

## OPINNÄYTETYÖ

### **Mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden yhteisöllisyyden ja osallisuuden edistäminen asumispalvelussa**

Jonna Hautaluoma

Yhteisöpedagogi (AMK)  
(210 op)

1/2024

# TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu  
Yhteisöpedagogi AMK, järjestö- ja nuorisotyön koulutusohjelma

---

Tekijä: Jonna Hautaluoma

Opinnäytetyön nimi: Mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden yhteisöllisyyden ja osallisuuden edistäminen asumispalvelussa

Sivumäärä: 50 ja 8 liitesivua

Työn ohjaaja(t): Katja Munter

Työn tilaaja(t): SiniVida Oy, yhteisöllinen ja tuettu asumispalvelu

---

Opinnäytetyö on kehittämistyö SiniVidan yhteisöllisessä ja tuetussa asumisessa, mikä tarjoaa asumispalveluita aikuisille mielenterveys- ja päihdekuntoutujille. Opinnäytetyön tarkoitus oli eheyttää ja kehittää talon yhteisöllistä toimintaa, edistäen samalla asukkaiden osallisuutta. Osallisuus nähdään nykyään tavoiteltavana muotona osana asiakastyötä. Alkuun kerron mitä mielenterveys- ja päihdetyö on ja mitä tärkeitä aiheita siihen liittyy. Esimerkiksi yhteisöhoidolla on pitkät perinteet mielenterveysthoidossa, koska sen on todettu myötävaikuttavan asiakkaan kuntoutumiseen.

Mielenterveys- ja päihdeasiakkailta on erityistarpeita johtuen monista elämänalueen haasteista ja sairauksista. Näistä huolimatta ja tasa-arvon nimissä, jokaisella on oikeus mahdollisimman laadukkaaseen elämään. Selvitin asukkaiden mielipiteitä ja toiveita yhteisten toimintojen suhteen kyselylomakkein ja haastatteluin. Niiden pohjalta aloin yhdessä koko työryhmän kanssa suunnittelemaan ja toteuttamaan noin puolen vuoden ajan erilaisia tapahtumia ja ryhmiä. Havainnoin ryhmiä ja osallistumista opinnäytetyöhön.

Kehittämistyötä tapahtui monissa arjen rakenteissa. Itse esimerkiksi suunnittelin talon tapahtumista vuosikellon ja tapahtumatyöryhmä alkoi kokoontumaan uudelleen, sitten koronarajoitusten. Joulukuussa 2023 suoritin asukkaille toisen kyselyn, jonka tarkoitus oli selvittää, oliko tapahtumat lisänneet osallisuuden ja yhteisöllisyyden tunnetta asukkaiden parissa ja asukkaat saivat antaa myös kehittämispalautetta. Haastattelin kehittämistyöhön myös SiniVidan sairaanhoitajaa.

Huolimatta siitä, että asukkaiden mielipiteitä kuunneltiin ja ryhmiä sekä tapahtumia järjestettiin toiveiden mukaisesti, yhteisöllisyys ja osallisuus ei kasvanut yhteisöllisen ja tuetun asumisen asukkaiden keskuudessa. Tämä oli hieman yllättävä tulos, koska luulin asukkaiden kokevan pystyvänsä vaikuttamaan yhteisön asioihin ja sillä tavalla kokemaan osallisuutta.

Asukkaat kokivat järjestetyt toiminnot hyväksi ja tarpeellisiksi ja niitä toivottiin jatkossa lisää. Yhteisöllisyydelle ja osallisuudelle ei ole olemassa tarkkaa mittaria ja se on useimmiten ihmisen henkilökohtainen tunne kuulumisesta johonkin ja mahdollisuudesta vaikuttaa. Tämä ei näy tapahtumissa ja ryhmissä vaan ihan perusarjessa, kahdenkeskisissä keskusteluissa asukkaan kanssa ja siinä, että asukkaan itsemääräämisoikeutta kunnioitetaan. Asukkaalla on vapaus valita mihin osallistuu ja vaikuttaa itseään koskeviin päätöksiin.

---

Asiasanat: sosiaalipalvelut, yhteisöllisyys, osallisuus, mielenterveys- ja päihdekuntoutus, yhteisöllinen asuminen

# ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences

Bachelor of humanities, Degree Programme in NGO and youth work

---

Author: Jonna Hautaluoma

Title: Promoting community and inclusion in the supported housing for mental health and substance abuse clients

Number of Pages: 50 and 8 attachment pages

Supervisor(s): Katja Munter

Commissioned by: SiniVida Oy, Communal and supported housing

---

This thesis is a development work in Communal and supported housing, SiniVida Oy. Communal housing provides everyday support for adult mental health and substance abuse rehabilitees. Purpose of the thesis was integrates and develop community activities. The objective of the action was promote inclusion and community. Nowadays involvement is seen as a desirable thing in customer work.

First, I'll tell you what is mental health and substance abuse welfare work and what kind of topics does it include. For example community care has a long tradition in mental health care, because it has been found to contribute to client's rehabilitation.

Due to the many challenges and diseases in the life mental health and substance abuse rehabilitees have special needs. Despite these, and in the name of equality, everyone has the right to the quality of life.

With questionnaires and interviews, I explained the opinions and wishes of the rehabilitees in terms of joint activities. With my co-workers, i began to plan and implement various events and groups for six months. I observed groups and participation and I wrote it for the thesis. The development work took place in a variety of ways in everyday life in Community and Supported Housing. For example, I designed an annual clock for a housing unit and Event Working Group began to regroup after the corona restriction.

In December 2023, I conducted a second survey of rehabilitees. The purpose of that was to find out had the events increased the sense of inclusion and community and rehabilitees were also allowed to provide development feedback. I also interviewed a nurse o the SiniVida for the development work.

Despite the fact that rehabilitees' opinions were listened to and groups and events were organized according to rehabilitees wishes, community and inclusion did not increase. This was a somewhat surprising result because I thought that rehabilitees feel that they could make a difference in community affairs and to be involved in that way.

Rehabilitees felt that organized activities were a good and necessary and they wanted more events. There is no exact measure of community and inclusion. It is a person's feeling of belonging to something and opportunity to influence. You don't see this at parties or events but you see it in the usual everyday life, the moment you talk with rehabilitees and respect his right to self-determination. Rehabilitees have the freedom to choose what to participate in and they can influence decisions about themselves.

---

Keywords: social services, communality, involvement, mental health and substance abuse rehabilitation, communal housing

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	KEHITTÄMISTYÖ .....	8
	2.1 Tilaaja ja toimintaympäristö .....	9
	2.2 SiniVidan ryhmätoiminta.....	10
3	TIETOPERUSTA.....	13
	3.1 Mielensterveys- ja päihdetyö.....	13
	3.2 Psykososiaalinen työ.....	14
	3.3 Yhteisöllinen asuminen.....	16
	3.4 Yhteisöllisyys ja yhteisöhoito.....	16
	3.5 Osallisuus.....	18
4	MENETELMÄLUVUT .....	20
	4.1 Opinnäytetyön menetelmät .....	20
	4.2 Opinnäytetyön eettisyys.....	23
	4.3 Ryhmien monipuolistaminen .....	24
	4.4 Järjestetyt tapahtumat .....	27
5	TOIMINNALLISEN RAKENTEEN KEHITTÄMINEN .....	29
	5.1 Yhteisöllisen ja tuetun asumisen toiminnallinen rakenne.....	29
	5.2 Vuosikello .....	29
	5.3 Yhteisökokouksen kehittäminen ja yhteisön aamuhetket .....	30
6	ASUKASKYSELYT JA HAASTATTELU .....	32
	6.1 Ensimmäinen kysely .....	32
	6.2 Kysymys yhteisöllisyydestä ja osallisuudesta .....	33
	6.3 Vaikuttamisen mahdollisuudet ja osallistuminen .....	34

6.4 Asukkaiden toiveet toimintojen suhteen.....	35
6.5 Toinen asukaskysely .....	38
6.6 Asukkaiden aktiivisuuden muutos .....	38
6.7 Kasvoiko yhteisöllisyyden ja osallisuuden tunne? .....	39
6.8 Järjestettyjen tapahtumien tarkoitus ja palaute .....	40
7 YHTEENVETO .....	44
7.1 Yhteisön toiminnallinen vaikutus .....	44
7.2 Ryhmätoimintojen vaikutus yhteisöön .....	44
8 POHDINTA.....	47
8.1 Tilaajan palaute.....	47
8.2 Osallisuuden ja yhteisöllisyyden ylläpitäminen vaatii työtä.....	48
8.3 Yhteisöllisyys näkyy arjessa.....	49
8.4 Osallisuus on asioista päättämistä ja vaikuttamista .....	49
LÄHTEET .....	51
LIITTEET.....	55

# 1 JOHDANTO

Koronarajoitukset mullistivat koko maailmaa ja Suomen yhteiskuntaa. Tiedettiin, että siitä toipuminen vie aikaa. Sosiaalinen kulttuurimme muuttui erilaiseksi. Kommunikointitapamme muuttui esimerkiksi sillä, että palveluja siirrettiin verkon välityksellä tapahtuvaksi. Ihmiset olivat fyysisesti etäämmällä toisistaan ja sitä kautta myös esimerkiksi koskettaminen (kättely, haalaaminen) väheni. Vaikka keksittiin uusia tapoja toimia sosiaalisesti, monet jäivät sen ulkopuolelle. Kaikilla ei ollut internetiä tai älypuhelinta, jolla asioida. Sosiaalipalveluja tarvitsevien tarpeet eivät kadonneet, vaikka koronarajoitukset olivat päällä. Vaikka rajoituksia ei enää käytännössä ole, sen vaikutusten on arveltu olevan kauaskantoisia ja niitä vasta tutkitaan. (Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2020a & 2022.)

Työskentelen itse aikuisten mielenterveys- ja päihdekuntoutujien parissa lähihoitajana ja yhteisöpedagogiopiskelijana SiniVidan asumisyksikössä. Koronarajoitusten päätyttyä havahduttiin siihen, että asumisyksikössä ei ollut enää juurikaan yhteistä toimintaa. Koko asumisyksikön arki oli rakennettu sellaiseksi, että koronavirustartuntoja ei syntyisi. Koronarajoitusten hellittäessä yhteistä toimintaa alettiin pikkuhiljaa järjestämään, mutta tapahtumiin oli vaikea saada osallistujia. Monella asukkaalla kynnys lähteä tarjottuihin toimintoihin mukaan, oli kasvanut entisestään. Tämä herätti huomioni siihen, että jo valmiiksi heikossa asemassa olevien mielenterveys- ja päihdekuntoutujien toipuminen, erityisesti sosiaalisten kanssakäymisten rajoittamisesta, tulee kestämään pitkään. Mielenterveys- ja päihdekuntoutujien sosiaalinen asema yhteiskunnassa on ollut jo ennen rajoituksia heikko ja se vaikuttaa yksilön yhteisöllisyyden ja osallisuuden tunteeseen merkittävästi (Sosiaali- ja terveysministeriö 2023b, 7 & 15). Yksilöillä voi olla myös synnynnäisiä sairauksia ja häiriötä, jotka vaikuttavat mahdollisuuteen osallistua ja jotka voivat vaikeuttaa sosiaalista kanssakäymistä. Päihdekuntoutujilla yhteisö on voinut aikaisemmin tarkoittaa vain "päihdepiiriä", jossa sosiaalinen riippuvuus päihteiden käyttöön on vain vahvistunut. On tärkeää, että tämänlaisen kohderyhmän osallisuuden mahdollisuuksia ja yhteisöllisyyden tunnetta tuetaan hyvinvointia edistäen, kuntoutusta tukevin menetelmin ja tarjotaan päihteettömiä ratkaisuja yhteisöllisyyden edistämiseksi. (Särkelä-Kukko, Mona 2009.)

Osallisuuden ja yhteisöllisyyden edistämisen keskiössä on loppujen lopuksi asukkaan etu. Opinnäytetyön tavoite SiniVidan mielenterveys- ja päihdeasumisyksikössä on eheyttää ja edistää yhteisöllisiä toimintamalleja osana asiakastyötä. Prosessi alkoi kesäkuussa 2023, jolloin

aloin pitämään kuvataideryhmää, asukkaiden toiveesta. Tälle toivottiin jatkoa ja tein heinäkuussa asukkaille tarkemman kyselyn siitä, minkälaista yhteistä toimintaa he toivoisivat talolla jatkossa järjestettävän. Samassa kyselyssä selvitin asukkaiden ajatuksia osallisuudesta ja yhteisöllisyydestä omana kokemuksena. Kyselyt toteutin strukturoidun haastattelun periaatteella ja kyselyissä oli myös monivalintakysymyksiä. Toteutin myös teemahaastattelun yhteisöhoitoon perehtyneelle sairaanhoitajalle. Opinnäytetyön menetelmistä ja perusteluista niiden valintaan löytyvät luvuista neljä ja kuusi. Luvusta kuusi löytyy myös aineiston teemoittelu, mitä käytin analyysimenetelmänä.

Noin puolen vuoden ajan järjestimme talolla tapahtumia ja ohjattua ryhmätoimintaa, mitkä pohjautuivat asukkaiden toiveisiin, jotka olivat tulleet esille teettämässäni kyselyssä, yhteisökokouksessa ja vapaissa keskusteluissa asukkaiden kanssa. Tapahtumien suunnittelussa ja toteuttamisessa oli yhteiskehittämisen henkeä, kun koko työryhmä ja asukkaat osallistuivat näihin. Asukkaita osallistuu myös tapahtumatyöryhmään, mikä aktivoitu vuoden 2023 lopulla. Yhteiskehittämisessä kehitetään toimintaa yhdessä henkilökunnan ja palvelun käyttäjien kanssa ja se vahvistaa kaikkien osallisuutta (Aspa.fi, 2019). Tärkeimpänä ajatuksenani kehittämistyölle on yhteisöllisyyden ja osallisuuden tunteen kasvaminen, mikä edistäisi yksilön hyvinvointia yhteisössä ja sitä kautta ihmisen omaa kuntoutumista.

## 2 KEHITTÄMISTYÖ

Olen toiminut lähihoitajana aikuisten mielenterveys- ja päihdekuntoutujien parissa pian viisi-toista vuotta. Yksi ensimmäisiä työpaikkojani oli tehostetun kuntoutuskodin ohjaajan sijaisuus vuonna 2009 Sopimusvuori Oy:llä (nykyinen Treili), josta sain pohjaa yhteisöohjaamiseen. Kuntoutuskodilla asui silloin 12 mielenterveyskuntoutujaa, joista jokainen oli velvoitettu ohjaajan avulla suorittamaan päivittäin erilaisia työtehtäviä, mitkä tukivat myös henkilökohtaisten arjen taitojen taitoja. Yhdessä asukkaiden kanssa valmistimme päivittäiset ateriat kaikille, hankimme kaupasta niihin tarvikkeet, huolehdimme yhteisten tilojen siivouksesta ja yhteisiin ryhmiin velvoitettiin osallistumaan jokainen asukas ja ohjaaja. Noina aikoina suoritin myös yhteisöllisen kuntoutustyöskentelyn kurssin, josta sain hyvää pohjatietoa yhteisöllisten menetelmien käytöstä mielenterveyskuntoutujien parissa. Se vahvisti käsitystäni siitä, että yhteisöhoidollisia suuntauksia voi soveltaa hyvin arkisessa ohjaustyössä aikuisten mielenterveys- ja päihdetyön parissa. Yhteisöpedagogiopintojeni loppupuolella olen ymmärtänyt, että menetelmä sopii kaikenlaiseen vuorovaikutustyöhön, myös kasvatus- ja ohjaustyöhön lasten ja nuorten parissa. Uskon, että tällä lähtökohdalla on edelleen merkitystä työtapoihini ohjata, enkä näe sitä ollenkaan huonona asiana.

