköiden henkilökunnan näkemyksiä päivätoiminnan merkityksestä palveluiden käyttäjille. Sen tekeminen

olisi merkittävää myös päivätoimintayksiköiden kehittämisen kannalta. Rinnakkaisen tutkimuksen myötä saataisiin tämän opinnäytetyön tuloksia täydentävää tietoa.

## LÄHTEET

- Aaltola, J. & Valli, R. 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Beresford, P. & Salo, M. 2008. Kokemuksen muodonmuutos. Kohti palveluiden käyttäjien omaa tutkimustoimintaa. Helsinki: Mielenterveyden keskusliitto.
- Etene, Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta 2009. Mielenterveysetiikka – sinulla ja minulla on moraalinen vastuu. ETENE-julkaisuja 25. [http://www.etene.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=17132&name=DLFE-522.pdf](http://www.etene.fi/c/document_library/get_file?folderId=17132&name=DLFE-522.pdf).
- Etene, Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta 2011. Sosiaali- ja terveysalan eettinen perusta. ETENE-julkaisuja 32. [http://www.etene.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=63023&name=DLFE-2903.pdf](http://www.etene.fi/c/document_library/get_file?folderId=63023&name=DLFE-2903.pdf).
- Forss, P. & Vatula-Pimiä, M-L. 2007. Sosiaalinen turva ja hyvinvointi. Helsinki: Edita.
- Haho, A. 2013. Asiakkaan eettinen kohtaaminen. Viesti 3, 5.
- Harjajärvi, M., Kairi, T., Kuusterä, K. & Miettinen, S. 2009. Toimivatko kehitysvammaisten ja mielenterveyskuntoutujien asumispalvelut? Näkemyksiä palvelujen käyttäjiltä ja niiden järjestäjiltä. Kehitysvammaliiton selvityksiä 3. Helsinki.
- Herman, S. Onaga, E. Pernice-Duca, F. Oh, S. & Ferguson, C. 2005. Sense of Community in Clubhouse Programs: Member and Staff Concepts. *American Journal of Community Psychology*, 36, 343-356.
- Hietaharju, P. & Nuutila, M. 2010. Käytännön mielenterveystyö. Helsinki: Tammi.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2010. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Härkäpää, K. & Järvikoski, A. 2011. Kuntoutuksen perusteet. Helsinki: WSOY.
- Isojoki, V-M. 2010. ”Mulla on ihan niinku ikävä tänne” – Klubitalo osallisuuden mahdollistajana. Sosiaalitieteiden laitos. Helsingin yliopisto. Lisensiaatintutkimus.
- Kettunen, R., Kähäri-Wiik, K., Vuori-Kemilä, A. & Ihalainen, J. 2009. Kuntoutumisen mahdollisuudet. Helsinki: WSOY.
- Kiviniemi, L., Läksy, M-L., Matinlauri, T., Nevalainen, K., Ruotsalainen, K., Seppänen, U-M. & Vuokila-Oikonen, P. 2007. Minä mielenterveystyön tekijänä. Helsinki: Edita.
- Koskisuu, J. 2004. Eri teitä perille. Mitä mielenterveyskuntoutus on? Helsinki: Edita Prima Oy.
- Koskisuu, J. 2003. Oman elämänsä puolesta. Mielenterveyskuntoutujan työkirja.2.painos. Helsinki: Edita Prima Oy.

- Kuhanen, C., Oittinen, P., Kanerva, A., Seuri, T. & Schubert, C. 2010. Mielenterveys-hoitotyö. Helsinki: WSOY.
- Kurkela, R. 2009. Tilastollinen tiedonkeruu. Virsta – virtual statistics. Tilastokeskus. Luettu 26.4.2013. <http://tilastokeskus.fi/virsta/tkeruu/>.
- Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.
- Kylmä, J. & Juvakka, T. 2007. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Laitila, M. 2010. Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdehoitotyössä. Fenomenografinen lähestymistapa. Terveystieteiden tiedekunta. Itä-Suomen yliopisto. Väitöskirja.
- Lax, V. 2006. Päivätoiminnan merkitys mielenterveyskuntoutujalle. Diakoninen sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan koulutusohjelma. Sosionomi AMK. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.
- Lääti, S. 2013. Sosiaalinen hyvinvointi mielenterveyskuntoutujan elämässä. Tutkimus sosiaalisen hyvinvoinnin merkityksistä nuorempien ja varttuneiden mielenterveyskuntoutujien keskuudessa. Helsingin yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta. Sosiaalityö. Pro gradu –tutkielma.
- Martti, S. Rostila, I. & Suikkanen, A. 2003. Päivä kerrallaan ihmisenä ihmiselle – Päivä- ja työtoiminnan hyviä käytäntöjä ja kehittämistarpeita. RAY:n avustustoiminnan raportteja 6.
- Mattila, E. 2002. Miten ohjata mielen kuntoutujaa? Yksityinen mielenterveystyön hoitotai palvelukoti kehittyvänä pienyhteisönä. Helsingin yliopiston kasvatustieteen laitoksen tutkimuksia 179.
- Mattila, K-P. 2007. Arvostava kohtaaminen. Arjessa, auttamistyössä ja työyhteisössä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- McCloughen, A. Gillies, D. & O'Brien, L. 2011. Collaboration between mental health consumers and nurses: Shared understandings, dissimilar experiences. *International Journal of Mental Health Nursing*, 20, 47-55.
- Mielenterveyslaki 14.12.1990/1116.  
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1990/19901116#L1P4>.
- Mäkelä, A., Ruokonen, T. & Tuomikoski, M. 2001. Hoitosuhdetyöskentely. Helsinki: Tammi.
- Niemelä, T. 2013. Mielenterveyskuntoutujien päivätoiminta. Asiakkaiden ja ohjaajan kokemuksia päivätoiminnasta. Sosiaalialan koulutusohjelma. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.
- Nordling, E. 2007. Ruvettiin pitämään ihmisenä. Vastuutasojärjestelmässä kuntoutettujen skitsofreniapotilaiden kuntoutumisreitit, hoitopalveluiden käyttö ja psykososiaalinen hyvinvointi. Tampereen yliopisto. Psykologian laitos. Akateeminen väitöskirja.

- Norman, C. 2006. The Fountain House movement, an alternative rehabilitation model for people with mental health problems, members' descriptions of what works. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 20, 184–192.
- Oinaala, S. 2002. Jokkatupa – Mielenterveyskuntoutujien päivätoimintakeskus - Kokeimuksia psykiatrisesta päivätoiminnasta Rovaniemellä. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Lapin yliopisto. Pro gradu.
- Pihlaja, K. 2008. ”Joka päivä ittesä kuntouttaminen on kova työ”. Etnografinen tutkimus mielenterveyskuntoutujan arjessa oppimisesta. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden laitos / Erityispedagogiikan yksikkö. Pro gradu -tutkielma.
- Pöyry, V. 2008. Helsingin Klubitalon toiminnan arviointi – jäsenten näkökulmasta. Sosiaalialan koulutusohjelma. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Diak Etelä, Helsinki. Opin näytetyö.
- Romakkaniemi, M. 2011. Masennus. Tutkimus kuntoutumisen kertomusten rakentumisesta. Lapin yliopisto. Yhteiskuntateiden tiedekunta. Akateeminen väitöskirja.
- Romakkaniemi, M. & Väyrynen, S. 2011. Päihde- ja mielenterveyskuntoutujien kokeimuksia psykososiaalisesta kuntoutuksesta. Teoksessa Järvikoski, A., Lindh, J. & Suikkanen, A. (toim.) Kuntoutus muutoksessa. Rovaniemi: LUP Lapin yliopistokustannus, 135-149.
- Roth, G. 2007. The Clubhouse experience. The Degree of Doctor of Philosophy. The Pennsylvania State University. A Thesis in Counselor Education.
- Ruokola, E. & Väyrynen, I. 2011. ”Samassa veneessä ollaan”. LinnaKlubin jäsenten teemahaastattelu. Hoitotyön koulutusohjelma. Mikkelin ammattikorkeakoulu. Opin näytetyö.
- Salenius, P. 2009. Mielenterveyskuntoutujien Klubitalo. Kuntoutujien osallisuuden kokemukset, vertaistuki ja identiteetin muotoutuminen klubitaloyhteisössä. Jyväskylän yliopisto. Kokkolan yliopistokeskus Chydenius. Sosiaalityön pro gradu -tutkielma.
- Sarvimäki, A. & Stenbock-Hult, B. 2009. Hoitotyön etiikka. Helsinki: Edita Prima.
- Sopimusvuori oy 2013. Aikuisten päiväkuntoutus. Luettu 3.5.2013.  
[http://www.sopimusvuori.fi/yksikot.php#Aikuisten päiväkuntoutus \(mt.\)](http://www.sopimusvuori.fi/yksikot.php#Aikuisten_päiväkuntoutus_(mt.))
- Sopimusvuori oy 2012. Sopimusvuori ry Strategia 2013-2020.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2001. Sosiaali- ja terveydenhuollon tavoite- ja toimintaohjelman (TATO) mielenterveyden valmistelu- ja seurantaryhmä. Mielenterveyspalveluiden laatusuositus. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2001:9.  
<http://pre20031103.stm.fi/suomi/pao/julkaisut/mielenterv/laatusuositus.pdf>.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2009. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma. Mieli 2009 – työryhmän ehdotukset mielenterveys- ja päihdetyön kehittämiseksi vuoteen 2015. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2009:3.

Suomen Klubitalot ry 2014. Klubitalojen historiaa. Luettu 2.2.2014.  
[http://www.suomenklubitalot.fi/?page\\_id=48](http://www.suomenklubitalot.fi/?page_id=48)

Suomen mielenterveysseura 2013. Mielenterveyspalvelut. Avohoito. Luettu 3.5.2013.  
<http://www.e-mielenterveys.fi/apua-mielenterveyden-ongelmiin/mielenterveyspalvelut/>

Suomen sairaanhoitajaliitto ry 1996. Sairaanhoitajan eettiset ohjeet. Hyväksytty 28.9.1996.  
[http://www.sairaanhoitajaliitto.fi/sairaanhoitajan\\_ty\\_ ja\\_hoitoty\\_ on/sairaanhoitajan\\_ty\\_ on/sairaanhoitajan\\_eettiset\\_ohjeet/](http://www.sairaanhoitajaliitto.fi/sairaanhoitajan_ty_ ja_hoitoty_ on/sairaanhoitajan_ty_ on/sairaanhoitajan_eettiset_ohjeet/).

Syrjäpalo, K. 2006. Arvot ja arvostukset psykiatrisessa hoidossa. Henkilökunnan ja potilaiden näkemyksiä hoidon nykytilasta. Oulun yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta. Psykiatrian klinikka. Akateeminen Väitöskirja.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Tammi: Helsinki.

Vilkkä, H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

Vilppola, M. 2012. Sateenkaaritalon päivätoiminnasta saadun avun merkitys mielenterveyskuntoutujille. Hoitotyön koulutusohjelma. Vaasan ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.

Virtanen, H. 2011. "Elämä vihertää ja paistetta kukille"; Puutarha- ja vihertyöskentelyn vaikutuksen mielenterveyskuntoutujien koettuun elämänlaatuun heidän itsensä, ohjaajien ja hoitajien kuvaamana. Tampereen yliopisto. Psykologian laitos. Pro gradu - tutkielma.

Vuorinen, M. 2008. Keski-Uudenmaan Klubitalon vaikutuksia psykososiaaliseen toimintakykyyn. Sosiaalialan koulutusohjelma. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia. Opinnäytetyö.

Winship, G. 2010. Implementation of Clubhouse Model programme: perception of mental health nurses. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 17, 750–753.