Soteuudistuksen myötä 2023 sosiaali- ja terveyspalvelut tulivat uusien hyvinvointialueiden vastuulle. Hyvinvointialueiden järjestämistä vastuulle kuuluvia, sosiaalihuoltolain mukaisia, asumispalveluja ovat 1.1.2023 lähtien tilapäinen asuminen, tuettu asuminen, yhteisöllinen asuminen ja ympärivuorokautinen palveluasuminen. (Aluehallituksen pöytäkirja, 2023.) Tämä koski myös SiniVidan asumisyksikköä, jonka palveluasumisen nimi vaihtui yhteisölliseksi asumiseksi. Huomasin pohtivani, miten asumispalvelun toimintaa voisi kehittää enemmän nimensä veroiseksi eli mitä yhteisöllinen asuminen todellisuudessa tarkoittaa. Ensimmäisenä ajatuksena koin tärkeäksi yhteisen toiminnan lisäämisen esimerkiksi ryhmätoimintojen kautta. Esittelin asian yksikön johtajalle ja yhdessä työryhmän kanssa lähdimme lisäämään ja kehittämään talon asukkaille yhteistä toimintaa. Yhteisöllisyys esiintyy usein osallisuuden käsiteparina, jolloin korostuu itseään suuremman mukana olemisen tunne, yhdessä tekeminen ja luottamus ympäröivään yhteisöön (Honkasalo & Laukkanen, 25). Tästä syntyi ajatus yhteisöllisyyden ja osallisuuden edistämisestä SiniVidan yhteisöllisessä ja tuetussa asumisessa.



Ennen kehittämistyön alkua, SiniVidan yhteisöllisessä ja tuetussa asumisessa oli jo kolme talon omaa ryhmää ja yksi talon ulkopuolisen tahon järjestämää ryhmää. Asukkaat kuitenkin toivoivat vaihtelua ja erilaisuutta niin ryhmä- kuin tapahtumatoimintaankin. Oli totta, että kyseiset viikkoryhmät olivat pyörineet jo monia vuosia samoina, lukuun ottamatta vuosia 2021–2022, jolloin ryhmätoimintoja ei koronarajoitusten vuoksi ollut ollenkaan. Kehittämistyön tavoitteena oli myös monipuolistaa ryhmä- ja tapahtumatoimintoja, sekä kiinnittää saavutettavuuteen ja mielenkiintoiseen sisältöön enemmän huomiota. Toissijaisena tavoitteena oli myös saada enemmän osallistujia, erityisesti uusista asukkaista.

## 2.1 Tilaa ja toimintaympäristö

Toteutin opinnäytetyöni työpaikallani SiniVidan yhteisöllisessä ja tuetussa asumispalvelussa, mikä on tarkoitettu aikuisille mielenterveys- ja päihdekuntoutujille. Asukkaita on yhteensä 43, joista 13 on yhteisöllisen asumisen asukkaita ja 30 tuetun asumisen asukkaita. SiniVidan yhteisöllisen ja tuetun asumisen toimintamallissa korostuu psykososiaalinen tuki ja kuntouttava työote, johon kuuluu tärkeänä työmenetelmänä omaohjaajuus ja asukkaan henkilökohtaiset tavoitteet (Palvelukuvaus 2022, 4).

Suurimmalla osalla asukkaista on valvottu lääkehoito, mitä toteutetaan lääkärin määräämien ohjeiden mukaan. Jokaisella on oma vuokra-asunto, mistä asukkaat maksavat normaalia vuokraa. Talolla asuu lisäksi noin kymmenen vuokralaista, jolla ei ole palveluja SiniVidan kautta. Asuntoja on neljässä kerroksessa ja alakerrassa on talon ruokala, johon kuuluu keittiön henkilökuntaa. Alakerrassa on myös yhteiset tilat, olohuone, saunatilat ja ruokala. Yhteiset tilat ovat asukkaiden vapaassa käytössä päiväsaikaan ja tiloissa järjestetään talon yhteisiä tapahtumia ja juhlia. Talossa on myös erillinen huone, missä voi pitää ryhmätoimintoja. Ohjaajat ovat paikalla päivittäin klo 07–20 välisenä aikana. Henkilökuntaan kuuluu sairaanhoitajia, lähihoitajia ja sionomeja. Arkisin aamuvuoroissa on pääsääntöisesti 2–4 ohjaajaa ja iltavuoroissa kaksi. Viikonloppuisin ohjaajat ovat yksin vuorossa, mutta tarvittaessa apua saa viereisen yksikön ohjaajilta. Asukastoiminta on suunniteltu arkipainotteiseksi ja viikonloppuisin hoidetaan vain välttämättömimmät asiat, ruokahuollon- ja lääkehoidon lisäksi. (Palvelukuvaus 2022, 3&6.)

SiniVidan yhteisöllinen ja tuettu asuminen on yksityinen sosiaalialan palvelu, jonka tilaajana on hyvinvointialue. Asukkaat ohjautuvat asumisyksikköön asiakasohjauksen kautta, jossa tehdään palvelutarpeen arviointi yhdessä moniammatillisen tiimin kanssa. Asiakkaiksi ohjautuu

mielenterveys- ja päihdekuntoutujia, jotka tarvitsevat erilaisia tukitoimia arjen hallintaan ja sairauksiensa hoitoon. Mielenterveys- ja/tai päihdehaasteiden lisäksi asukkailla voi olla alkoholidementiaa, somaattisia sairauksia, neuropsykiatrisia häiriöitä, lievää kehitysvammaa ja sosiaalisia haasteita (esimerkiksi asunnottomuus, itsenäisen elämän haasteet) joihin tuen tarpeet kohdistuvat. (Palvelukuvaus, 2.) Palvelu perustuu asumisen palvelu- ja kuntoutussuunnitelmaan sekä yksilölliseen kuntoutussuunnitelmaan, joka laaditaan yhdessä asukkaan kanssa asumisen alussa ja mitä päivitetään kuukauden välein. Kuntoutussuunnitelma sisältää henkilökohtaiset tavoitteet ja tuen tarpeet. Tällaisia voi olla valvottu lääkehoito, arjen strukturointi, asunnon siisteydestä huolehtiminen ja talon ryhmiin osallistuminen. Tavoitteiden asettaminen perustuu luottamukselliseen yhteistyösuhteeseen asukkaan ja työntekijän välillä. Asukasta tuetaan oman elämän hallinnassa ja toimintakyvyn edistämässä tai sen ylläpitämisessä erilaisin psykososiaalisin keinoin. Asukasta tuetaan myös verkostoyhteistyösuhteiden hoitamiseen. Verkostolla tarkoitetaan omatyöntekijää, hoitavaa tahoa esimerkiksi psykiatrian avohoito, sekä perhesuhteita ja asukkaan muita läheisiä. (Palvelukuvaus 2022, 4–5.)

Asukkailla voi olla useampi sairaus, mitkä vaativat monipuolista osaamista työntekijöiltä. Ohjaajilta vaaditaan laajaa osaamista mielenterveys- ja päihdeongelmista ja niiden hoidosta. Vuosi vuodelta myös laajan lääkehoidon ja somaattisten sairauksien osaamisen tarve on kasvanut. (Arvonen 2023.)

Asukkaita kannustetaan osallistumaan yhteiseen toimintaan, mikä mahdollistaa sosiaalisten taitojen harjoittelun. Vertaistuen merkitys asukkaiden arjessa huomioidaan järjestämällä ryhmätoimintoja sekä mahdollistetaan vapaa yhdessäolo talolla. SiniVidan yhteisöllinen ja tuettu asuminen ylläpitää ja rakentaa asukkaille positiivista ryhmädynamiikkaa ja yhteisöllisyyttä toteuttamalla ryhmätoimintoja, tapahtumia ja retkiä. Toiminnan tulee perustua asukkaiden tarpeisiin ja asukkaita tulee osallistaa sen suunnitteluun. (Palvelukuvaus 2022, 6.)

## **2.2 SiniVidan ryhmätoiminta**

Asukkaille järjestetään ryhmätoimintaa lähes joka arkipäivä noin tunnin verran kerrallaan. Osallistujamäärät vaihtelevat 3–10 hengen välillä. Osallistuminen on suotavaa, mutta vapaaehtoista. Ryhmät kokoontuvat arki-iltaisoin 17–19 välillä. Tämä ajankohta on tyypillisesti kaikkein rauhällisin, kun asukkailla ei ole muita menoja. Samat ryhmät ovat olleet SiniVidan yhteisöllisessä ja tuetussa asumisessa vuosikausia. Koronarajoitusten aikana ryhmätoimintaa ei ollut ol-

lenkaan. Asukkailta tuli palautetta, että he toivoivat vaihtelevuutta perinteisiin ryhmiin ja toisaalta vanhojen ryhmien uudelleen käynnistäminen vaati asukkaiden kannustamista osallistumiseen ja ryhmistä tiedottamisen täsmennystä. Kehittämistyön yhtenä tarkoituksena oli tuoda vaihtoehtoja arjen ryhmätoimintoihin ja saada asukkaat aktiivisemmin osallistumaan tarjottuihin toimintoihin.

SiniVidan yhteisöllisessä- ja tukiasumisessa järjestettyjen ryhmien tarkoitus on olla mahdollisimman saavutettavia ja matalan kynnyksen ryhmiä. Ryhmät kokoontuvat joko ruokasalissa tai pienemmässä tilassa ryhmähuoneella ja tilat ovat saavutettavat. Maanantaisin pidetään levyraati. Siinä osallistujat saavat toivoa haluamaansa kappaletta ja osallistujat pisteyttävät kappaleen asteikolla 1–5. Ohjaaja laittaa kappaleen soimaan kaiuttimesta, musiikin suoratoistopalvelun kautta. Tämä ryhmä on pidetty ja osallistujia on parhaimmillaan yli kymmenen, mikä on tavanomaista osallistujamäärää enemmän. Osallistujat ovat kertoneet, että musiikin kuunteleminen on mukavaa ja on mielenkiintoista kuulla, mitä toiset ovat mieltä omasta lempikappaleesta.

Tiistaisin eräs asukas pitää bingoa. Tähän ohjaajat ovat hankkineet pienet palkinnot esimerkiksi suklaapatukat. Toinen asukkaan pitämä ryhmä, tietovisa, kokoontuu torstaisin. Tässä ei ole voittajalle palkintoa, vaan jokainen osallistuja saa mehua ja leivonnaisen. Leivonnaiset tarjoaa asumisyksikön vastapäinen kahvila, mistä tietovisan vetäjä hakee ne ennen kahvilan sulkemisajankohtaa. Kyseessä on niin sanotut ylijäämäpullat, mitkä muutoin menisivät hävikkiin. Tällainen yhteistyö on jatkunut jo monta vuotta. Tietovisaan osallistumisen kynnys on havaittu olevan monelle korkea, koska usea kokee ”ettei tiedä vastauksia kuitenkaan”. Näin eräs uusi asukas perusteli, kun ei halunnut osallistua ryhmään. Moni on kuitenkin huomannut, että tuurillakin voi välillä pärjätä, koska vastausvaihtoehtoja annetaan aina kolme.

Keskiviikkoiltoisin talolla kokoontuu ryhmä, nimeltä Juttutupa. Kyseessä on kahden seurakunnan työntekijän järjestämä ryhmä, mihin voi asukkaat tulla keskustelemaan ajankohtaisista tai muuten vain mielen päällä olevista asioista. Juttutupaan osallistuu vetäjien lisäksi vain asukkaita ja se on tarkoitettu myös palveluasumisen asukkaille. Ryhmässä on myös hengellistä sisältöä esimerkiksi virsien laulamista.

Perjantai-iltoina ei ole ryhmää, mutta asukkailla on mahdollista katsoa vaikkapa leffa illalla yhteisissä tiloissa. Opinnäytetyön aikana ryhmätoimintoja oli tarkoitus monipuolistaa niin, että

talolla alettaisiin pitämään sellaisia ryhmiä, joita asukkaat itse toivovat. Kyselytulosten ja asukkailta saatujen kehittämistoiveiden takia järjestetyt uudet ryhmät kokoontuivat ja kokoontuvat juuri perjantai-illoissa, jolloin talon muut ryhmät eivät kokoonnu. Viikonloppuisin ei ole resursseja pitää ryhmiä, kun vuorossa on vain yksi työntekijä. Kuitenkin vapaamuotoinen oleskelu ja toiminta asukkaiden kesken on sallittua ja suotavaa.

Talolla kannustetaan osallistumaan ryhmätoimintaan. Asukas saa jokaisesta osallistumisestaan niin sanotun aktiivisuus pisteen. Kun aktiivisuudesta on kerännyt kaksikymmentä pistettä asukas saa pienen palkinnon. Tavallisesti tällainen palkinto on kahvi- tai teepaketti. Jos asukas tekee talolla säännöllisesti yleishyödyllistä toimintaa esimerkiksi, siivoaa yleisiä tiloja tai pitää viikoittain ryhmää, hän saa kuukauden välein samanlaisen palkinnon. Työtoimintapalkinnoksi voi valita myös esimerkiksi hygieniatarvikkeita tai siivousaineita omaan käyttöön. Asukkailta on tullut positiivista palautetta kannustimien käytöstä.

## 3 TIETOPERUSTA

Opinnäytetyöni yhteisöllisyyden ja osallisuuden edistämisestä on yhteisöpedagogin ydinosaimiseen kuuluvaa aihealuetta. Näkökulmani on kuitenkin kehittämistyö aikuisten mielenterveys- ja päihdekuntoutujien parissa, joten seuraavat teemat ovat kehittämistyössä vahvasti läsnä ja avaavat ne tässä osiossa.

### 3.1 Mielenterveys- ja päihdetyö

Sosiaali- ja terveysministeriö vastaa mielenterveystyön valtakunnallisesta suunnittelusta, ohjauksesta ja valvonnasta ja palveluiden järjestäminen on hyvinvointialueiden vastuulla. Mielenterveystyöhön kuuluvat mielenterveyttä edistävä työ, mielenterveyden häiriöiden ehkäisy ja hoito sekä sosiaalihuollon mielenterveystyö. Näitä toteutetaan perusterveydenhuollossa, erikoissairaanhoidossa ja sosiaalihuollossa. Sosiaalihuollossa toteutettavalla mielenterveystyöllä vastataan psyykkisen toimintakyvyn heikkenemisestä aiheutuvaan tuen tarpeeseen. Tällaista on esimerkiksi asumispalveluiden järjestäminen mielenterveyskuntoutujille ja niiden yhteydessä annettava sosiaalityö, sosiaaliohjaus ja sosiaalinen kuntoutus. Muita tukevia sosiaalipalveluja ovat esimerkiksi kuntouttava työtoiminta ja perhetyö. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Mielenterveyden hoito.)

Lähtökohtaisesti mielenterveystyöllä tarkoitetaan ihmisen psyykkisen hyvinvoinnin, toimintakyvyn ja persoonallisuuden kasvun edistämistä sekä mielisairauksien ja muiden mielenterveyden häiriöiden ehkäisemistä ja hoitoa (Mielenterveyslaki 1990). Mielenterveys- ja päihdetyön tavoitteena on luoda hyvä perusta yksilön, perheen ja koko yhteiskunnan hyvinvoinnille. Työtä tehdään päiväkodeissa, kouluissa, kodeissa, työpaikoilla, seurakunnissa, järjestöissä ja kaikilla yhteiskunnassa. Valtakunnallisella tasolla mielenterveys- ja päihdetyö tarkoittaa kansalaisten elinolojen, perusturvan ja hyvinvointipalveluiden tasapuolista turvaamista. Toiminta perustuu eettiseen päätöksentekoon ja ihmisoikeuksien kunnioittamiseen. Maamme lähialueiden tilanne ja maailmanlaajuiset ongelmat, kuten luonnonkatastrofit, sodat, pakolaisuus, sairaudet ja huumeet vaikuttavat myös hyvinvointiin. Näistä on kannettava vastuu omalta osalta niin yksityisinä ihmisinä kuin kansalaisinakin. (Heikkinen-Peltonen, Innamaa & Virta 2014, 54.)