**LIITTEET**

Liite 1. Avoin kyselylomake

**KYSELYLOMAKE**

Sukupuoli \_\_\_\_\_ Ikä \_\_\_\_\_

**1. Miksi käyt päivätöinnässä?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**2. Kuinka kauan olet käynyt päivätöinnässä? Kuinka usein käyt päivätöinnässä?**

---

---

**3. Millaisia odotuksia sinulla oli ennen kuin aloitit päivätöinnässä käymisen? Onko päivätöiminta vastannut odotuksiasi?**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**4. Kuvaile tähän kokemuksiisi päivätoiminnasta.**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**5. Miten päivätoiminta vaikuttaa mielenterveyteesi ja hyvinvointiisi?**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**6. Miten haluaisit kehittää päivätoimintaa?**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**7. Millaista osaamista päivätoiminnan henkilökunnalla tulisi mielestäsi olla?**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**8. Millä sanoilla kuvailisit henkilökuntaa?**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Kiitos vastauksistasi!** Kiittäen, Saija & Heidi

## Liite 2. Sisällönanalyysin eteneminen

Taulukko 2. Palveluiden käyttäjien kokemukset päivätoiminnasta

1(9)

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Yhdistävä luokka
Päiväjärjestyksen ja oikean rytmin saaminen Arjessa mukana pysyminen Rutiinien muodostuminen Säännöllisen rytmin muodostuminen Sisältöä päiviin Syy lähteä kotoa Paikka jonne mennä Antaa tarkoituksen päiviin Arki- ja pyhä aikojen erottuminen	Elämän sisällön lisääntyminen	Kokemukset päivätoiminnasta	Palveluiden käyttäjien kokemukset Sopimusvuori ry:n päivätoiminnasta
Muiden ihmisten näkeminen Kavereiden tapaaminen Ihmisiin tutustuminen Ystävyysuhteiden muodostuminen Ystävyysuhteiden ylläpitäminen Sosiaalisten taitojen ylläpitäminen Sosiaalisten tilanteiden kohtaaminen Keskusteleminen	Sosiaaliset suhteet		
Vertaistuen saaminen Vertaistuen antaminen Vertaisten tapaaminen Samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten tapaaminen	Vertaistuki		

Jatkuu

## Liite 2. Sisällönanalyysin eteneminen

2(9)

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Yhdistävä luokka
Itsensä toteuttaminen Töiden vaihtelevuus ja monipuolisuus Mattojen kutominen Työtehtävien tekeminen Työryhmissä toimiminen Toiminnallisuus Virikkeellisyys Töiden mielekkyys ja tuottavuus Käsillä tekeminen Uusien harrastusten löytäminen Vapaaehtoisuus Yhdessä toimiminen Toiminnan haasteellisuus Toiminta antaa muuta ajateltavaa Erilaiset retket ja tapahtumat Toiminnan joustavuus	Toiminnallisuus	Kokemukset päivätoiminnasta	Palveluiden käyttäjien kokemukset Sopimusvuori ry:n päivätoiminnasta
Pitkäjänteisyyden ja tarkkuuden kehittyminen Työpaikan saaminen Opiskelupaikan saaminen Uusien taitojen ja asioiden oppiminen Muistin testaaminen	Oppiminen		

Jatkuu

## Liite 2. Sisällönanalyysin eteneminen

3(9)

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Yhdistävä luokka
Pahan olon helpottuminen Unen laadun paraneminen Toimintakyvyn ylläpitäminen Arjessa jaksaminen Terveenä pysyminen Työkyvyn ylläpitäminen Virkistyminen Tukee jaksamista Sairauden kanssa pärjääminen Elämän hallinnassa pysyminen Stressin väheneminen Psykkisen terveyden ylläpitäminen Mielenterveys pysyy hallinnassa Edistää mielenterveyttä Mielialan koholla pysyminen Auttaa unohtamaan sairauden tuomat murheet	Psykkisen ja fyysisen hyvinvoinnin ylläpitäminen ja edistäminen	Kokemukset päivätoiminnasta	Palveluiden käyttäjien kokemukset Sopimusvuori ry:n päivätoiminnasta
Yksinäisyyden ehkäiseminen Syrjäytymisen ehkäiseminen Sosiaalinen hyväksyntä Aktiivisuus Sosiaalisten pelkojen väheneminen Jännitysoireiden väheneminen Passivoitumisen ehkäiseminen Itseluottamuksen lisääntyminen Itsetunnon koheneminen	Sosiaalisen hyvinvoinnin ylläpitäminen ja edistäminen		

Jatkuu

## Liite 2. Sisällönanalyysin eteneminen

4(9)

<b>Pelkistetty ilmaus</b>	<b>Alaluokka</b>	<b>Yläluokka</b>	<b>Yhdistävä luokka</b>
Kuntoutumisessa etene- minen Työelämään siirtyminen Opiskelupaikan saaminen Henkilökohtainen kun- toutumissuunnitelma Elämässä eteenpäin pää- seminen	Kuntoutuminen	Kokemukset päivätoiminnasta	Palveluiden käyttäjien kokemukset Sopimusvuori ry:n päivätoiminnasta
Avun ja neuvojen saami- nen Ymmärretyksi tuleminen Yhteisöön kuuluminen Tuen saaminen ongelmiin Ohjaajilta saatu tuki Henkilökohtaisen ohjauk- sen saaminen Eteenpäin kannustaminen Terapian saaminen Turvallisuudentunne Positiivisen palautteen saaminen Huolenpito ja välittämi- nen Avoimuus Vapaa-ajan viettäminen yhdessä	Yhteisön ja ohjaaji- en tuki		
Ahdistuksen lisääntymi- nen Väenpaljous Huonokuntoiset jäsenet Ympäristön hälinä Keskustelujen sisältö mielenkiinnostonta	Hyvinvoinnin vä- heneminen		

Jatkuu

## Liite 2. Sisällönanalyysin eteneminen

5(9)