Vaikka hyvinvointialueiden vastuulla on järjestää tarvittavat julkiset sosiaali- ja terveystalvet alueen asukkaille, kuten mielenterveys- ja päihdepalvelut, näiden saatavuudessa ja avun piiriin pääsemisessä on haasteita. Sen vuoksi yksityiset toimijat ja kolmas sektori on täydentämässä ja

korvaamassa julkisia palveluja. Esimerkiksi Tampereella Muotialan asuin ja toimintakeskus ry on kolmannen sektorin toimija, joka tuottaa kuntoutumista edistävää mielenterveystyötä, kuten tuettua asumista, työhön kuntoutusta ja perhetyötä. Toimintakeskuksessa on mahdollisuus osallistua erilaisiin harrastus- ja ryhmätoimintaan. Päihdepalvelujen kolmannen sektorin toimijoita ovat asumispalveluissa on mm. A-Kilta ry, Sininauhaliitto ja Pelastusarmeija. (Heikkinen-Peltonen, Innamaa & Virta 2014, 59–60 ja 66.) Opinnäytetyöni keskiössä oleva SiniVidan yhteisöllinen ja tuettu asuminen on yksityinen palveluntuottaja, joka on toiminut mielenterveys- ja päihdepalvelujen tuottajana yksikössä vasta kevästä 2023 lähtien, mutta talolla on tuotettu mielenterveys- ja päihdekuntoutujien asumispalveluita jo vuodesta 2007, eri palveluntuottajien toimesta. Osa asukkaista on asunut asumisyksikössä sen valmistumisesta saakka.

### 3.2 Psykososiaalinen työ

Psykososiaalisten menetelmien kirjo on hyvin laaja ja käsitteistö ole täysin vakiintunutta meillä Suomessa eikä maailmallakaan (Sosiaali- ja terveysministeriö 2023a, 1). Sosiaalipalvelujen parissa työskennellessäni, olen huomannut, että käsitettä käytetään alalla paljon. Esimerkiksi SiniVidan palvelukuvauksen laatinut palvelualueen Psykososiaalisen tuen tiimi korostaa ohjauksen menetelminä niin osallisuuden edistämistä kuin psykososiaalisiakin keinoja asumispalveluissa (Palvelukuvaus, 2022).

Psykososiaalisuus-käsitettä käytetään usein kuvatessa työskentelymenetelmää esimerkiksi terapian, psykoterapian, intervention (väliintulo) ja sosiaalihuollon toimissa. Käytännössä on kuitenkin esiintynyt epäselvyyttä siinä, mihin vedetään raja psykososiaalisten hoitojen ja sosiaalihuollon psykososiaalisen työn välillä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2023a, 1 & 3.) Koen kuitenkin, että psykososiaalinen- terminä on tärkeä avata opinnäytetyssäni, koska se kuuluu tärkeänä työmenetelmänä, ei vain mielenterveys- ja päihdetyössä, vaan kaikenlaisessa sosiaalisessa kanssakäymiseen liittyvässä työssä, myös yhteisöpedagogin toimissa.

Psykososiaalisen sosiaalityön lähtökohtana pidetään yksilötyötä, josta yhdysvaltalainen Mary Richmond kirjoitti teoksen *Social Diagnosis* (1917). Richmond korosti ihmisten yksilöllisyyden, persoonallisuuden ja yksilöllisten sosiaalisten suhteiden tärkeyttä ja yksilön ongelmien tilannekohtaista arvioinnin merkitystä sosiaalityössä. Hän ei kuitenkaan vielä käyttänyt sanaa psykososiaalinen, vaan sen otti käyttöön 1940-luvun taitteessa Gordon Hamilton. (Niukkanen

2020, 32.) Psykososiaalinen-käsitettä on käytetty pitkälti lääketieteessä, esimerkiksi mielisairanhoidossa ja päihdehoidossa. Sen lisäksi kasvatustieteen ja kehityspsykologian alalla psykososiaalinen yleistyi käsitteenä jo 1970-luvulta alkaen. (Weckroth 2007, 427.)

Sana psykososiaalinen sisältää yksilön psyykkiset (mielenterveys) ja sosiaaliset tekijät (perhe, yhteisö). Psykososiaalinen tuki tarkoittaa yksilön omien voimavarojen ja hänelle ominaisten selviytymiskeinojen tukemista. (Sosiaali- ja terveysministeriö, muistio 2/2023, 3.) Sanoisin, että tämän taustalla on myös yksilön itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen: henkilö voi itse päättää hakeeko apua vaikkapa päihdeongelmaan vai ei ja jos hakee, niin minkälaista apua. Toiselle voi sopia vaikkapa vertaistukiryhmät ja jollekin toiselle yksilöterapia. Työntekijä voi toteuttaa ikään kuin automaattisesti, osin siis huomaamattakin, psykososiaalisia menetelmiä esimerkiksi ohjaustyössä. Mielestäni näistä on hyvä tulla tietoisiksi, koska silloin ohjaustyöstä voi tulla täsmällisempää ja laadukkaampaa.

Arjen työssä, mielenterveys- ja päihdeasukkaiden kanssa, psykososiaalinen työtapana näkyy erityisesti asukkaan kuntoutussuunnitelman laatimisessa ja sen toteuttamisessa. Kuntoutussuunnitelmassa asukas kertoo tuen tarpeistaan ja tavoitteistaan ja yhdessä ohjaajan kanssa kirjataan mahdolliset keinot, miten asetettuihin tavoitteisiin päästään. Voi esimerkiksi olla niin, että asukas ei syö ruokaa säännöllisesti eikä monipuolisesti, mutta hän itse haluaisi muutosta ravitsemustottumuksiinsa. Tällöin tavoitteena voi olla vaikkapa kaupassa käynti kaksi kertaa viikossa ja ruoan valmistaminen kahdeksi päivää kerrallaan. Voi olla kuitenkin niin, että asukas ei motivoitu ruoan laittamiseen yksin, jolloin voi sopia, että ohjaaja tulee sovittuina ajankohtina kotikäynnille ja valmistavat asukkaan kanssa yhdessä ruokaa. Päivittäisissä keskusteluissa voidaan kysyä, onko ruokaa tullut syötyä. Tavoitteissa huomioidaan aina yksilökohtainen toimintakyky, sairaudet ja rajoitteet, sekä asukkaan oma motivaatio. Oma kokemukseni on, että psykososiaalinen työ ei tähtää parantumiseen tai ongelman poistumiseen, vaan ihmisen toimintakyvyn ja hyvinvoinnin edistämiseen tai ylläpitoon, vuorovaikutuksessa toisten kanssa, sairauksista tai muista haasteista huolimatta. Tämä ajatus on toisaalta lähellä käsitettä toipumisorientaatio, mikä on myös tärkeä lähestymistapa mielenterveys- ja päihdeasiakastyössä, mutta en kuitenkaan avaa käsitettä enempää.

Psykososiaalinen voi teoriassa siis merkitä hyvin erilaisia asioita aina kotitöiden opettelusta monen vuoden terapiaan tai yksilökohtaisesta sosiaalityöstä internetissä toteutettuun luentoan. Kun kohdataan ihmisyyteen liittyviä ilmiöitä, joiden työstäminen on välttämätöntä tai joiden

huolehtiminen katsotaan kuuluvan perusoikeuksiin, on psykososiaalinen-käsitteestä hyötyä. (Weckroth 2007, 426&432.)

### 3.3 Yhteisöllinen asuminen

Yhteisöllinen asuminen tarkoittaa hyvinvointialueen järjestämää esteetöntä ja turvallista asumisyksikköä, jossa henkilö asuu tarpeitaan vastaavassa asunnossa ja jossa asukkaille on tarjolla sosiaalista kanssakäymistä edistävää toimintaa. Yhteisöllistä asumispalvelua järjestetään henkilöille, joiden toimintakyky on alentunut ja hoidon sekä huolenpidon tarve on kasvanut korkean iän, sairauden, vamman tai muun vastaavan syyn vuoksi. Tuettua asumista järjestetään henkilölle, joka erityisestä syystä tarvitsee hyvinvointialueen apua tai tukea itsenäiseen asumiseen tai itsenäiseen asumiseen siirtymisessä. Asumispalveluja voidaan täydentää muilla sosiaalihuoltolain mukaisilla palveluilla kuten ateriapalvelulla, vaatehuoltopalvelulla, siivouspalvelulla, asiointipalvelulla sekä osallisuutta ja sosiaalista kanssakäymistä edistävillä tukevilla palveluilla. (Laki sosiaalihuoltolain muuttamisesta 790/2022.) Tuettu asuminen on kevyempää asumispalvelua kuin yhteisöllinen asuminen, joka tarkoittaa käytännössä sitä, että tuetun asuminen on itsenäisempää ja ohjaajien tuki vähäisempää verrattuna yhteisölliseen asumiseen.

Yhteisöllinen asuminen on siis sosiaalihuoltolain mukaista asumispalvelua. Yhteisöllinen asuminen on itsenäisempää kuin ympärivuorokautinen asumispalvelu eikä sisällä esimerkiksi yövalvontaa. Palvelu tunnetaan entuudestaan myös nimellä palveluasuminen. Uusi nimitys tuli voimaan asumispalvelujen uudistusten myötä 1.1.2023. (Esperi.fi, 2023.)

### 3.4 Yhteisöllisyys ja yhteisöhoito

Yhteisöllisyys nähdään myönteisenä elämäntapana, jonka vastakohtana voidaan nähdä oman edun tavoittelu, itsekeskeisyys ja yksilöllisyyden korostaminen. Yhteisöllisyydestä on toivottu ratkaisua ja ehkäisykeinoa esimerkiksi nuorten syrjäytymiseen, koululaitosten kasvatusongelmiin, työntekijöiden uupumiseen ja vanhusten yksinäisyyteen. (Murto 2013, 9.) Yhteisöllisyys luo perustan kaikkien yhteisön jäsenten toimijuuden ja osallisuuden edistämiseksi. Yhteisöllisyys on tärkeä elementti vaikkapa päihdekuntoutujan tukemisessa ja vertaistoiminnassa. Esimerkiksi korvaushoidossa asiakkaiden yhteisöllisyys edistää yhteiskuntaan integroitumista, mikä on osa asiakkaiden psykososiaalista hoitoa ja kuntoutusta. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2020.) Mielestäni yhteisöissä tapahtuvaa mielenterveys- ja päihdetyöhön voi ottaa yhteisöhoitosta tuttuja menetelmiä. Tällöin yhteisö ottaa vastuuta jokaisen kuntoutumisesta yksilönä



ja ryhmänä mikä osaltaan edesauttaa henkilökuntaa luopumaan turhasta vallankäytöstä (Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos, 2020). On kuitenkin muistettava, että puhdas yhteisöhoito perustuu terapeuttilaiseen osaamiseen, mikä on suunnitelmallista ja useimmiten vaatii koulutuksen sekä sen, että yksikön toiminta on suunniteltu yhteisöhoiton pohjalta. Yhteisöhoitossa eli terapeuttilaisessa yhteisöhoitossa keskeinen hoitomenetelmä on asiakkaiden ja henkilökunnan muodostama yhteisö, jossa asiakkaat huolehtivat yhteisöstä ja yhteisö asiakkaista. Yhteisöhoitoa ei ole vielä se, että asukkaat esimerkiksi asuvat saman katon alla, tekevät yhteisiä arkiaskareita ja osallistuvat ryhmiin. Terapeuttilaisessa yhteisössä noudatetaan tarkkaa hoito-ohjelmaa ja päiväohjelmaa, sekä työntekijöiden ja asiakkaiden työnajako on erikseen ja selkeästi määritelty. Toiminta perustuu näkemykseen ihmisestä fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena kokonaisuutena ja esimerkiksi päihdeongelmaa tarkastellaan tämän kokonaisuuden valossa. (Ikonen, 2007.) Terapeuttilaisen yhteisön tavoitteena on vaikuttaa asiakkaaseen ja saada myönteistä muutosta asiakkaan asenteisiin, käyttäytymiseen, elämän arvoihin, itsetuntoon ja minäkäsitykseen (Murto 2013, 14).

Sanotaan, että yhteisöllisyyttä syntyy yhteisössä. Perinteisesti ihminen mieltää yhteisöksi esimerkiksi perheen, suvun, kylän ja heimon. Kaupungistuminen on kuitenkin lisännyt persoonattomuutta, jolloin monet ovat kadottaneet yhteisöllisyyden tunteen. Yhteisöllisyys voi siis liittyä paikkaan tai aiheeseen. Nykyajan yhteisöjä voi syntyä esimerkiksi yhteisen harrastuksen, ajattelutavan tai toiminnan pariin vaikkapa netin virtuaaliyhteisöissä (Sitra, yhteisöllisyys.). Samalla tavalla yhteisöllisyyttä voi syntyä palvelutaloissa, päivätoimintapaikoissa tai mielenterveys- ja päihdekuntoutujille tarkoitettussa yhteisöasumisen yksikössä. Tällöin jaetaan jokin useampi yhteinen asia, ei vain yhteinen kokoontumis- tai asuinpaikka. Tämä voi olla vaikkapa yhteinen kokemus, ajattelutapa, kiinnostuksen kohteet ja jotkin tavoitteet esimerkiksi raittiina pysyminen. Yhteisöllisyyttä edistää ymmärrys toisen tilanteesta ja tietynlainen vertaisuus.

Yhteisöllisyyden voimakkuus voi vaihdella yhteisön sisällä ajan saatossa. Yhteisön kestävyys edistämisessä, on tärkeää ymmärtää, miten yhteisöt toimivat. Osana yhteisöä ihmiset toimivat eri rooleissa, jotka kaikki vaikuttavat yhteisön päätöksentekoon ja yksilön suhtautumiseen eri asioissa. (Sitra, yhteisöllisyys.) Yhteisöllisyys edellyttää yhteenkuuluvuuden tunnetta, edes jollain tasolla. Ihmiselle on luontaisesti tärkeää kuulua johonkin ja tuntea yhteenkuuluvuutta. Kuuluminen ja toisaalta kuulumattomuus eri ryhmiin tai yhteisöihin voi vaikuttaa esi-

merkiksi siihen, miten muiden ryhmien tai yhteisöjen jäseniin suhtaudutaan. Yhteisöön kuulumisen vaikuttaa myös vuorovaikutukseen ja muovaa ihmisen identiteettiä. (Opetushallitus, yhteisöllisyys.)

### 3.5 Osallisuus

Englannin kielessä termi osallisuus käännetään sanaksi *participation*, mikä tarkoittaa sekä osallisuutta että osallistumista. Suomen kielessä nämä kuitenkin tarkoittavat kahta eri asiaa, jonka vuoksi ne on järkevä erottaa toisistaan. (Nivala & Ryyänen 2013, 10.) Osallisuudella on monta merkitystä ja tulkintaa, eikä ole yhtä tai oikeaa tapaa ymmärtää, mitä osallisuudella tarkoitetaan. Osallisuuden tulkintaan vaikuttavat myös aika ja paikka, jossa elämme. (Ilonen 2014, 6.)

Osallisuus on haastava käsite määriteltäväksi senkin vuoksi, että se on henkilökohtainen tunne ja kokemus. On kuitenkin joitain yleisesti hyväksytyjä määritelmiä, joilla osallisuutta voidaan kuvailla. Osallisuus on kokemus siitä, että tuntee kuuluvansa johonkin yhteisöön ja on mahdollisuus vaikuttaa tämän yhteisön toimintaan (Taskinen, 2018). Osallisuus on liittymistä, kuulumista, suhteissa olemista ja yhteisyyttä. Osallisuus on mukaan ottamista ja yhteensopivuutta. Se on osallistumista ja siihen liittyen vaikuttamista sekä demokratiaa. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2017, 3.)

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos on tänä vuonna julkaissut Osallisuuden edistäjä-oppaan, jossa on selkokielellä kiteytetty osallisuuden olevan sitä, että ihminen voi vaikuttaa omaan elämäänsä ja itselleen tärkeisiin asioihin. Osallisuus on yhteyttä toisiin ihmisiin ja sitä, että saa muilta arvostusta ja kiitosta. On huomioitavaa, että vaikeassa elämäntilanteessa (esimerkiksi sairastuessa ja köyhyydessä), osallisuuden tunne voi auttaa eteenpäin. Kokemus siitä, että voi osallistua ja vaikuttaa, on voimaa-antava tunne, jolloin esimerkiksi opinnoista tai töistä selviäminen onnistuu ja se voi jopa helpottaa sairaudesta toipumisessa. Osallisuus lisää ihmisen hyvinvointia ja turvallisuutta sekä parantaa palveluja. (Terveiden- ja hyvinvoinnin laitos, Osallisuuden opas 2023, 10.)

Osallisuus kuvaa ihmisen ja yhteisöjen, sekä ihmisen ja yhteiskunnan välistä suhdetta. Osallisuus on vahvasti yhteydessä ihmisen hyvinvointiin. Se on johonkin kuulumisen tunnetta ja kokemusta omasta merkityksestä osana jotain yhteisöä ja yhteiskuntaa. (Nivala & Ryyänen 2013, 10.) Osallisuutta voi jäsentää vaikkapa seuraavanlaisesti: ihminen on osallisena yhtei-

sössä, kun hän on osa yhteisöä (eli kuuluu johonkin) ja kun hän toimii osana yhteisöä (osallistuu), sekä kun hän kokee olevansa osa yhteisöä (tuntee kuuluvansa) (Nivala & Ryyänen 2013, 26). Mielestäni tärkeintä on viimeisin mainittu, kuulumisen tunne johonkin, koska se lisää ihmisen omaa merkityksen tunnetta.

Sini Vidan yhteisöllisessä ja tuetussa asumisessa annetaan asukkaille mahdollisuuksia osallistua ja vaikuttaa. Olen kuitenkin huomannut, että monelle se on haastavaa ja osa asukkaista ei välttämättä edes halua olla osallisena vaikkapa ryhmätoimintaan. Asukkaiden antaman palautteen perusteella, he toivoivat vaihtelua niin ryhmätoimintaan kuin tapahtumien sisältöönkin. Työryhmän kanssa pohdimme, millä tavalla asukkaita saataisiin enemmän osallistumaan jo järjestettyihin ryhmiin ja millä tavalla uusiakin asukkaita saataisiin mukaan.

Toinen tavoite oli järjestää sellaista toimintaa, joihin asukkaat itse olivat motivoituneita osallistumaan. Tässä menetelmänä oli ensin selvittää, mitä asukkaat toivovat. Toiminnan kehittäminen koettiin tärkeäksi myös sen vuoksi, että yhteisöllisyyden ja osallisuuden edistäminen on tärkeä osa asumispalvelun toimintaa. Itse olin eniten kiinnostunut siitä, minkälaista ja minkä tasoista yhteisöllisyyttä ja osallisuutta edistävää toimintaa talolla voitaisiin yleensäkin harjoittaa, koska toiminnan piti sopia niin työntekijöille kuin asukkaillekin. Samalla tiedostin, että yhteisöllisyyttä ja osallisuutta kehittävä toiminta tuli sopia asumisyksikön sen hetkiseen kulttuuriin, mutta parhaimmillaan kehittämistyö tulisi muokkaamaan asumisyksikön kulttuuria positiivisessa muodossa.

## 4 MENETELMÄLUVUT

### 4.1 Opinnäytetyön menetelmät

Kvalitatiivisen tutkimuksessa aineisto kootaan luonnollisissa, todellisissa tilanteissa ja tutkimus on luonteeltaan kokonaisvaltaista tiedonhankintaa. Tiedon hankinnassa suositaan tiedon keuruuta ihmisiltä esimerkiksi havainnoimalla ja keskustelemalla. Tutkija voi käyttää apuna myös lomakkeita ja testejä. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa pyrkimyksenä on paljastaa odottamattomia seikkoja. Aineistoa tarkastellaan yksityiskohtaisesti ja monitahoisesti. Aineiston hankinnassa suositaan menetelmiä, joissa tutkittavien näkökulma ja ”ääni” pääsevät esille. Tällaisia menetelmiä ovat esimerkiksi osallistuva havainnointi ja teemahaastattelut. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa kohdejoukko valitaan tarkoituksenmukaisesti ja tutkimussuunnitelma muotoutuu tutkimuksen edetessä. Tämä tarkoittaa sitä, että tutkimus toteutetaan joustavasti ja suunnitelmia muutetaan olosuhteiden mukaisesti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 160.)

Opinnäytetyöni on monimenetelmäinen laadullinen tutkimus, jossa on empiirisen tutkimuksen piirteitä. Tein opinnäytetyöni mielenterveys- ja päihdetyöntekijän arkityön ohessa, asukkaiden parissa ja suoritin myös kehittävän harjoitteluni SiniVidan yhteisöllisessä- ja tukiasumisessa opinnäytetyön aloittamisen ajankohtana. Empiirisen tutkimuksen tunnuspiirteitä ovat konkreettisten havaintojen tekeminen tutkimuskohteesta, havaintojen analysointi sekä mittaaminen tulokseksi saakka (Jyväskylän yliopisto 2014, Tutkimusstrategiat). Aineistonkeruumenetelminä olivat kohderyhmän, eli yhteisöllisen ja tuetun asumisen asukkaiden, havainnointi, kyselylomakkeet ja keskustelut heidän kanssaan. Haastattelin myös talon sairaanhoitajaa, Siniä, saadakseni työntekijänäkökulmaa aiheisiin. Sini toimii myös tiimivastaavan tehtävissä yhteisöllisessä ja tukiasumisessa. Tutkimuskohteesta (osallisuus ja yhteisöllisyys) saadaan monipuolisia ja kattavia tuloksia kun hyödynnetään useita erilaisia menetelmiä. Monimenetelmäisessä tutkimuksessa käytettävät menetelmät voivat olla sekä kvalitatiivisia että kvantitatiivisia menetelmiä. (Jyväskylän yliopisto 2014, Aineistonhankintamenetelmät.)

Kyselylomakkeiden vastauksista kokosin yhteenvedon, jotka tulevat luvussa kuusi esille. Vaikka alkuperäisessä yhteenvedossa järjestin vastaukset numeeriseksi taulukoksi, koin parhaaksi, että laadullisen tutkimustyön kaltaiseen opinnäytetyöhön julkaisen tulokset kirjoittaen

ne auki. Toimin tällä tavalla, koska otanta oli aika vähäinen kokonaisuusmäärästä ja tutkittavien ilmiöiden (osallisuus ja yhteisöllisyys) kannalta oli riittävää saada edes suuntaa antava kokonaiskuva siitä, mitä asukkaat toivovat ja mitkä heidän mielipiteensä aiheista ovat.

Aineiston analyysimenetelminä käytin enemmän laadullisia menetelmiä, mutta kyselytulosten analysoinnissa oli myös määrällistä eli kvantitatiivista menetelmää. Kyselylomakkeiden vastaukset ja työntekijähaastattelussa tulleet asiat otsikoin pääaiheittain lukuun kuusi. Kun aineistoa teemoitellaan, esiin nostetaan keskeisiä asiakokonaisuuksia ja tyypillisiä piirteitä, mitkä ovat oleellisia tutkimuskysymyksen kannalta (Juhila, Teemoittelu). Kyselytulokset ja haastattelut teemoittelin tärkeimpien aihekokonaisuuksien alle luvussa kuusi: **osallisuus ja yhteisöllisyys, vaikuttamisen mahdollisuudet ja osallistuminen, asukkaiden toiveet toimintojen suhteen, asukkaiden aktiivisuuden muutos ja järjestettyjen tapahtumien tarkoitus ja palaute**. Teemoittelu oli mielestäni luonnollisin tapa analysoida niin asukkaiden kuin työntekijänkin vastauksia, koska niissä oli paljon samoja piirteitä. Teemoittelu on laadullisen analyysin perusmenetelmiä, jossa aineistosta pyritään hahmottamaan eri aihepiirejä, jotka ovat toistuvia (Jyväskylän yliopisto 2016, Teemoittelu).

Havainnointitilanteet kuuluvat laadulliseen tutkimukseen ja ne olivat monipuoliset: kahdenkeskisistä keskusteluista ryhmien havainnointiin. Tarkoitukseni oli saada asukkaiden ”ääni” kuuluviin opinnäytetyössäni. Havainnoinnin avulla saadaan välitöntä, suoraa tietoa yksilöiden ja ryhmien toiminnasta ja käyttäytymisestä. Havainnointia voidaan sanoa todellisen elämän ja maailman tutkimiseksi ja se sopii hyvin kvalitatiivisen tutkimuksen menetelmäksi (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 208). Koska kohderyhmänä oli mielenterveys- ja päihdekuntoutujat, koin että saadakseni vastauksia kyselyihin, minun tuli saada asukkaiden luottamus tutkimusta kohtaan. Perustelin jokaiselle asukkaalle erikseen ja yhdessä toimintaani, kerroin opinnäytetyöstäni. Kyselyjä tehdessäni järjestin asukkaille turvallisen tilan (useimmiten asukkaan koti) ja kiireettömän hetken. Koska tunsin kuntoutujat entuudestaan, koin sen olevan eduksi aineiston keruussa. Yksi asukkaista sanoikin, ettei olisi tuntemattomalle välttämättä vastannut. Jos kyselylomake olisi jätetty asukkaan omalle vastuulle, vastauksia ei olisi välttämättä saatu niinkään monta, kuin mitä sain keräämällä ne asukaskohtaisesti ja suullisesti haastatellen.

Haastattelin myös alalla pitkään ollutta sairaanhoitajaa saadakseni ammattilaisten monipuolista näkökulmaa. Toteutin teemahaastattelun, jossa lähetin kysymysrunгон etukäteen, mutta varasin haastatteluun aikaa riittävästi, että muuhunkin keskusteluun jäisi aikaa. Haastattelutilanne oli elävä ja haastateltava sai kertoa vähän enemmänkin ajatuksiaan, mitkä ei sinänsä liittynyt

aiheeseen. Poimin opinnäytetyöhöni tuloksiin haastattelusta nousseita asioita esille, mitkä koskivat erityisesti osallisuutta ja yhteisöllisyyttä SiniVidalla. Teemahaastattelun muoto antaa mahdollisuuden monipuoliselle vuorovaikutukselle, koska aiheiden esittämiselle ei ole esimerkiksi tiukkaa järjestystä, vaikka ne ovat ennalta määriteltyjä. Teemahaastattelussa on kysymysrunko, mutta keskustelun sisältö etenee tilanteen mukaan. Valitut teemat käydään läpi haastateltavan kanssa ja valmistelu vaatii aiheeseen perehtymistä ja sitä, että haastateltava on huolellisesti valittu, eli sellainen, joka tuntee haastattelun aiheet entuudestaan hyvin. (Näpärä 2017.) Tiimivastaavana toimiva sairaanhoitaja Sini kertoi yhteisöllisyyden olevan itselleen tärkeä aihe. Perustelut sairaanhoitajan valintaan haastateltavaksi löytyy luvusta kuusi. Yksikön johtajan haastattelu oli yksi kehittävän harjoittelun tehtävistä, jota käytin opinnäytetyössäni hyödyksi.

Yhdessä työryhmän kanssa suunnittelimme ja järjestimme osallisuutta edistäviä ryhmiä ja tapahtumia, ja arvioimme niiden toteutusta yhdessä asukkaiden ja muiden ohjaajien kanssa. Tämä kertoo siitä, että opinnäytetyöni koski koko talon yhteisen toiminnan kehittämistä ja siihen osallistui muutakin henkilökuntaa. Opinnäytetyön prosessin aikana kiinnitin erityistä huomiota myös viestintään. Otin vastuukseni toimittaa kuukausittaista ”talon lehteä”, missä tiedotettiin tulevista ryhmistä ja tapahtumista. Lehden tekemiseen sain houkuteltua myös pari talon asukasta mukaan, mikä tukee ajatusta osallisuuden edistämisestä. Toimin myös ”somevastaavana” työpaikallani, eli teen Facebook-päivityksiä talon arjesta ja tapahtumista, jolloin yhteistyökumppanit ja muut kiinnostuneet voivat niitä seurata. Toimin useimmiten myös yhteisökokouksen vetäjänä ja kirjanpitäjänä, mikä kokoontui kuukausittain yhdessä talon asukkaiden ja muiden ohjaajien kanssa.

Keräsin aineistoa opinnäytetyöhöni pitkältä ajalta. Kokonaisuudessaan aineiston keruu kesti noin puoli vuotta. Opinnäytetyötäni koskevat ryhmien ja tapahtumien alkuperäinen tarkoitus oli tukea talon toimintaa sekä edistää asukkaiden osallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Näin ollen opinnäytetyö vastasi tilaajan tarpeisiin ja sillä oli tarkoitus kohentaa kohderyhmän elämänlaatua. Koska arki tuo tullessaan monenlaisia muuttujia, huomioin nämä aineistoa kerätessäni, enkä esimerkiksi alkanut järjestää virikeryhmää sellaisena päivänä, jolloin se ei sopinut talon arjen kulkuun tai asukkaiden aikatauluun. Huomioin myös sattumanvaraiset negatiiviset muutokset yhteisössä esimerkiksi väkivaltatapaukset tai kuoleman tapaukset. Tällaisina aikoina en tuonut kehittämistyötä arkeen vaan huolehdin asukkaiden hyvinvointia ja turvallisuutta yhdessä muun työryhmän kanssa. Aineiston ja tulosten analysoinnissa käytin sekä määrällistä että laa-

dullista analyysia. Laadulliseen analyysiin liittyi todellisissa tilanteissa muodostuneet keskustelut esimerkiksi ryhmätoimintojen aikana ja määrälliseen analyysiin liittyi kyselyjen tulosten analysointi. Ryhmistä ja niiden havainnoinnista kerron luvussa kuusi.

Opinnäytetyöhöni keräsin tietoa myös kirjallisuudesta. Kari Murto on toimittanut kaksi teosta yhteisöhoidosta, joista uusin, *Terapeuttinen yhteisö*, on pääasiallinen tietopohja opinnäytetyölleni osallisuudesta ja yhteisöllisyydestä. Vaikka alkuperäinen tavoite oli tehdä yhteisöllisestä ja tuetusta asumisesta nimensä veroinen järjestämällä enemmän yhteisöllistä toimintaa, tärkeintä oli ensisijaisesti kuulla asukkaiden toiveita ja kokemuksia asian suhteen.

## 4.2 Opinnäytetyön eettisyys

Kerätessäni opinnäytetyötäni varten aineistoa, toimin SiniVidan yhteisöllisessä ja tuetussa asumisessa opiskelijan roolissa. Salassapitovelvollisuus on työni kautta kuitenkin tuttu ja tärkeä asia, enkä tuo asukkaiden henkilökohtaisia tietoja tai arkaluontoisia asioita opinnäytetyössäni esille. Sain tilaajalta tutkimusluvan lomake- ja haastattelukysymyksiin. Ennen kyselyyn vastaamista, pidin asukkaille suullisen tiedonantotilaisuuden asiasta. Kyselyyn vastasivat vain vapaaehtoisiksi ilmoittautuneet asukkaat. Vastanneet asukkaat saivat sekä suullisen, että kirjallisen tiedoksiannon ja kirjallinen informointilomake jäi asukkaalle itselleen. Informointilomakkeessa selvisi tilaaja, kyselyn tarkoitus ja tavoite, sekä tietojen käyttö. Kyselyyn suostuneet asukkaat allekirjoittivat suostumuslomakkeen. Vaikka kyselyssä ei kerätty henkilötietoja tai muita arkaluontoisia asioita, suostumuslomake on myös asukasturvallisuutta ajatellen tärkeä, jos asukkaalle jää epäselväksi mihin olikaan suostunut. Tällaista tilannetta ei kuitenkaan tullut.

Toteutin strukturoidun haastattelun halukkaille asukkaille. Haastatteluja ei kuitenkaan litte-roitu, vaan asukkaiden kanssa täytettiin lomakevastaukset kirjallisena. Pidin muistiinpanoja asukkaiden tärkeistä kommentteista, jotka on liitetty kyselylomakkeiden analysointilukuun (luku 6) ja opinnäytetyössäni käytin suoria lainauksia asukkaiden toiveista ja palautteesta. Tämä tuo mielestäni asukkaiden äänen konkreettisesti kuuluviin, mikä on opinnäytetyön tarkoituskin.