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Yhdistävä luokka
<p>Monipuolisemmat työtehtävät</p> <p>Enemmän erilaista ryhmätoimintaa</p> <p>Liukuva työaika</p> <p>Työtehtävien laatiminen yksilöllisesti</p> <p>Työpalkkiot suuremmat</p> <p>Lisää musiikkitoimintaa</p> <p>Luovien toimintojen kehittäminen</p> <p>Kulttuuripainotteista toimintaa</p> <p>Runon luentaa</p> <p>Tehokkaampi tiedottaminen</p> <p>Mainosvideoiden tekeminen</p> <p>Lepomahdollisuuksien lisääminen</p> <p>Hengellisen ryhmän kokoontuminen</p> <p>Levyraati aamuryhmään</p> <p>Toiminnan painottuminen liikaa ruoanlaittoon</p>	Päivittäinen toiminta	Päivätoiminnan kehittäminen	Palveluiden käyttäjien kokemukset Sopimusvuori ry:n päivätoiminnasta
<p>Enemmän retkiä ja tapahtumia</p> <p>Vapaa-ajan toimintaa enemmän</p> <p>Harrastus- ja kurssitoiminnan lisääminen</p> <p>Virkistyspäivien toteuttaminen</p> <p>Kylpylässä ja keilaamassa käyminen</p>	Muu toiminta		
<p>Perehdytysjakson lyhentäminen ja tiivistäminen</p> <p>Perehdytysjakson tietosisällön lisääminen</p> <p>Jäseneksi tulemisen helpottaminen</p>	Jäseneksi tuleminen		

Jatkuu

## Liite 2. Sisällönanalyysin eteneminen

6(9)

<b>Pelkistetty ilmaus</b>	<b>Alaluokka</b>	<b>Yläluokka</b>	<b>Yhdistävä luokka</b>
Lounasajan muuttaminen tuntia aikaisemmin Tupakkapaikkojen lisääminen Turvallisuuden huomioiminen esim. portaissa kulkeminen	Muut kehittämissuositukset	Päivätoiminnan kehittäminen	Palveluiden käyttäjien kokemukset Sopimusvuori ry:n päivätoiminnasta
Henkilökunnan kanssa yhdessä toimiminen Henkilökunnan lisääminen Palveluiden käyttäjien yksilöllinen huomioiminen Nuorempaa henkilökuntaa Palveluiden käyttäjien aktivoiminen toimintoihin Henkilökohtaisten keskustelujen mahdollistaminen Palveluiden käyttäjien kuunteleminen Henkilökohtaisen ohjauksen lisääminen Palveluiden käyttäjien tasa-arvoinen kohtelu	Henkilökunta		
Työtehtävien vaihtuvuus Vapaaehtoisuus Toiminnan kehittämisessä mukana oleminen Työnjaon kehittyminen Aamukokous sopivan pituinen Toiminta laajaa ja monipuolista Henkilökunnan ja jäsenten yhdessä toimiminen	Tyytyväisyys päivätoimintaan		

Jatkuu

## Liite 2. Sisällönanalyysin eteneminen

7(9)

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Yhdistävä luokka
Ammattitaitoinen Asiantunteva Pätevä Oppinut Fiksu Sivistynyt Osaava Asiallinen Moniammatillinen Hyvä yhteishenki Sitoutunut Asiansa osaava Työhönsä paneutunut Eteenpäin pyrkivä Aktiivinen Yritteliäs Osallistuva Omistautuva Idearikas Pitkäjänteinen	Ammatillinen osaaminen	Henkilökunnan ammattitaidon kuvaaminen	Palveluiden käyttäjien kokemukset Sopimusvuori ry:n päivätoiminnasta
Neuvominen Kannustaminen Motivoiminen Auttaminen Tukeminen Kuunteleminen Keskusteleminen Riittävän jäməköitä oh- jaamaan Hyviä ohjaajia Kuntoutuksen tukeminen Oppaana oleminen Joustaminen Yhteistyökyky Yhteistyöhalu Koordinointikyky	Ohjaustaidot		

Jatkuu



## Liite 2. Sisällönanalyysin eteneminen

8(9)

<b>Pelkistetty ilmaus</b>	<b>Alaluokka</b>	<b>Yläluokka</b>	<b>Yhdistävä luokka</b>
Empaattinen Ystävällinen Sydämellinen Iloinen Reipas Ahkera Rento Hauska Puhelias Pirteä Positiivinen Mukava Miellyttävä Hyväsydäminen Hyväntuulinen Myönteinen Motivoitunut Tarkka Kärsivällinen Läsnä oleva Huolehtiva Upea Aito Rakas Mahtava Täydellinen Asiallinen Ennakkoluuloton Ymmärtävä Avoin Helposti lähestyttäviä Sanansa mittainen Tilaa antava	Henkilökunnan ominaispiirteet	Henkilökunnan ammattitaidon kuvaaminen	Palveluiden käyttäjien kokemukset Sopimusvuori ry:n päivätoiminnasta

Jatkuu

## Liite 2. Sisällönanalyysin eteneminen

9(9)

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Yhdistävä luokka
Henkilökunnan puuttuminen yksityiselämään Henkilökunta on kiireistä Henkilökunnan varautuneisuus Henkilökunta tuntuu etäiseltä Henkilökunta on uppoutunut johtamaan Henkilökunnan yhteistyöhaluttomuus	Negatiiviset kokemukset	Henkilökunnan ammattitaidon kuvaaminen	Palveluiden käyttäjien kokemukset Sopimusvuori Ry:n t päivätöinnistä

## Liite 3. Opinnäytetyössä käytetyt tutkimukset

1(9)

Taulukko 3. Tutkimustaulukko

Tutkimus	Tarkoitus	Menetelmä	Keskeiset tulokset
Herman, S. Onaga, E. Pernice-Duca, F. Oh, S. & Ferguson, C.  2005  Sense of Community in Clubhouse Programs: Member and Staff Concepts.  Michigan state University	Tarkoituksena oli ymmärtää elementtejä jotka vaikuttavat psykologiseen tunteeseen yhteisöstä tarkoituksellisesti luodussa yhteisössä, ihmisten jotka ovat osa klubitaloa – jäsenten ja henkilökunnan näkökulmasta. Erityisesti, kuinka psykososiaaliseen mielenterveysohjelmaan kuuluvat yksilöt määrittelevät yhteisön ja heidän käsityksen johonkin kuulumisesta.	Käsittekartoitus  Käsittekartoitustilanne: Aivorihi, arviointi ja jaottelu  Jäsenet N= 18 Henkilökunta N=18  SPSS Moniulotteinen asteikko analyysi	Jäsenten käsitteet: Kuntoutuminen, sosiaaliset yhteydet, jäsenyys sekä tehtävät ja roolit. Jäsenten näkemys yhteisöllisyyden tunteesta keskittyi kuntoutumiseen ja ohjelman sosiaaliseen luonteeseen. Henkilökunnan käsitteet: Hyväksyntä ja tuki jäsenille, jaetut kokemukset, klubitalon organisaatio sekä tehtävät ja roolit. Henkilökunnan näkemys yhteisöllisyyden tunteesta heijastui vahvasti heidän koulutuksesta klubitalon periaatteisiin.
Isojoki, V-M.  2010  ”Mulla on ihan niinku ikävä tänne” – Klubitalo osallisuuden mahdollistajana.  Helsingin yliopisto Lisensiaatintutkimus	Tarkoituksena oli selvittää, mitä Klubitalo merkitsee jäsenille, mitä klubitalopäivän arjessa tapahtuu ja näin tuoda jäsenten ääntä kuuluviin.	Etnografinen tutkimusmenetelmä  Osallistuva havainnointi  Haastattelut Jäsenet N=4 Ohjaaja N=1	Toisille jäsenille Klubitalo on pysyvämpi arkielämän yhteisö, toisille taas irtautumisväylä tai siirtymävaihe entistä itsenäisempään elämään. Toimintaan osallistuminen tarjosi mielekästä tekemistä, tukea säännölliseen päivärytmiin ja itsearvostuksen vahvistumista.
Laitila, M.  2010  Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdehoitotyössä. Fenomenografinen lähestymistapa.  Itä-Suomen yliopisto	Tutkimuksen tavoitteena oli kuvata asiakkaan osallisuutta ja asiakaslähteisyyttä mielenterveys- ja päihdetyön asiakkaiden ja työntekijöiden näkökulmasta. Tavoitteena on tuotetun tiedon avulla kehittää mielenterveys- ja päihdetyötä tu-	Fenomenografinen tutkimusmenetelmä  Avoimet haastattelut Asiakkaat N= 27 Työntekijät N=11  Analyysi: sovellettu fenomenografinen lähestymistapa	Asiakkaan osallisuus tarkoitti palveluiden käyttäjien asiantuntijuuden hyväksymistä, huomioimista ja hyödyntämistä. Tutkimukseen osallistuneiden mukaan asiakaslähteisyyttä mielenterveys- ja päihdetyössä tarkoitti laajasti työntekijöiden tapaa tehdä työtä tai suppeasti tapaa, jolla työskentelyn tavoitteet

Jatkuu

Väitöskirja	kemalla palveluiden käyttäjien osallisuutta.		asetetaan.
Lax, V. 2006 Päivätoiminnan merkitys mielenterveyskuntoutujalle Diakonia-ammattikorkeakoulu Opinnäytetyö	Tarkoituksena oli selvittää, millainen merkitys päivätoiminnalla on mielenterveyskuntoutujalle. Miten mielenterveyskuntoutuja kokee päivätoimintaan osallistumisen vaikuttaneen omaan kuntoutumiseensa ja miten päivätoimintaa tulisi kehittää mielenterveyskuntoutujan mieles-	Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä Teemahaastattelut N=12 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi	Päivätoiminta käyntipaikkana mahdollisti mielenterveyskuntoutujalle kokemuksen vertaistuesta, yhteishengestä sekä osallisuudesta. Ohjaajilta mielenterveyskuntoutajat toivoivat enemmän yksilöllistä huomiointia
Lähti, S. 2013 Sosiaalinen hyvinvointi mielenterveyskuntoutujan elämässä. Tutkimus sosiaalisen hyvinvoinnin merkityksistä nuorempien ja varttuneiden mielenterveyskuntoutujien keskuudessa. Helsingin yliopisto Pro Gradu	Tarkoituksena oli selvittää, mistä mielenterveyskuntoutujan sosiaalinen hyvinvointi rakentuu, miten sosiaalinen hyvinvointi määrittyy/ merkityksellistyy eri-ikäisillä mielenterveyskuntoutujilla sekä tuetaanko yhteiskunnassa mielenterveyskuntoutujien ihmisarvoa ja täysivertaista yhteiskunnan jäsenyyttä.	Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä Teemahaastattelut N=23 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi	Mielenterveyskuntoutujien sosiaalinen hyvinvointi rakentuu elämän sisällöstä, ihmissuhteista sekä oman tarpeellisuuden ja hyödyllisyyden kokemuksesta. Nykyiseen palvelujärjestelmään ollaan suhteellisen tyytyväisiä, mutta omaan osallisuuteen ja osallistumisen mahdollisuuksiin kaivataan lisää tukea sekä ollaan huolissaan palveluiden säilyvyydestä tulevaisuudessa.
Mattila, E. 2002 Miten ohjata mielen kuntoutujaa? Yksityinen mielenterveystyön hoitotai palvelukoti kehittyvänä pienyhteisönä Helsingin yliopiston kasvatustieteen	Tarkoituksena oli selvittää, millaista mielen kuntoutujan ohjaus on yksityisissä mielenterveystyön hoito- ja palvelukodeissa Suomessa.	Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä Fenomenologinen tutkimus Osallistuva havainnointi Asukkaiden ja työntekijöiden haastattelut Fenomenografinen tulkitseva analyysi menetelmä	Omahoitaja ohjasi toiminnallisuuteen ja vastuulliseen omaan hoitoon osallistumiseen. Potilaiden itsehoitokykyisyyttä edisti ohjauksen inhimillisyys ja hoitajien kiireettömyys, potilaan kohtaaminen yksilönä ja hoitoyksikön turvallinen ja hoitajien kanssa keskustelun