Koska olen toiminut talossa ohjaajana pitkään, tunsin asukkaat entuudestaan ja he tunsivat minut. Se auttoi minua saamaan vastauksia. Eräs asukas totesikin, että ei olisi vastannut kyselyihin, jos ei minua entuudestaan tuntisi. Koen, että molemminpuolinen luottamus mahdollisti sen,

että sain vastauksia kyselyihin. Toisesta näkökulmasta ajatellen, itselleni haasteellisinta oli esittää kysymyksiä ilman ennakko-oletuksia siitä, mitä osallistujat vastaavat. Tällöin kävi niin, että yllättävän vastauksen saatuani, asukas pystyi ilmeistäni tulkitsemaan yllättyneisyyden. Tästä yksi vastaajista sanoi ja tein parhaani, että en toistanut sitä seuraavien kanssa. Vaikka pyrin olemaan ennakkoluuloton ja mahdollisimman neutraali, tuttuus ja tieto esimerkiksi asukkaiden sairauksista mahdollisesti vaikutti ajatuksiini ja tuntemuksiini kyselyä tehdessä. Toisaalta pidin ne omana tietonani ja jos asia jäi häiritsemään, keskustelin asiasta kollegoiden kanssa. Opin näytetyöhön en tuonut sellaisia ajatuksiani tai havaintojani esille, mitkä ei konkreettisesti vaikuttaneet tuloksiin.

### 4.3 Ryhmien monipuolistaminen

Erilaiset ryhmät muodostavat tärkeän osan yhteisöllistä hoitoa ja kuntoutusta. Ryhmien laatu ja määrä riippuu yhteisön koosta ja asukaskunnasta. Tavallisimpia ryhmiä ovat teemaryhmät ja toiminnalliset ryhmät, joiden sisältö voi vaihdella ajankohtaisten aiheiden keskusteluryhmästä elokuva-ryhmään ja liikuntaryhmästä kädentaito- tai peliryhmään. Ryhmien ohjaajina toimivat tavallisesti työntekijät sen mukaan, mitä oma erityisosaaminen ja mielenkiinto on. (Murto 2013, 43.)

Esittelin alussa SiniVidan ryhmätoimintoja. Nämä viikoittaiset ryhmät ovat yhteisölle tärkeitä ja ovat osa toiminnallista rakennetta. Asukkaat ovat kuitenkin toivoneet vaihtelua ja yhteisökokouksessakin asukkaat toivoivat keväällä 2023 enemmän tekemistä ja vaihtelevuutta ryhmätoimintojen sisältöön. Useampi kuin yksi osallistujista toivoi askartelu- tai kuvataidetyyppistä ryhmää, missä asukkaat pääsisivät itse tekemään käsillään jotain. Kerroin asukkaille, että voisin pitää muutaman kerran kuvataideryhmää osana kehittävää harjoittelua. Uskalsin tätä ehdottaa, koska pidän itse maalaamisesta ja askartelusta, ja jonkin verran sitä harrastanutkin. Moni oli kiinnostunut osallistumaan.

Lähdin suunnittelemaan ryhmätoimintaa osana kehittävää harjoitteluani kesäkuussa 2023. Olin alkuun varannut vain kolme kokoontumiskertaa ryhmälle, mutta ryhmän aloittaessa ja töiden edetessä pidimme vielä kaksi lisäkertaa, että jokainen osallistuja sai työnsä valmiiksi. Ensimmäisellä kerralla osallistujia oli kahdeksan. Olin järjestänyt kahvia ja keksiä paikan päälle ja keskustelimme alkuun yleisellä tasolla luovuudesta ja käsillä tekemisestä. Aika nopeasti ryhmäläiset rentoutuivat ja kertovat omista taustoistaan esimerkiksi taideopinnoistaan tai luovista



ammateistaan. Osallistujat kertoivat ryhmän vaikuttavan hyvältä, koska jakoivat samoja mielenkiinnon kohteita.

Ensimmäisellä kerralla päätimme, mitä aiomme lähteä tekemään. Osallistujat innostuivat ehdotuksestani kuvansiirtotekniikasta, missä tulostettu kuva siirretään liiman ja/tai lakan avulla canvas-työkalulle. Tekniikka oli itsellenikin uusi ja sain idean kehittävän harjoitteluni ohjaajalta. Käytännössä siis opettelin yhdessä asukkaiden kanssa jotain uutta. Tein ensin itse niin sanotun mallityön ja YouTube videoiden sekä sanallisten ohjeiden turvin osallistujat lähtivät työn touhuun. Tekniikka oli aika haastava ja muutama epäonnistuminen tuli. Tämä ei kuitenkaan lannistanut osallistujia, vaan he tekivät uuden työn. Vaikka kirosanoilta ei aina vältytty ryhmää kuvasti enemmän se, että epäonnistumisiin suhtauduttiin huumorilla. Myös valitulla kuvalla oli henkilökohtainen merkitys: osa oli valinnut oman nuoruuskuvan, yksi valitsi vanhan lemmikkinsä kuvan ja toinen menehtyneen ystävän kuvan. Asukkaat myös auttoivat toisia ja antoivat neuvoa. Valmiit teokset asetettiin asukkaiden luvalla näytille yhteisiin tiloihin, ohjaajien tilojen ikkunalle. Ryhmälle toivottiin jatkoa ja pidin sitä heti vuosiloman jälkeen vajaa pari kuukautta. Ryhmä kokoontui joka perjantai-ilta. Osallistujat sitoutuivat ryhmään aika hyvin, osallistujia oli ryhmäkerroilla 4–8 asukasta. Oli aika selvää, että jokainen ei osallistu joka ikiselle kerralle. Toisaalta näin tämän positiivisena asiana, siinä mielessä, että jos asukkaalla on huono päivä, ettei esimerkiksi siedä yhtään ärsykejä tai muita ihmisiä, voikin olla paras että jättää yhden kerran väliin. Koin kuitenkin, että ryhmäläiset pystyivät harjoittamaan vuorovaikutustaitojaan tekemisen äärellä ja toisten kanssa keskustellen. Ohjaajana huolehdin myös sen, että kysyin poissaolevilta kuulumiset ja kannustin tulemaan seuraavalle kerralle. Kesäkuussa mukana olleet tulivat ryhmään uudelleen lomani jälkeen ja ryhmään tuli myös uusi asukas.

Kuvataideryhmän jälkeen marraskuussa 2023 aloimme pitää joka toinen perjantai-ilta Hyvän mielen ryhmää asukkaille. Ryhmän idea lähti asukkaiden toiveista, mitä tuli myös kyselyissä esille. Asukkaat toivoivat keskusteluryhmää tai ryhmää, missä olisi vaihtuva teema ja sisältö. Ryhmässä toteutuu myös vertaisuus. Hyvän mielen ryhmästä vastaa kolme ohjaajaa, itseni mukaan lukien. Teemat on päätetty etukäteen yhdessä asukkaiden kanssa. Keskeistä ryhmässä on vuorovaikutteisuus ja tietyn teeman ääreen paneutuminen. Omalla ryhmän ohjausvuorollani olemme asukkaiden kanssa käsitelleet omia vahvuksiamme ja toiveitamme erilaisten korttien avulla. Ryhmä jatkuu edelleen ja sen on tarkoitus kestää kevääseen 2024 saakka. Olen nyt huomannut, että keskusteleva ryhmä on siinä mielessä erilaisempi kuin toiminnallinen kuvataideryhmä, että asukkaita saa aika paljon houkutella yhteisen asian äärelle, kun ei ole konkreettista

tuotosta mitä työstää. Ryhmä on vielä aika alussa analysoitavaksi, mutta omilla ohjaajuskertoilla olen huomannut, että parhaimmillaan ryhmä on keskustelevalta, kuunteleva ja nauravainenkin, mutta viimeksi iso osa osallistujista olivat väsyneitä eikä oikein keskustelua aiheesta syntynyt. Tarkoitus oli kertoa toisesta asukkaasta joku positiivinen asia. Halutessaan sai käyttää pöydällä olevia vahvuuskortteja, joissa oli neutraaleja tai positiivisia adjektiiveja. Vain kaksi halusi osallistua vahvuuskorttien valintaan- Eräs asukasta sanoi, että vahvuuskorttien valinta kaverille on, kuin osoittaisi tätä sormella, eli jopa loukkaavaa. Yksi osallistujista lähti mitään sanomatta pois (tähän palasin hänen kanssaan myöhemmin). Koin ryhmän hieman rakoilevan, ymmärsin että keskusteluun ei voi pakottaa. Päätin keittää ryhmäläisille kahvit ja vapaa puheensorina alkoi pian.

Jokainen asukas luo omalla toiminnallaan yhteisön ilmapiiriä ja kulttuuria. On kuitenkin muistettava, että henkilökunnalla ja yksikön johtajalla on iso merkitys siinä, syntykö henkilökunnan ja asukkaiden välille hyvä luottamus, jolloin ryhmissä keskustelu on avointa ja ilmapiiri salliva ja turvallinen. (Murto 2013, 29.) Ajatusten vaihto avautui vasta viimeisellä kahdella kymmenellä minuutilla ja jouduin sitten keskustelun hieman keskeyttämäänkin lopussa. Mielienkiinnolla odotan mihin ryhmä kehittyy. Ensi kerralla on tarkoitus keskustella sanan voimasta. Toimessa on tarkoitus käyttää runoja apuna omien tunteiden tulkitsemiseen. Yksi osallistujista lähti mitään sanomatta pois (tähän palasin hänen kanssaan myöhemmin). En kerhtonut osallistujille seuraavan kerran tarkkaa sisältöä, koska monelle voi tulla suorituspainetta ja yliajattelua, mitkä voisivat estää ryhmään osallistumisen. Tämän kertainen ryhmä päättyikin sitten vapaaseen keskusteluun.

Ryhmien merkitys mielenterveys- ja päihdekuntoutujien parissa on merkittävä. Ryhmätoiminta tarjoaa osallistujille sosiaalisia kontakteja ja mahdollisuuksia vahvistaa erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa tarvittavia taitoja sekä mielekästä tekemistä. Ryhmien tavoitteena on lisätä osallisuutta ja vertaistuen kokemusta oman kokemuksen jakamisella ja vaihtamisella. Toiminnallisten menetelmien käyttö lisää osallistujan aktiivista roolia ja toimintaan osallistujasta voi tulla myös toiminnan toteuttaja. Ryhmätoimintoihin osallistumisessa voidaan käyttää erilaisia kannustimia kuten maksuton matkalippu ja lounasruokailu. (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos, Ryhmä-toiminta ja toiminnalliset menetelmät.)

#### 4.4 Järjestetyt tapahtumat

Toukokuussa 2023 aloimme suunnittelemaan talon tulevia tapahtumia ja muuta toimintaa asukkaille. Ohjaajat kertoivat omista ideoistaan ja asukkailta kysyttiin yhteisökokouksessa ja kotikäyntien yhteydessä, mitä he haluaisivat kesän aikana tehdä ja minne reissata. Tavoitteena oli, että joka kuukaudelle olisi jokin tapahtuma. Tuolloin talolla ei vielä toiminut tapahtumatyöryhmä, joten tiedustelun asukkaiden toiveita yhteisten tapahtumien suhteen myös kyselylomakkeessani ensimmäisessä asukaskyselyssä.

Kesäkuu alkoi koko talon yhteisillä kesäjuhlilla, johon kutsuttiin asukkaiden omaisia mukaan. Tarjolla oli makkaraa, mehua, kahvia ja kakkua. Musiikkia oli toivottu ja talolle tuli esiintymään asukkaille tuttu trubaduuri. palveluntuottaja oli keväällä 2023 vaihtunut SiniVidaksi ja juhlissa esittäytyivät myös toimitusjohtaja ja toimialajohtaja. He olivat asukkaiden parissa ja vastailivat kysymyksiin. Kesäjuhlista tuli myöhemmin positiivista palautetta asukkailta ja omaisilta.

Heinäkuussa oli yhteisöllisen ja tuetun asumisen asukkaille tarkoitettut, leikkimieliset kesäolympialaiset. Toiminnot olivat suunniteltu sellaisiksi, että esimerkiksi pyörätuolissa istuva voi ne suorittaa. Tehtävissä oli mm. aasin häntäkilpailu, keilausta ja tarkkuusheittoa hernepusseilla. Parhaimmisto sai pieniä palkintoja. Heinäkuussa tehtiin myös yksikön yhteinen reissu kyläkauppa Tuuriin. Osallistujia oli mukavasti, mutta tilattu linja-auto ei kuitenkaan tullut täyteen. Mukaan pakattiin matkaeväitä ja asukkaat saivat ruokailta Tuurin kyläkaupan buffetissa talon kustantamana. Reissu oli osallistujien mielestä onnistunut ja osa innostui shoppailemaankin.

Elokuussa vietettiin grillikauden päättäjäisiä, jolloin talo tarjosi makkarat. Kesäperjantaisin asukkailla on mahdollisuus grillata omia makkaroita talon grillillä. Ilmojen viiletessä grilli-illat vaihtuivat elokuvailtoihin yhteisissä tiloissa. Perjantai-illoissa kokoontui myös ohjaajien järjestämät vaihtuvat ryhmät kuten kuvataide- ja hyvän mielenryhmät. Kerran yksi asukkaistamme innostui pitämään itse suunnittelemansa toiminnallisen tuokion, kyse oli arvonnasta, johon hän oli hankkinut itse jopa palkinnot. Tästä tiedotettiin talon kuukausitiedotteessa.

Sadonkorjuujuhlia vietettiin lokakuussa. Juhlat olivat kaikille talon asukkaille tarkoitettuja ja paikalla oli myös musiikkiesiintyjä. Asukkaiden toiveita oli kuunneltu ja tarjottavana oli hot-dogeja valitsemillaan mausteilla. Edellisenä vuonna talolla järjestettiin Halloween-teemaiset juhlat, mutta osa asukkaista oli antanut palautetta, että Halloween on hieman lapsellinen ja kaupallinen juhla, joten teemaa muutettiin asukkaiden toiveiden mukaiseksi.

A-Kilta on pitkän linjan yhteistyökumppanimme jo siitä syystä, että se toimii osalla asukkaista vuokranantajana. A-Killan edustaja tuli lokakuussa kertomaan toiminnastaan ohjaajille ja asukkaille. Esittelyn tarkoitus oli tavoittaa mahdollisimman monta halukasta A-Killan tarjoamille matalan kynnyksen toiminnoille, joihin Sini Vidan yhteisöllisen ja tuetun asumisen asukkaatkin ovat tervetulleita.

Joulukuussa talolla järjestettiin runsaasti kausiluonteisia toimintoja ja tapahtumia. Asukkaille oli mm. piparien ja torttujen leivontaa, joulukorttipaja, elokuvateatteriin meno ja itsenäisyyspäivän kakkukahvit. Jouluiselle Tallipihalle oli tarkoitus tehdä retki, mutta sää oli sen verran huono, että asukkaat eivät siihen osallistuneet. Yksi halukas osallistuja pääsi kuitenkin ohjaajan kanssa paikalla käymään. Lisäksi talolla järjestettiin jälleen yhteiset joulujuhlat, jossa oli musiikkiesiintyjä ja tarjottavaa. Kausiluonteisista koristeluista, kuten joulusomisteista, huolehtii ohjaajat ja halukkaat asukkaat saavat osallistua. Joulukuussa järjestettiin myös yhteisjoululaulua seurakunnan toimesta. Seurakuntatoimi pitää talollamme myös viikoittaista hengellistä ryhmää halukkaille ja sen lisäksi seurakunta tarjosi joululounaan talollamme heille, joilla ei olisi siihen muutoin ollut varaa.