laitoksen tutkimuksia 179			mahdollistava ilmapiiri. Yksilöllisiä ja henkilökohtaista ohjauskeskusteluja kaivattiin
McCloughen, A. Gillies., D. & O'Brien, L. 2011 Collaboration between mental health consumers and nurses: Shared understandings,  dissimilar experiences  University of Sydney	Tarkoituksena oli selvittää jakavatko psykiatriset sairaanhoitajat ja asiakkaat yhteisiä näkemyksiä, asenteita, arvoja ja kokemuksia hoitaja-asiakas yhteistyöstä.	Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä  Haastattelut N=13 ja 13  Kysely Hoitajat N=34 Asiakkaat N=18  Sisällönanalyysi SPSS	Molemmipuolinen, toisen osaamisen ja asiantuntemuksen huomiointi oli olennaista onnistuneelle yhteistyösuhteelle. Hoitajat ja asiakkaat olivat samaa mieltä, että yhteistyö vaati halua olla kiinnostunut, itsevarma ja taitava; toisaalta he myös huomasivat, että asiakkaat tarvitsivat enemmän informaatiota ja tukea toimiakseen yhteistyössä hoitajien kanssa.
Niemelä, T. 2013 Mielenterveyskuntoutujien päivätoiminta. Asiakkaiden ja ohjaajan kokemuksia päivätoiminnasta.  Seinäjoen ammattikorkeakoulu  Opinnäytetyö	Tarkoituksena oli tutkia sitä, minkälainen merkitys mielenterveyskuntoutujien päivätoiminnalla on asiakkailleen.  Tarkoituksena oli tutkia myös päivätoimintakeskuksen toiminnan mielekkyyttä asiakkailleen sekä kartoittaa mahdollisia kehittämistä vaativia asioita.	Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä  Teemahaastattelut Asiakkaat N=7 Ohjaaja N=1  Teemoitteleva analyysi	Tutkimustulosten mukaan päivätoiminta on erittäin merkityksellistä asiakkailleen. Kaikki asiakkaat korostivat toiminnan positiivista merkitystä. Tärkeimmät merkitystä luovat asiat olivat se, ettei tarvinnut jäädä yksin kotiin sekä ystävien viikoittainen näkeminen ja muut sosiaaliset kontaktit joita päivätoiminnasta sai. Tutkimuksessa ilmeni myös muutamia toiminnan kehittämisehdotuksia. Asiakkaat halusivat päivätoimintaan enemmän aktiviteetteja, mutta nykyisistä aktiviteeteista ei tarvitsisi vähentää tai muuttaa juurikaan mitään.

<p>Nordling, E. 2007</p> <p>Ruvettiin pitämään ihmisenä. Vastuutasojärjestelmässä kuntoutettujen skitsofreniapotilaiden kuntoutumista, hoito ja kuntoutuspalveluiden käyttöä ja kuntoutumisreittejä.</p> <p>Tampereen yliopisto</p> <p>Väitöskirja</p>	<p>Tarkoituksena oli selvittää Seinäjoen keskussairaalan osasto T9:n vastuutasojärjestelmässä hoidettujen skitsofreniapotilaiden kuntoutumista, hoito ja kuntoutuspalveluiden käyttöä ja kuntoutumisreittejä.</p>	<p>Kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä</p> <p>Haastattelut, Tausta- ja seuranta-tietoja, osallistujina N=126 potilasta</p> <p>Analyysimenetelmänä Macintosh-tietokoneelle tarkoitettu SatView Graphics ohjelmisto.</p>	<p>Luokittelussa saatiin kuusi kuntoutumisreittiä. Vastuutasojärjestelmässä menestymiseen vaikutti potilaan motivoituminen ja sosiaalinen käyttäytyminen.</p>
<p>Norman, C. 2006</p> <p>The Fountain House movement, an alternative rehabilitation model for people with mental health problems, members' descriptions of what works.</p> <p>University of Sydney</p>	<p>Tarkoituksena oli tarjota yleiskuva klubitalo mallista ja sen mahdollisuuksista auttaa ihmisiä joilla on vakava mielisairaus.</p>	<p>Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä</p> <p>Näyte kuvaus ja kirjallisuuskatsaus</p>	<p>Klubitalon vahvuuksia ovat sen mahdollisuus tarjota turvallinen ympäristö, supportiiviset ihmissuhteet ja tuetut työllistymisaktiviteetit. Jäsenten itseluottamus, hyväksyntä, voimaantumisen ja toivo lisääntyvät vertaisten kanssa. Kritiikkiin kuuluu kyvyttömyys tarjota psykiatrian klinikoita paikanpäällä ja riski edistää riippuvuutta palveluista.</p>
<p>Oinaala, S. 2002</p> <p>Jokkatupa - Mielenterveyskuntoutujien päivätoimintakeskus - Kokemuksia psykiatriasta päivätoiminnasta Rovaniemellä.</p> <p>Lapin yliopisto</p> <p>Pro gradu</p>	<p>Tarkoituksena oli selvittää Jokkatuvan toiminnan tarkoitusta sekä niitä mahdollisia vaikutuksia, mitä toimintaan osallistumisella on ollut asiakkaiden elämään.</p>	<p>Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä</p> <p>Kyselylomake: asiakkaat N=17, Osallistuva havainnointi, Teemahaastattelu: asiakkaat N=5 työntekijät N=4 edustajia</p>	<p>Päivätoimintaan osallistumisella on eri asiakkaille erilainen merkitys. Osa kuntoutujista hakee toimintaan osallistumiselta tukea kuntoutumiseensa ja apua erilaisiin ongelmiin. Osalle on tärkeää sosiaalinen kanssakäyminen ja mielekäs tekeminen. Onnistumisen kokemukset, säännöllinen osallistuminen päivätoimintaan antavat turvaa sekä kokemuksen pysyvyydestä.</p>

<p>Pihlaja, K. 2008</p> <p>”Joka päivä ittesä kuntouttaminen on kova työ”</p> <p>Etnografinen tutkimus mielenterveyskuntoutujan arjessa oppimisesta.</p> <p>Jyväskylän yliopisto</p> <p>Pro gradu</p>	<p>Tehtävänä oli selvittää, miten työntekijät kuvaavat mielenterveyskuntoutujaa oppivana kuntoutujana ja millaista on kuntoutumisen ohjaaminen.</p> <p>Tutkimus selvitti myös yhteisöllisyyden ja vertaisryhmän merkitystä kuntoutujan arjessa.</p>	<p>Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä Fenomenologinen tutkimus</p> <p>Henkilökunnan haastattelut N=9</p> <p>Sisällönanalyysi</p>	<p>Hoitotyöntekijät korostavat kuntoutujien subjektiivisuutta, toimijuutta. Kuntoutujaa ohjataan ja tuetaan monenlaisissa arjen askareissa, psykososiaalisessa ja fyysisessä toimintakyvyssä, taloudellisissa asioissa, sosiaalisten kontaktien ylläpitämisessä ja luomisessa sekä toiminnallisuudessa. Yhteisöllisyyden merkitys kuntoutujalle on ilmeinen.</p>
<p>Pöyry, V. 2008</p> <p>Helsingin Klubitalon toiminnan arviointi – jäsenten näkökulmasta.</p> <p>Diakonia-ammattikorkeakoulu. Diak Etelä, Helsinki.</p> <p>Opinnäytetyö</p>	<p>Tavoitteena oli selvittää Helsingin Klubitalon jäsenten näkemyksiä talon toiminnasta ja sen laadukkuudesta.</p>	<p>Pääosin kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä</p> <p>Monivalintakysely, Avoimet kysymykset N=67</p> <p>SPSS-tilasto-ohjelma Sisällönanalyysi</p>	<p>Jäsenet pitivät Klubitalon ilmapiiriä avoimena ja melko kannustavana. Ohjaajien ja erityisesti avaintekijöiden merkitys oli suuri, joskin ohjaajilla toivottiin olevan enemmän aikaa. Tärkein syy käydä Klubitalolla oli osallistua työpainoitteeseen päivään. Toiseksi tärkein syy oli klubitaloyhteisön tarjoama vertaistuki.</p>
<p>Romakkaniemi, M. 2011</p> <p>Masennus. Tutkimus kuntoutumisen kertomusten rakentumisesta.</p> <p>Lapin yliopisto</p> <p>Väitöskirja</p>	<p>Tarkoituksena oli selvittää, millaisia merkityksiä mielenterveyspalveluilla on masennuksesta kuntoutumisessa ja miten ihmisen arki ehdollistaa ja mahdollistaa masennuksesta kuntoutumista.</p>	<p>Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä</p> <p>Teemahaastattelut N=19</p> <p>Teemoitteleva analyysi Luokitteleva analyysi Narratiivinen analyysi</p>	<p>Hoitotilanne tarjosi parhaimmillaan aineellisen elämäntilanteen reflektointiin. Se edellytti sellaisen vuorovaikutussuhteen muodostumista, jossa ihmiset kokivat tulleet hyväksytyiksi, kuulluiksi ja ymmärretyiksi. Työntekijöiden sitoutuminen sai ihmiset itsensäkin sitoutumaan yhteiseen työtämiseen. Arjen rutiinit toisaalta muistuttivat omasta jaksamattomuudesta, mutta toisaalta ne rytmittivät ja</p>

			jäsensivät masennuksen värittämää elämää. Arjen toimista suoriutumisen tuotti pystyvyyden ja hallinnan kokemuksia.
Roth, G. 2007  The Clubhouse experience.  The Pennsylvania State University  A Thesis in Counselor Education	Tarkoitus oli ymmärtää paremmin mielenterveys klubitalo kokemusta. Erityisesti tutkimuksen aikomuksena on valaista klubitalon kokemuksen ydin sen jäsenten sanojen kautta.	Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä Fenomenologinen  Teemahaastattelut  N=14  Sisällönanalyysi	Jäsenet kertoivat muilla jäsenillä sekä henkilökunnalla olevan positiivinen vaikutus heidän mielialaan, minäkuvaan, ajatuksiin ja käytökseen. Jäsenet näkevät klubitalon turvallisena, lämpimänä ja sydämellisenä paikkana missä heidän yhteinen tuki voimaannuttaa jäseniään. Haastateltavat kuvasivat kaikki kokevansa välittämistä, tukevaa ja rohkaisevaa vuorovaikutusta klubitalossa.
Ruokola, E. & Väyrynen, I.  2011  ”Samassa veneessä ollaan”. LinnaKlubin jäsenten teema-haastattelu.  Mikkelin ammattikorkeakoulu  Opinnäytetyö	Tarkoitus on haastattelun avulla selvittää kuntoutujien Klubitaloyhteisöön sopeutumista, vertaistuen ja työn merkitystä kuntoutujille.	Kvalitatiivinen tutkimus  Ryhmäteema-haastattelu Jäsen N=4  Aineistolähtöinen sisällönanalyysi	Tärkeimpinä asioina nousi esiin vertaistuki, työntekijöiden antama tuki ja palaute sekä työn ja yhteiskuntaan kuulumisen merkitys. LinnaKlubin jäsenet odottavat siirtymätyön alkamista.
Salenius, P.  2009  Mielenterveyskuntoutujien klubitalo Kuntoutujien osallisuuden kokemukset, vertaistuki ja identiteetin muotoutuminen klubitaloyhteisössä.  Jyväskylän yliopisto	Tarkoituksena oli selvittää miten klubitalo yhteisönä voi olla jäsenilleen paikka, missä osallisuuden kokemukset toteutuvat mielenterveyskuntoutujien elämässä, vertaistuen ja toiminnallisuuden kautta.	Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä Fenomenologinen tutkimus  Teemahaastattelut N=18  Sisällönanalyysi menetelmä	Mielenterveysongelmia ei voi hoitaa pelkällä vertaistuella, vaan professionaaliset ja vertaistukeen perustuvat palvelut yhdessä oikein ajoitettuna voivat tukea kuntoutujaa parhaalla mahdollisella tavalla. Klubitaloyhteisö on toiminut ikään kuin ponnahduslautana yhteiskuntaan.