Suomen Karva-Kaverit ry tarjoaa eläinavusteista vapaaehtoistoimintaa, jossa eläimen avulla tuodaan iloa ja vahvistetaan ihmisen terveyttä ja sosiaalista hyvinvointia. Eläinavusteinen toiminta ehkäisee ihmisen hyvinvoinnin ongelmia. (Suomenkarvakaverit.fi.) Järjestön kautta talolla kävi kesän ja syksyn aikana neljä kertaa koiria omistajineen ilahduttamassa asukkaitamme ja henkilökuntaa. Tätä on toivottu uudelleen vuodelle 2024.

Tapahtumien järjestämiseen osallistui koko työryhmä. Jotkut ohjaajat intoutuivat pitämään myös kertaluontoisia teemaryhmiä mm. kauhuelokuvaillat Halloweenin aikaan. Koen, että yhteisöllisen toiminnan kehittämisessä oli mukana koko työpaikka. **Yhteistoiminnallinen**

## 5 TOIMINNALLISEN RAKENTEEN KEHITTÄMINEN

### 5.1 Yhteisöllisen ja tuetun asumisen toiminnallinen rakenne

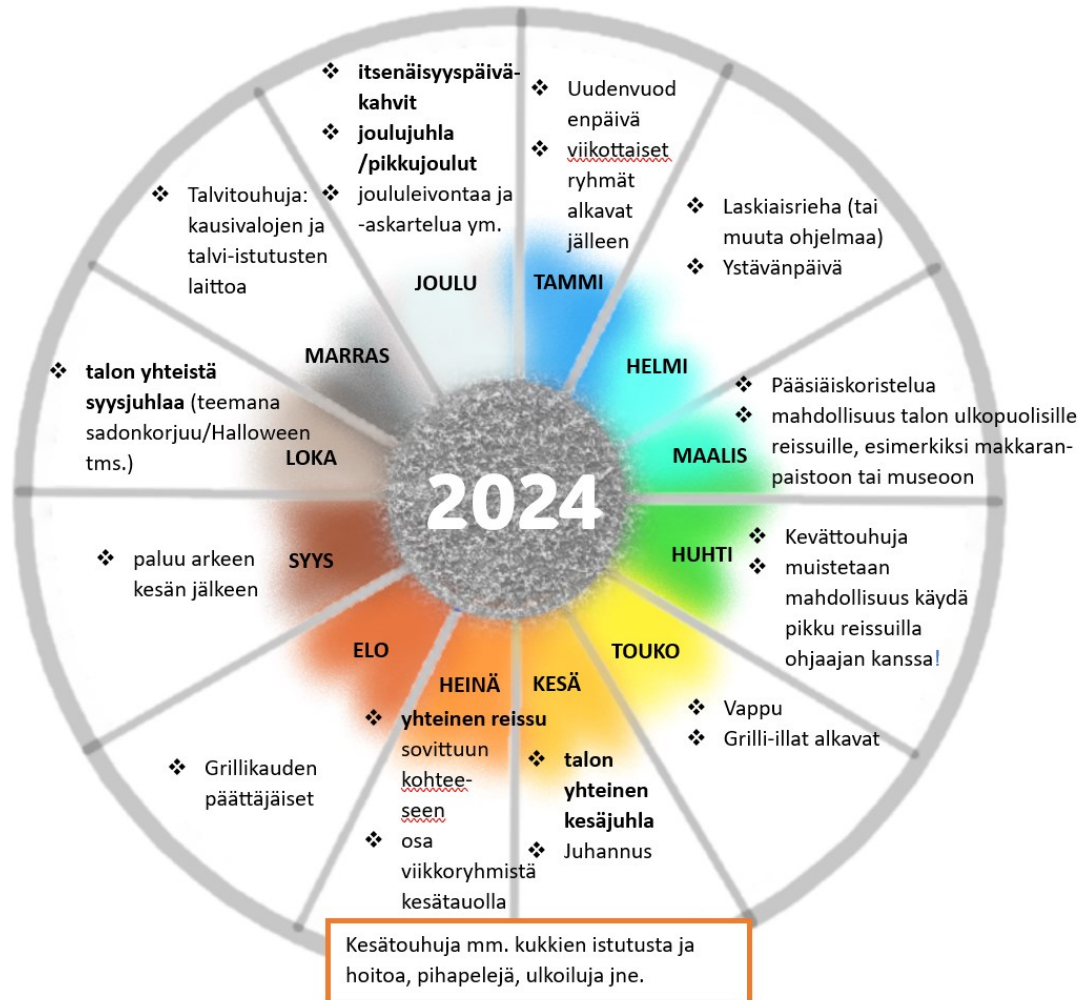
Toiminnallinen rakenne tarkoittaa kaikkia yhteisön toimintoja vuorokauden aikana: nukkuminen, aamutoimet, ruokailut, vapaa-ajan aktiviteetit, työt ja ryhmätoiminnot (Murto 2013, 28). SiniVidan toiminnallinen rakenne koostuu arjen yhteisistä toimista kuten lääkejakoajoista, yhteisistä kauppapäivistä palvelubusseilla, ruokailuista ja ryhmätoiminnoista. Talolla on oma lukujärjestys, jota päivitetään 2-3x/vuodessa. Lukujärjestys on jaettu jokaiselle talon asukkaalle ja se käydään uusien asukkaiden kanssa läpi. Se on myös yleisissä tiloissa nähtävillä. Lukujärjestys auttaa asukkaita hallitsemaan yhteisön kokonaisuutta ja tukee vierailijoiden sekä uusien jäsenien orientoitumista yhteisön arjen hallintaan.

SiniVidan toiminnallista rakennetta pyrittiin selkeyttämään. Viikkolukujärjestyksen lisäksi talolle on tulossa käyttöön oma vuosikello. Tein osana opinnäytetyötäni talolle vuosikellon tapahtumista ja kausiluonteisista juhlista. Vuosikellon on tarkoitus laittaa talon yhteisiin tiloihin näkyvälle paikalle hieman suurempana versiona. Näin ollen asukkaat ja työntekijät pystyvät paremmin hahmottamaan koko vuotta ja siihen liittyviä järjestelyitä. Vuosikello on talon tapahtumatyöryhmän käytössä. Tapahtumatyöryhmä on yksi yhteisön foorumi talolla, missä asukkaat ja henkilökunta suunnittelevat yhteistä toimintaa. Muista yhteisiä asioita käydään talolla läpi yhteisökokouksessa. Tapahtumatyöryhmä aktivoitiin uudelleen marraskuussa 2023, koska tapahtumien suunnittelemiseen ja toteuttamiseen vaaditaan kuitenkin vastuuhenkilöt ja aikaa. Kyseinen ryhmä osallistaa myös asukkaat toiminnan suunnitteluun ja olen itse mukana sen toiminnassa.

### 5.2 Vuosikello

Suunnittelemani vuosikello on suuntaa antava talon tapahtumien kulusta vuoden aikana ja muutokset ovat mahdollisia. Esimerkiksi talon yhteinen kesäreissu voi sijoittua heinäkuun sijaan myös elokuuhun. Vuosikellossa näkyvien tapahtumien lisäksi SiniVidan yhteisöllisessä ja tuetussa asumisessa järjestetään paljon muutakin oheistoimintaa tilanteeseen sopivalla tavalla. Asukkaat voivat keskenään tai ohjaajan kanssa esimerkiksi pelata korttia tai lautapelejä yhdessä, käydä kävelylenkillä tai vaikka pikku reissulla kaupungille. Vuosikellosta puuttuu mah-

dolliset vierailut, koska niitä ei olla vielä suunniteltu koko loppuvuodelle. Esimerkiksi tammi-kuussa kulttuuritoimija Luotsi tulee esittelemään talolle toimintaa ja alkuvuodesta A-Killan on tarkoitus tulla uudelleen talolle vierailulle ja kannustaa asukkaista mukaan toimintaansa.



### 5.3 Yhteisökokouksen kehittäminen ja yhteisön aamuhetket

Toiminnalliseen rakenteeseen kuuluvat myös yhteisölliseen hallintaan liittyvät toiminnot. Yhteisöllisyyden ylläpitämiseksi keskeisiä toimintoja ovat erilaiset yhteistyöfoorumit, joissa asukkaat ja henkilökunta suunnittelevat, päättävät ja arvioivat yhteisön, ryhmien ja yksilöidenkin tilannetta ja kehitystä. (Murto 2013, 28.)

SiniVidan yhteisöllisessä ja tuetussa asumisessa yhteisökokouksia pidettiin alkuun joka viikko. Koronarajoitusten aikana yhteisökokouksia ei ollut lainkaan. Rajoitusten päättymisen jälkeen

huomasimme, että viikoittaisiin kokouksiin oli hankala saada osallistujia. Osallistuneet asukkaat kertoivat, ettei kokouksissa tule koskaan mitään uutta tietoa tai se antaa hyvin vähän osallistujilleen. Yhteisön tärkein foorumi on yhteisökokous, mihin osallistuvat talon henkilökunta ja asukkaat.

Yhteisökokous tarjoaa osallistujalle välittömän omakohtaisen kokemuksen yhteisöstä, mihin kuuluu. Ilman tällaista kokemusta yhteisö jää helposti etäiseksi, eikä sen positiivisia vaikutuksia voida hyödyntää asukkaiden kuntoutusta ajatellen. Yhteisökokouksen onnistuminen vaatii henkilökunnan ja asukkaiden arvostuksen, muutoin se voidaan kokea vain välttämättömäksi rituaaliksi ja tällöin sillä ei ole kasvattavaa vaikutusta. (Murto 2013, 29.)

Päätimme yhdessä henkilökunnan ja asukkaiden kanssa harventaa yhteisökokouksien kokoon-tumisia vain kerran kuukaudessa tapahtuvaksi. Sen lisäksi kannustimena kokoukseen osallistu-jille tarjotaan keksiä ja mehua. Nykyään yhteisökokoukseen osallistuu keskimäärin kymmenen asukasta ja työvuorossa olevia ohjaajia. SiniVidalla yhteisökokoukseen osallistuminen on va-paaehtoista, mutta suositeltavaa. Siitä muistutetaan ja informoidaan mm. talon omassa lehti-ssä. Uudet tulokkaat, niin asukas, työntekijä kuin opiskelijakin, saavat esitellä itsensä yhtei-sökokouksissa. Talollamme tuskin koskaan päästään siihen, että jokainen asukas osallistuisi kokoukseen, koska yhteinen toiminta on kuitenkin vapaaehtoista eikä yhteisökokouksen sisältö välttämättä motivoi asukkaita tulemaan paikalle. Yhteisökokouksista pidetään pöytäkirjoja, jotka ovat kaikkien asukkaiden saatavilla yhteisissä tiloissa.

Alkukesästä 2023 päätimme aloittaa myös aamuhetkien pitämisen asukkaiden kanssa. Idea lähti siitä, että halusimme parantaa yhteisen tiedon saavutettavuutta ja samalla tukea asukkaita esi-merkiksi päivän kulun hahmottamisessa ja muistuttaa päivän ryhmästä ja mahdollisista muista tapahtumista. Aamuhetket pidetään yhteisissä tiloissa aamupalan aikaan, jolloin se tavoittaa mahdollisimman monta asukasta. Ohjaajan pitäessä aamuhetkeä kerrotaan päivän ja nimipäivän lisäksi työvuorossa olevat työntekijät sekä päivän ruokalista. Yhteiset ryhmät ja tapahtumat kerrotaan myös ja asukkaat saavat esittää kysymyksiä. Kenenkään henkilökohtaisia menoja ei yhteisessä aamukokouksessa kerrota. Aamuhetken päätteeksi ohjaaja tai asukas voi halutessaan kertoa jonkin sanonnan, vitsit tai vaikkapa runon. Esimerkiksi joulukuussa joulukalenterissa oli joka päivälle jouluihin ajattelma tai runo.

## 6 ASUKASKYSELYT JA HAASTATTELU

Kyselylomakkeilla keräsin asukkaiden kokemuksia osallisuudesta ja yhteisöllisyydestä niin asukkaan omana henkilökohtaisena tunteena kuin talon toimintaa ajatellen. Ensimmäisen kyselyn suoritin heinäkuussa 2023 ja sen tarkoitus oli selvittää asukkaiden ajatuksia ja toiveita yhteisiä toimintoja ajatellen, niin että työntekijät saisivat täsmällistä tietoa, minkälaista toimintaa yhteisöllisessä ja tuetussa asumisessa tulisi järjestää. Tuolloin talolla ei vielä kokoontunut tapahtumatyöryhmää. Kyselyjen tulokset kävin läpi yhteisökokouksessa 7.9.2023.

Loppuvuonna 2023 tein jatkokyselyn ensimmäiseen kyselyyn osallistuneille asukkaille. Sen tarkoitus oli selvittää, miten yhteisen toimintojen järjestämisessä onnistuttiin ja samalla asukkaat saivat antaa toiminnoista palautetta. Valmiin opinnäytetyön lisäksi olisi mukava, jos yhteisöllisyyttä ja osallisuuden tunnetta voisi yhdessä työryhmäni kanssa edistää ja ylläpitää SiniVidan yhteisöllisessä ja tuetussa asumisessa ja se tuottaisi positiivisia vaikutuksia yksilön ja koko asukaskunnan hyvinvointiin. Kyselyt liitteenä opinnäytetyön lopussa. Koska suoritin kyselyt suullisesti, mutta lomakkeen mukaisesti, kysely on strukturoitu haastattelu. Kaikki vastanneet vastasivat samoihin kysymyksiin samassa järjestyksessä. (Näppärä, Liisa 2017, Haastattelun lajityypit).

Mielenterveys- ja päihdetyön sairaanhoitaja Sini, on toiminut hoitotyössä teini-ikäisestä lähtien. Myöhemmin ammattiin valmistuttuaan hän on toiminut paljon päihdeasiakkaiden kuntouttavassa ja haittoja vähentävässä (korvaushoito) työssä. Sini on työskennellyt myös yhteisöhoitoa tarjoavassa Hietalinna-yhteisössä ja kertoo yhteisöllisyyden olevan lähellä sydäntä. Haastattelin Siniä 28.12.2023 ja litteroidusta haastattelusta poimin hänen tärkeimpiä ajatuksiansa seuraaviin teemoihin liittyen. Huomion arvoista on myös se, että talon tapahtumien järjestämisessä myös Sini on ollut aktiivisesti mukana. Mielestäni kehittämistyön läpinäkyvyyttä ja ymmärrystä lisää se, kun aiheissa on sekä työntekijän että asukkaiden mielipide ja ajatus mukana.

### 6.1 Ensimmäinen kysely

Tarkka otanta oli 18 asukasta, joista kyselyistä kieltäytyneitä oli viisi. Vastaukset ensimmäiseen lomakekyselyyn sain loppujen lopuksi yhdeltätoista asukkaalta. Asukasmäärä talolla oli tuolloin 43. Kysymykset olivat monivalintakysymyksiä. Yhdessä toisten ohjaajien kanssa olemme, että tällä tavalla vastaaminen olisi asukkaille mahdollisimman helppoa. Osa asukkaista antoi kommentoi vastauksia myös vapaammin ja halusin nostaa mielestäni tärkeitä seikkoja



esille. Koska kysely suoritettiin anonyyminä ja avokysymysten kommentointi on kirjoitettu koodilla kirjain ja numero, esimerkiksi H2 eli haastateltava 2. Henkilötietoja ei kerätty. Suluissa oleva numero tarkoittaa äänien määrää asiaa koskien. Vastaajista suurin osa on asunut talolla kolme vuotta tai enemmän, joten heillä on jo valmiiksi käsitystä talon toiminnasta.