Pro gradu			
<p>Syrjäpalo, K. 2006</p> <p>Arvot ja arvostukset psykiatrisessa hoidossa. Henkilökunnan ja potilaiden näkemyksiä hoidon nykytilasta.</p> <p>Oulun yliopisto</p> <p>Väitöskirja</p>	<p>Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata erään psykiatrisen sairaalan henkilökunnan arvoja, potilaiden hoidossaan arvostamia asioita ja psykiatrisen hoidon nykytilaa.</p>	<p>Kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä</p> <p>Kaksi strukturoitua kyselylomaketta, jotka sisälsivät myös avoimia kysymyksiä.</p> <p>Henkilökunta N=125 Potilaat N=47</p> <p>Muuttujien välisiä yhteyksiä tarkasteltiin ristiintaulukoinnin, Khiin neliötestin, Studentin t-testin ja yksisuuntaisen varianssianalyysin avulla. Avokysymykset analysoitiin aineistolähtöisellä sisällön analyysillä.</p>	<p>Henkilökunnan ja potilaiden arvoista ja hoito-organisaatiosta saatiin uutta tietoa. Henkilökunnan yksilöarvot psykiatrisessa hoidossa näyttivät tulosten mukaan olevan selkeästi tiedostettuja asioita. Yhteisölliset arvot korostuivat turvallisuuden, yhdenmukaisuuden ja hyväntahtoisuuden arvojen tärkeytenä. Potilaan oikeudet toteutuivat vaihtelevasti. Parhaimmat arviot saivat inhimillinen kohtelu, ihmisarvon kunnioittaminen, turvallinen hoitoympäristö sekä henkilökunnan eettinen käyttäytyminen ja toiminta.</p>
<p>Vilppola, M. 2012</p> <p>Sateenkaaritalon päivätoiminnasta saadun avun merkitys mielenterveyskuntoutujille.</p> <p>Vaasan ammattikorkeakoulu</p> <p>Opinnäytetyö</p>	<p>Tarkoituksena oli saada selville kuinka tärkeänä mielenterveyskuntoutujat pitävät Sateenkaaritalon toimintaa oman kuntoutumisen kannalta. Tarkoituksena oli selvittää millaista apua kuntoutujat ovat kokeneet saavansa Sateenkaaritalosta, mitä he pitävät tärkeimpinä asioina siellä ja mikä heidät saakäymään Sateenkaaritalossa.</p>	<p>Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä</p> <p>Haastattelu N=10</p> <p>Aineistolähtöinen sisällönanalyysi</p>	<p>Tärkeimmäksi asiaksi Sateenkaaritalossa koettiin muut ihmiset ja sosiaalinen kanssakäyminen. Seuraavaksi tärkeimpiä asioita olivat mielekäs tekeminen ja toiminta sekä ruoka ja/tai juoma. Merkittävin asia, mikä saa mielenterveyskuntoutujat käymään Sateenkaaritalossa, oli muut ihmiset ja sosiaalinen kanssakäyminen. Haastateltavista yhdeksän oli kokenut saavansa apua Sateenkaaritalosta. Apua kuvailtiin eniten sosiaaliseksi avuksi ja toiseksi eniten sellaiseksi, että oli saatu sisältöä päivään.</p>

<p>Virtanen, H. 2011</p> <p>“Elämä vihertää ja paistetta kukille”; Puutarha- ja vihertyöskentelyn vaikutuksen mielenterveyskuntoutujien koettuun elämänlaatuun heidän itsensä, ohjaajien ja hoitajien kuvaamana.</p> <p>Tampereen yliopisto</p> <p>Pro gradu</p>	<p>Tarkoituksena oli selvittää, kuinka pitkäaikainen, säännöllinen ja ohjattu puutarha- ja vihertöihin osallistuminen, jossa kuntoutujat saivat pienen korvauksen, vaikutti tuetusti asuvien mielenterveyskuntoutujien koettuun elämänlaatuun. Haluttiin selvittää kuntoutujien, ohjaajien ja hoitajien näkemyksiä siitä, miten kuntoutujat muuttuivat kokemuksen aikana ja mitkä asiat olivat näiden muutosten taustalla.</p>	<p>Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä</p> <p>Teemahaastattelut Kuntoutuja N=5 Ohjaaja N=2 Hoitaja N=6</p> <p>Teema-analyysimenetelmä</p>	<p>Tutkimuksessa havaittiin, että puutarha- ja vihertyöskentelyyn osallistuminen sai kuntoutujissa aikaan monia positiivisia, mutta myös negatiivisia muutoksia.</p> <p>Puutarha- ja vihertyöskentelyyn osallistumisen myötä kuntoutujien psyykinen, fyysinen ja sosiaalinen hyvinvointi parantui.</p>
<p>Vuorinen, M. 2008</p> <p>Keski-Uudenmaan Klubitalon vaikutuksia psykososiaaliseen toimintakykyyn.</p> <p>Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia</p> <p>Opinnäytetyö</p>	<p>Tarkoituksena oli selvittää Keski-Uudenmaan Klubitalon toiminnan vaikutuksia kuntoutumiseen psykososiaaliseen toimintakykyyn näkökulmasta mielen-terveyskuntoutujien kokemuksen mukaan.</p>	<p>Kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä</p> <p>Strukturoitu kyselylomake N=32</p> <p>Tilastollinen tutkimusanalyysi</p>	<p>Keski-Uudenmaan Klubitalon toiminnan aikana kuntoutujien käsitys itsestä on muuttunut positiivisemmaksi ja he kokivat selviytyvänsä arjesta paremmin kuin aikaisemmin. Sosiaaliset taidot ovat kuntoutujien mukaan vahvistuneet ja heidän elämänsä on tullut uusia ja mielenkiintoisia asioita. Tulevaisuuteen kuntoutujat kokivat suhtautuvansa luottavammin kuin aikaisemmin. Kuntoutujat tuovat vastauksissaan esille myös Keski-Uudenmaan Klubitalon toiminnan merkityksen heidän elämänlaatussa parantumisessa.</p>

<p>Winship, G. 2010</p> <p>Implementation of Clubhouse Model programme: perception of mental health nurses</p> <p>University of Nottingham</p>	<p>Tarkoituksena oli selvittää psykiatristen sairaanhoitajien ajatuksia Klubitalomallin käyttöönotosta</p>	<p>Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä</p> <p>Haastattelut psykiatrisia sairaanhoitajia N=8</p> <p>Teema-analyysi</p>	<p>Klubitalo on hyvinvointia tukeva ympäristö, sieltä voi saada merkityksellisiä mahdollisuuksia, mutta klubitalon mallin käyttöön otossa oli myös haasteita. Klubitalo mahdollistaa potilaiden selviämisen paremmin omien oireiden kanssa ja sopeutua erinäisiin yhteiskunnan vaatimuksiin.</p>
--	--	---	--