## 6.2 Kysymys yhteisöllisyydestä ja osallisuudesta

Ensimmäisissä kysymyksissä halusin selvittää, mitä yhteisöllisyys ja osallisuus merkitsevät asukkaille itselleen. Monivalintakysymyksessä vastaajat saivat valita niin monta kuin halusivat ja lopussa kertoa vapaasti ajatuksiaan aiheesta. Kaikki vastaajat olivat sitä mieltä, että yhteisöllisyys on yhdessä tekemistä. Kaikki paitsi yksi vastaajista olivat sitä mieltä, että yhteisöllisyys on toisesta huolehtimista ja siihen kuuluu yhteinen päätöksenteko. Vapaaehtoisuus kuului yhdeksän vastaajan mielestä yhteisöllisyyteen. Eräs asukas tarkensi tässä kohtaa että “aina ei voi valita, missä yhteisössä on mukana.” Esimerkiksi yhteisölliseen asumiseen ei välttämättä haluta, vaan sinne joudutaan sen hetkisen elämän- ja terveydentilanteen vuoksi. Monivalintakysymyksessä ei ollut vaihtoehtoa tasa-arvo, mutta Sini toi sen omassa haastattelussaan esille. Hänen mielestään yhteisöllisyys merkitsee tasa-arvoa esimerkiksi siinä, että yhdessä päätetään ja toimitaan yhteisössä, eikä esimerkiksi niin, että johtaja ja työntekijät sanelevat säännöt. Yhteisöllisyydestä kerrottiin myös seuraavaa:

On tärkeitä jakaa tietoa toisen kanssa (H2).

Yhteisöllisyyttä on yhdes olemista, samojen arvojen ja sääntöjen noudattamista (H11).

Yhteisöllisyys on kauhean tärkeä tänä päivänä, koska se yksinäisyys on kasvava kansansairaus, niin yhteisöllisyys on niin kun vastalääke tähän (Sini 2023, 02:29-02:49).

Osallisuutta koskevaan kysymykseen kaikki asukkaat olivat sitä mieltä, että osallisuus on toisen arvostusta. Vain kuusi valitsi osallisuuden olevan toimijuuden edistämistä. Kysymys oli haastava, koska toimijuuskäsite tuli avata lähes kaikille asukkaille sanallisesti. Suurimmalle osalle asukkaista osallisuus merkitsi myös luottamusta ja eriarvoisuuden vähentämistä. Vapaissa kommenteissa eräs osallistuja oli sitä mieltä, että ryhmiin osallistuminen on osallisuutta, mutta toiminnon suorittaminen ryhmässä ei vaadi välttämättä luottamusta. Toinen asukas kommentoi toimijuuden edistämistä siitä näkökulmasta, että jos asukas ei pystykään osallistumaan johonkin tarjottuun ryhmään, niin eihän se silloin edistä toimijuutta vaan päinvastoin, se voi aiheuttaa

paljon negatiivisia tunteita. Tällainen voi olla esimerkiksi järjestetty metsäretki, jonne ei kuitenkaan pääse fyysisesti rajoittuneet asukkaat. Mielestäni tämä korostaa sitä, että ryhmiä järjestettäessä on huomioitava kohderyhmä ja toiminnan saavutettavuus, muutoin idea voi kääntyä itseään vastaan, niin kuin asukaskin sen totesi. Moni vastaajista pystyi mielestäni pohtimaan syvällisestikin käsitteitä osallisuus ja yhteisöllisyys.

Sinin mielestä osallisuutta voi olla eri mittakaavoilla. Asukasnäkökulmasta ajatellen Sini toi osallisuuden olevan pieniä asioita: voi päättää mitä juo ruoan kanssa, ottaako tänään leipää vai ei, haluaako kotikäynnin vai ei. Sini tarkensi osallisuuden olevan mahdollisuutta valita eli se on omaa päätöksentekoa. Isommassa mittakaavassa osallisuus on omasta hoidosta päättämistä: ottaako lääkkeitä vai ei. Osallisuus kuuluu siis vahvasti itsemääräämisoikeuteen. Vapaissa kommentteissa osallisuudesta sanottiin seuraavanlaisesti:

Osallisuus vähentää eriarvosuutta siinä että tuntuu että ollaan kaikki samalla viivalla, saman asian äärellä (H11).

Tän mä näen meidän asukkaiden kautta, eli on tärkeää kuulua johonkin, että on osa yhteiskuntaa. Ei välttämättä niinku tuottavana osana tai jäsenenä, mutta että sä kuulut johonkin ja sä oot osa jotakin (Sini 2023, 03:10-03:20)

Yksi lomakkeen kysymyksistä (7. kysymys) ryhmiä, joista kaksi on asukkaiden pitämiä. Kyselyn mukaan enemmistö (9) oli sitä mieltä, että tällainen toiminta tukee osallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Tällöin toiminta tulee asukkaista itsestään, ei työntekijän ohjaamana. Mielestäni asukaslähtöinen toiminta edistää myös toimijuutta. Neljännessä kysymyksessä kysyttiin, kokeeko asukas olevansa tällä hetkellä osallisena nykyistä asumisyksikön yhteisöä. Tähän kymmenen vastasi kyllä ja yksi ei osannut sanoa. Vastaus yllätti positiivisesti, koska olisin olettanut, että erityisesti sellaiset henkilöt, jotka eivät juurikaan osallistu esimerkiksi ryhmätoimintaan, olisivat tähän kysymykseen vastanneet kielteisesti. On kuitenkin muistettava, että osallisuus on henkilökohtainen tunne, eikä sen vahvuutta tai heikkoutta voi toinen määritellä.

### **6.3 Vaikuttamisen mahdollisuudet ja osallistuminen**

Viides kysymys koski ryhmien toimintaan vaikuttamista. Vastanneista kuusi koki, että voi vaikuttaa talon ryhmien toimintaan, yksi vastasi, että ei voi vaikuttaa ja neljä ei osannut sanoa. Keskusteluissa nousi esiin esimerkiksi se, että vaikka asukkailla olisi mitä parhaimpia ideoita vaikkapa retkiin tai muuhun toiminnalliseen juttuun, usein rahakysymys voi tulla vastaan.

Kuudennen kysymyksen tarkoituksena oli selvittää asukkaan omaa osallistumisen aktiivisuutta. Talolla on lähes joka arkipäivälle joku ryhmä. Kyselyn mukaan eniten osallistujia on maanantain levyraadissa (10) ja vähiten elokuvaryhmässä (4). Tämä tukee yleistä havaintoa, koska perjantaisin elokuvaryhmän sijaan on voitu järjestää muutakin toimintaa kuten kuvaide- tai Hyvän mielen ryhmää, erityisesti jos elokuvan katselijoita ei ole. Tämä kertoo myös siitä, että työntekijät talolla havainnoivat asukkaiden osallistumista ja toimintaa muutetaan nopeastikin asukaslähtöisemmäksi. Sellainen toiminta, mihin ei ole osallistujia, ei ole välttämättä tarpeellinen sillä hetkellä.

Kysymykset kymmenen ja yksitoista selvitti vastaajien aktiivisuutta. Talon kuukausittaiseen yhteisökokoukseen osallistuu enemmistö (9) vastanneista. Tässä kohtaa yhteisökokouksia oli-kin jo harvennettu kokoontumaan kuukausittain ja sisältöä mietitty etukäteen. Tämä ratkaisu on siis selkeästi toimiva. Erilaisia kausittaisia tapahtumia on talolla järjestetty aina mm. kesä- ja joulujuhlat, Halloween- tai sadonkorjuujuhlat jne. Vastaaajista enemmistö (10/11) kertoi osallistuneen niihin ja toivoi niitä olevan jatkossakin. Iloksemme olemme huomanneetkin, että isompiin tapahtumiin osallistuu iso osa asukkaista, yleensä yli puolet kokonaismäärästä. Tämä vahvistaa sitä, että tapahtumia on syytä jatkossakin järjestää ja loppuvuonna alkanut tapahtumatyöryhmä on tärkeässä roolissa näissä. Tässä on näyttöä myös tilaajalle siitä, että juhliin kannattaa panostaa myös rahallisesti esimerkiksi ohjelman ja tarvittavien suhteen.

#### **6.4 Asukkaiden toiveet toimintojen suhteen**

Kahdeksannessa ja yhdeksännessä kysymyksessä tiedusteltiin toivovatko asukkaat enemmän ryhmätoimintaa talolle ja jos toivovat niin minkälaista? Vain neljä vastasi toivovansa enemmän ryhmätoimintaa. Tämä hieman yllätti itseäni, koska oletin asukkaiden toivovan enemmän tekemistä ja aktiviteettia arkeensa. Toisaalta asukkaiden kanssa keskustellessa tuli esille, että ryhmätoimintojen lisääminen ei asiaa välttämättä ratkaise. Asukkaat kertoivat, että jos vaihtoehtoja on liikaa, ei tule osallistuttua välttämättä mihinkään. Toisaalta taas ryhmien ohjaaminen vie työntekijöiltä työaika. Toivomuksia ryhmistä asukkaat saivat kuitenkin esittää ja vastauksia oli erilaisia. Eniten ääniä (3) ääntä sai keskusteluryhmä ja kaksi ääntä sai leivonta- ja peliryhmä (lautapeliryhmä). Keskusteluryhmä (Hyvän mielen ryhmä) ja leivontaryhmä järjestettiin loppuvuodesta 2023 näiden toiveiden pohjalta. Osallistujia on ollut 6–10 ihmistä, mikä on mie-

lestäni ihan hyvä määrä. Myös pelilautaryhmä on talolla aktivoitunut tammikuussa 2024. Asukkaat saivat myös vapaasti kertoa, mitä ryhmää toivoisi ja seuraavat nousivat esille: kuvataide-ryhmä, runoryhmä, dramaturgia, käsityöryhmä, päivätanssit ja karaoke.

Yhdeksännessä kysymyksessä kysyttiin asukkaiden ajatuksesta siitä, toivoisivatko he enemmän ohjaajien pitämiä ryhmiä. Pieni enemmistö vastasi kyllä (6) ja loput eivät osanneet sanoa. Kuitenkaan kukaan ei vastannut kieltävästikään. Vapaissa kommentteissa oli kerrottu, että joku ulkopuolinenkin ryhmän vetäjä voisi olla hyvä, koska työntekijöillä on muutenkin niin paljon töitä. Vastaukset kertovat mielestäni siitä, että ohjattuun toimintoihin on talolla mielekästä osallistua, mutta toisaalta asukkaat ymmärtävät myös ohjaajien työmäärän ja ymmärtävät että ryhmänohjaukset eivät ole itsestään selvyys talon arjen- ja työn sujuvuutta ajatellen.

Kahdestoista kysymys koski kertaluontoisia toimintoja ja tapahtumia. Eniten asukkaat toivoivat elokuvateatteriin menoa, laavuretkä ja makkaranpaistoa. Laavuretki järjestettiin kyselyä aikaisemmin Humanistisen ammattikorkeakoulun yhteisöpedagogiopiskelijoiden toimesta osana kurssia ”Monimuotoinen yhteiskunta”, jossa järjestettiin vaikuttamiskampanja, mikä edistäisi mm. tasa-arvoisuutta. Ilmeisesti tällainen retki olisi mieluinen uudelleen toteutettavaksi. Valitettavasti täysin saavutettavaa laavupaikkaa on vaikea löytää. Mielen ry:n hanke, Mielenreitti-luontopolku, päättyi vuonna 2023 ja se toteutti mahdollisimman esteettömän luontopolun lähialueelle (Mielen ry). Tavoitteena onkin, että yhteisöllisen ja tuetun asumisen asukkaat pääsisivät tuonne metsäpolulle kevään tai kesän 2024 aikana, jos kiinnostuneita on.

Elokuvateatteriin pääsimme vihdoin joulukuussa 2023, pienten haasteiden jälkeen. Osallistujat nauttivat täysin rinnoin leffateatterin tunnelmasta. Muutakin toivottiin mm. jääkiekko-otteluun menoa, museossa käymistä, luennoitsijan vierailua, Arboretum (ruusutarha) retkeä, torireissua, musiikkiesiintyjää jne. Näitä ehdotuksia tapahtumatyöryhmä ottaa huomioon vuoden 2024 tapahtumien suunnittelussa. Myös tapahtumien tarjottaviin toivottiin uudistusta. Viimeisin maininta otettiin huomioon talon sadonkorjuujuhlassa, jossa tarjottiin hotdodgeja asukkaiden toiveesta.

Seuraava kysymys esitti pienen haasteen vastaajille, eli jos toivottuja tapahtumia järjestettäisiin, osallistuisiko asukas niihin? Suurin osa (8) vastasi myöntävästi ja loput eivät osanneet sanoa. Yksi asukas sanoi suoraan, että ei lähtisi talon ulkopuolelle. Toinen asukas kertoi, että

osallistuu, jos sen hetkinen kunto on hyvä. Kolmas asukas mainitsi, että haluaisi makkaranpaiseen, mutta kohteen tulisi olla sellainen, mihin pääsee pyörätuolilla ja saattajan täytyisi olla mukana auttamassa. Neljäs asukas kertoi suoran mielipiteensä toimintojen suhteen seuraavasti:

Mielekästä tekemistä pitää olla eikä mitää palikkahommaa... tulisi voida haastaa itseensä. Toiminnan tulisi edistää kuntoutumista jollain tavalla. Kaipaen että meitä kohdellaan aikuisina ihmisinä, eikä lapsina (H4).

Tämä kommentti oli mielestäni hyvä ja rehellinen. Vaikka tapahtumia suunniteltaessa on huomioitava saavutettavuus myös esimerkiksi kognitiivisessa muodossa, on tärkeää, että tapahtumiin osallistujat kokevat olonsa tervetulleeksi ja ohjelma on mielekästä. Toisaalta tässä täytyy muistaa myös valinnan vapaus ja vapaaehtoisuus: aina ei ole pakko osallistua.

Neljästoista kysymys koski ryhmien saavutettavuutta. Kaikki vastaajista olivat sitä mieltä, että järjestettävä tapahtuma tulisi olla esteetön ja ainakin fyysisesti saavutettava. Tapahtumasta tulisi muistuttaa ja tiedottaa asukkaita ja sen tulisi olla sisällöltään mielenkiintoista. Asukkaiden mukaan tällainen edistäisi myös tapahtumiin osallistumista. Vaikka tiedän, että asukkaista isolla osalla on taloudellisesti tiukkaa vastaajista enemmistö (8) oli sitä mieltä, että toimintojen tulisi olla täysin maksuttomia. Vapaissa kommentteissa asukkaat kertoivat, että pieni omavastuu osuus esimerkiksi kymmenen euroa, on ihan hyvä määrä, jos lähtee isommalle reissulle. Asukkaat toivoivat myös, että ohjaajat voivat auttaa ja että WC tulee olla helposti saavutettavissa talon ulkopuolisilla reissuilla. Myös ryhmäkokoja toivottiin pieniksi (alle kymmenen). Yksi haastateltava sanoi osuvasti, että tärkeää olisi, ettei jää ulkopuolelle (H5). Tämä kommentti kiteytti mielestäni hyvin koko kyselyn idean.

Viimeisessä kysymyksessä tiedustelin asukkaiden omaa halukkuutta ryhmien pitämiseen. Suurin osa (6) vastasi, että ei voi pitää talolla ryhmää. Kaksi vastasi myöntävästi, koska nämä kaksi pitävät jo talolla ryhmää (bingo ja tietovisa). Loput eivät osanneet sanoa. Kysymys antoi itselleni vahvistusta siitä, että ainakaan tällä hetkellä asukkaista ei kukaan ole valmis pitämään itse ryhmää. Vapaassa kommentissa tuli esille, että säännöllisen ryhmän pitäminen vaatisi sitoutumista ja oma vointi voi vaihdella nopeastikin, joten osa koki, ettei sen vuoksi ryhmän pitäminen ole itselleen mahdollista. Tämä on mielestäni realistista, koska osalla asukkaista on monia sairauksia ja vointi voi vaihtua nopeastikin.

## 6.5 Toinen asukaskysely

Noin puoli vuotta ensimmäisen kyselyn jälkeen, tein toisen lomakekyselyn samoille asukkaille, jotka olivat vastanneet ensimmäiseen kyselyyn. Tämän kyselyn tarkoituksena oli selvittää, miten yhteisöllisessä- ja tukiasumisessa on onnistuttu järjestettyjen toimintojen suhteen, ja mitä on vielä kehitettävää. Ensimmäisen kyselyn pohjalta työntekijät olivat suunnitelleet ja järjestäneet tapahtumia ja ryhmiä asukkaiden toiveiden ja tarpeiden mukaan. Näiden tarkoituksena oli edistää yhteisöllisyyttä ja osallisuutta talolla ja asukkaiden keskuudessa. Toisen asukaskyselyn tarkoitus oli niin sanottu asiakaspalaute, missä vastaajalla oli mahdollisuus, monivalintakysymyksien lisäksi, kertoa myös vapaasti kokemuksistaan ja ajatuksistaan järjestettyjen toimintojen suhteen.

Suoritin toisen kyselyn joulukuun 2023 aikana. Vastaajiksi sain tällä kertaa vain yhdeksän ihmistä heistä, jotka olivat heinäkuussa osallistuneet ensimmäiseen kyselyyn. Ensimmäisessä kyselyssä oli mukana yksitoista ja toisessa yhdeksän asukasta. Tämä johtui siitä, että yksi asukkaista menehtyi syksyllä ja yhden vastaajan toimintakyky oli sen verran laskenut, ettei kyennyt, eikä halunnut, vastaamaan toiseen kyselyyn.

## 6.6 Asukkaiden aktiivisuuden muutos

Ensimmäinen kysymys koski järjestettyihin tapahtumiin osallistumista kuluneen puolen vuoden aikana. Vastaajista kaikki olivat osallistuneet johonkin tapahtumaan. Tämä tarkoitti sitä, että kyselyssä esille tulevat asiakaspalautteet ovat kokemukseräisiä ja sitä kautta luotettavia.

Toisessa kysymyksessä halusin selvittää, mihin järjestettyihin tapahtumiin ja uusiin ryhmiin vastaajat olivat osallistuneet. Vaihtoehtoisissa oli yhdeksän tapahtumaa tai ryhmää, joihin jokaiseen oli ollut osallistujia. On kuitenkin huomioitava, että asukkaat, jotka tapahtumiin olivat osallistuneet, eivät olleet vastaamassa tähän kyselyyn. Tämän takia ei voida tehdä suoraa päätelmää siitä, mikä tapahtumista on ollut suosituin ja mikä vähiten suosituin, vaan kyselyn vastaukset voivat toimia korkeintaan suuntaa antavina.

Eniten (8) asukkaat olivat osallistuneet kesäkuussa järjestettyyn kesäjuhlaan, johon oli kutsuttu myös omaisia. Toiseksi eniten osallistuneita oli koko talon yhteisissä sadonkorjuujuhliissa elokuussa (7). Vähiten osallistujia vastanneista oli kuvataideryhmässä ja Tampereen A-Kilta ry:n lokakuussa järjestetyssä vierailussa. Tätä selittää osaltaan se asia, että kuvataideryhmään osal-

listujista vain kaksi oli vastaamassa tähän kyselyyn ja A-Killan vierailusta ei tiedotettu asukkaita riittävästi. Ilmoitus oli mainittu kerran talon kuukausitiedotteessa, mutta se ei tavoittanut tarpeeksi montaa asukasta, koska sanallisessa palautteessa tuli esille, ettei monikaan asukas tiennyt vierailusta. Olisi siis jatkossakin tärkeää, että tapahtumista tiedotetaan mahdollisimman monen eri viestintäkanavien kautta, niin kirjallisesti kuin suullisestikin.

Koska olin tehnyt kyselyn marraskuun lopussa, vaihtoehtoista oli jäänyt uupumaan joulukuussa järjestetty itsenäisyyspäiväkahvittelut sekä joulujuhla. Kuitenkin kaikki kyselyyn vastaajista (9) muistivat osallistuneensa näihin ja mainitsivat asian erikseen itse.

Seitsemännessä ja kahdeksannessa kysymyksessä halusin tietää asukkaiden omasta osallistumisesta ja onko puolen vuoden aikana siihen tullut mitään muutosta. Enemmistö vastaajista (7) vastasi, että viimeisen puolen vuoden aikana on osallistunut tapahtumaan tai ryhmään, mihin ei ole aikaisemmin osallistunut. Vastaajista vain pieni enemmistö (5) oli sitä mieltä, että heidän aktiivisuutensa toimintoihin osallistumisessa on pysynyt samana ja jopa kolme oli sitä mieltä, että heidän aktiivisuutensa on laskenut. Vain yksi vastaajista koki oman aktiivisuutensa kasvaneen. Selittävä tekijä voi löytyä siitä, että monella vastanneista asukkaasta ikää alkaa olla aika paljon ja sitä kautta myös erilaiset somaattiset sairaudet vaivaavat ja yleisvointi on heikentynyt. Asukkaan toimintakyky heijastuu suoraan jaksamiseen ja aktiivisuuteen esimerkiksi osallistumisessa yhteisiin asioihin. Vastaukset pääsivät hieman yllättämään, koska olin olettanut, että tarjoamalla monipuolista toimintaa, asukkaiden aktiivisuus kasvaisi. Vastaukset osoittivat kuitenkin, näin ei suinkaan ollut. Voi olla niin, että jatkossa on kiinnitettävä vielä enemmän huomiota kohderyhmän haasteisiin ja kuunnella enemmän asukkaiden ääntä. Vapaissa kommentteissa asukkaat totesivat, että keskustelut ja läsnäolo ovat myös tärkeitä, eikä aina tarvita mitään ihmeellistä. Aktiivisuuden mittari on jokaisella henkilökohtainen koska lähtökohdatkin ovat erilaiset.

## **6.7 Kasvoiko yhteisöllisyyden ja osallisuuden tunne?**

Viides ja kuudes kysymys koski pääaihetta osallisuus ja yhteisöllisyys. Kysymyksissä halusin selvittää, edistivätkö järjestetyt tapahtumat yhteisöllisyyttä ja osallisuutta talolla. Vastaajista kuusi, eli pieni enemmistö, olivat sitä mieltä, että tapahtumat edistävät yhteisöllisyyttä. Viisi vastaajaa olivat sitä mieltä, että tapahtumat edistivät myös osallisuuden tunnetta. Kysymys jakoi mielipiteitä, koska kolme vastaajista olivat sitä mieltä, ettei voi varmuudella sanoa edistääkö tapahtumat yhteisöllisyyttä ja jopa neljä olivat epävarmoja siitä edistääkö ne osallisuuden

tunnetta vai ei. Voidaan todeta, että vaikka tapahtumat ovat toivottuja, niiden sisältö ei välttämättä aina miellytä jokaista. Vastajista yksi kertoi, että liika iso väkimäärä ja meteli voi saada aikaan epämiellyttävää oloa, mitä erityisesti talon yhteisissä juhlissa on.

Samoilla ajatuksilla on yhteisöllisen ja tuetun asumisen sairaanhoitaja Sini, joka haastattelussa kertoi, ettei järjestetyt toiminnot automaattisesti lisää asukkaiden osallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Sinin mukaan yhteisöllisyys on parhaimmillaan asukkaista lähtevää ja se näkyy arkisissa asioissa.

Että se (yhteisöllisyys) näkyy ehkä tuollaisissa arjen asioissa, eikä niinkään niissä mitä me ohjaajat ja hoitajat järjestetään, niin siinä se ei kyllä näy. Eli yhteisöllisyys toisaalta parhaimmillaan on sitä, että se on se asiakkaista lähtevää, niin tässä se näkyy konkreettisesti, että mikä on se hedelmää kantavien muoto. (Sini 06:01-06:25.)

Samoilla linjoilla oli eräs asukas, joka vastasi seuraavanlaisesti:

Työntekijät voivat tarjota puitteet esimerkiksi ryhmätoiminnoille, mutta siis se yhteisöllisyys lähtee meistä asukkaista. Ei sitä voi valmiina antaa eikä ketään voi siihen pakottaa (H4).

Vastaukset hieman yllättivät itseäni, erityisesti siinä, koska elin siinä käsityksessä, että juhlat ovat mahtava juttu. Ja niinhän ne ovatkin, mutta ne eivät itsessään edistä yhteisöllisyyttä ja osallisuuden tunnetta, vaan se lähtee ihan vuorovaikutustilanteista.

Monissa palveluissa osallisuuden toteutumiseen kohdistuu epärealistisia odotuksia. Tietämys vuorovaikutuskäytännöistä, joilla osallisuutta voisi todellisuudessa edistää, on vähäistä. Esimerkiksi osallisuus toisen ihmisen käynnistämänä osallisuutena on ajatuksena paradoksaalinen eikä välttämättä toimi. (Stevanovic & Valkeapää, 2019.)

## 6.8 Järjestettyjen tapahtumien tarkoitus ja palaute

Yhdeksäs kysymys selvitti tapahtumien ja ryhmätoimintojen kehittämisen tärkeyttä. Tässä mainitsin asukkaille, että tapahtumatyöryhmä on aktivoitunut uudelleen talolla (vuosien jälkeen). Tapahtumatyöryhmä suunnittelee ja toteuttaa talon tapahtumia ja siihen osallistuu halukkaat asukkaat ja ohjaajia molemmista yksiköistä. Kaikki vastanneista olivat sitä mieltä, että tapah-



tumien ja ryhmätoimintojen kehitystyö on tärkeää. Tässä asukkaat toivat esille sen, että on tärkeä kuunnella mitä asukkaat oikeasti haluavat. Juhlat kuulemma aina piristävät, mutta hyvää on myös se, että osallistuminen on vapaaehtoista.

Kymmenes kysymys koski tapahtumien kohderyhmää. Osa järjestetään koko talolle, mikä tarkoittaa, että toisenkin yksikön asukkaat ja ohjaajat ovat niissä mukana. Tällaisen toiminnan on ajateltu edistävän tasa-arvoisuutta talolla ja ehkäisevän eriarvoisuuden tunnetta. Yhteisöllisen ja tukiasumisen asukkaat olivat asiasta monta mieltä: pieni enemmistö (5) kertoi yhteisten tapahtumien olevan tärkeitä, kaksi vastaajista oli sitä mieltä, että yhteiset tapahtumat eivät ole tärkeitä ja kaksi eivät osanneet sanoa asiaan mitään. Aihe herätti asukkaissa keskustelua. Osa oli sitä mieltä, että jokainen on tervetullut tapahtumiin. Eräs vastanneista kertoi, että jotkut asukkaista ovat on psyykkisesti ja fyysisesti huonommassa kunnossa olevia ihmisiä ja se on välillä rasittavaa. Täsmennystä pyytäessä asukas kertoi mielipiteensä siitä, että joidenkin asukkaiden huutaminen, rauhattomuus ja huonot pöytätavat eivät kuulu yhteisiin juhliin, jossa kaikilla tulisi olla mukava olla.

Vastausten jakautuminen kertoo mielestäni myös sitä tosiasiaa, että asukkaillakin on toisiaan kohtaan myös ennakkoluuloja ja omaa rauhaa halutaan vaalia hyvin pitkälle. Tämä haastaa juhlien ja tapahtumien suunnittelua, mutta toisaalta on myönnettävä, että jokaisella on oikeus osallistua ja ohjaajien tehtäväksi jää sitten esimerkiksi riitojen ratkaiseminen. Tällainen ilmiö siitä, että halutaan jättää joku tai jotkut ulkopuolelle on mielestäni yhteisöllisyyden vastakohta. Talolla ei siis välttämättä koskaan voida täydellisesti toteuttaa yhteisöllistä tai yhteisöhoitoon perustuvaa toimintaa, mutta jokaisella on oikeus mielipiteeseensä ja toisaalta jokaisella on oikeus olla osallisena johonkin yhteisöön, niin halutessaan. Jokaisella on oikeus olla myös osallistumatta.

Viimeiseksi kysyin vastaajilta toiveita talon tapahtumatyöryhmälle. Moni sanoi olevansa pääosin tyytyväinen talon toimintaan ja tapahtumiin. Yksi antoi rakentavaa palautetta tapahtumien järjestämiselle. Hän koki, että juhlissa on aina sama kaava ja hän koki sen tylsäksi. Tiedustellessani, minkälaista toimintaa hän toivoi asukas vastasi, että haluaisi enemmän retkiä ja talon ulkopuolisia asioita. Kiitin vastauksesta, vaikka toisaalta tiedän, että talon ulkopuolisille reisuille kyseinen henkilö ei ole juurikaan osallistunut ja enenevässä määrin osallistujien määrä näissä on muutoinkin vähemmän kuin talolla järjestettävissä tapahtumissa. Tämä voi johtua monista syistä esimerkiksi kohteen saavutettavuus, asukkaan sen hetkinen yleisvointi ja kohteen mielenkiinto. Retkiä kuitenkin järjestetään ja järjestetään edelleen.

Seuraavassa suoria lainauksia asukkaiden ja Sinin palautteesta:

Hyvää no se on se että ei jää yksin. Että sä kuulut johonkin porukkaan ja sua odotetaan paikalle. Ja sua kuunnellaan ja sä oot näkyvä. Niin se on tosi tärkeä ja se on se vastaisku sille yksinäisyyden ja se myös, että käydään pyytämässä vaikka ei halua osallistua sitten, mutta että pyydetään ja joka kerta kysytään, vaikka me ohjaajat saatetaan jo tietää että juu ei hän tule, mutta se on nyt kauhean tärkeä kysyä ja se vahvistaa sellaisia sosiaalisia taitoja. (Sini 07:10-07:49.)

Tulee arvokas olo, kun kahvia ei tarjota pahvimukista vaan kunnan kahvikupeista (H9).

Yhdessäolo (H5).

On hyvä, että tarjolla on aina jotain syötävää (H7).

Tapahtumat oli hyvin järjestetty (H6).

On hyvä, että on tapahtumia, mutta ärsyttää kunne menee sellaseks hössötykseksi ettei edes esiintyjälle anneta esiintymisrauhaa (H8).

Aikuisille suunnattua ohjelmaa saisi olla enemmän (H4).

Vaikka työntekijänä välillä tuntuu, että asukkaita saa runsaastikin kannustaa ja motivoida osallistumaan erilaisiin tapahtumiin, eikä siitä huolimatta asukas välttämättä osallistu, mahdollisuuksia on tärkeää säännöllisesti antaa. Työntekijän hyviin ohjaustaitoihin kuuluu myös se, että osaa perustella niin yhteisö- kuin yksilökohtaisestikin, miksi juuri jokin toiminto olisi hyödyllistä asukkaalle. Mikä on se yksilön tai yhteisön hyvä, mitä toiminnolla tavoitellaan? Uskon, että myös asioiden esille nostaminen ja keskustelujen herättäminen saa ajatuksia aikaan niin asukkaissa kuin työntekijöissäkin. Olen puhunut yhteisöllisyydestä ja osallisuudesta talolla opinnäytetyöni tekemisen ajan aika paljon ja omalla esimerkilläni halunnut tuoda esille sitä, että tilanteissa voi aina olla vähän yhteisöllisyyden henkeä ja että oman kuplan puhkaiseminen auttaa näkemään myös muuta ympäristöä paremmin. Tätä voi olla esimerkiksi se, että toinen asukas auttaa toista asukasta, vaikka tietokoneen ohjelman käyttämisessä. Eli yhteisöllisyys voi olla juuri sitä arjessa näkyvää eikä pelkkää juhlaa. Kun puhutaan mielenterveys- ja päihdekuntoutujista, usein motivaatio osallistumiseen on hyvin vähäinen. Kuntoutujalla voi olla aikaisempaa kokemusta ulkopuolelle jäämisestä ja siitä, ettei tunne kuuluvan oikein mihinkään.

Ryhmissä kuntoutujalle annetaan mahdollisuus peilata omia käyttäytymismallejaan ja opettelemaan esimerkiksi tunnetaitoja. Tällainen voi olla vaikkapa se, että opettelee puhumaan omista tunteista ja ajatuksista ääneen ja uskaltaa luottaa toiseen.

Tällaisesta tunnetaitojen harjoittelusta puhui haastattelussa myös yhteisöllisen ja tuetun asumisen sairaanhoitaja. Sinin mukaan yhteisöllisyys on vastaisku yksinäisyydelle. Yhteisössä asukas pystyy harjoittamaan esimerkiksi tunnetaitojaan, mitkä ovat useimmilla kuntoutujilla jääneet vajavaisiksi. Peilaamalla käyttäytymistään muihin kuntoutuji kykenee pääsemään haasteellisistakin tilanteista eteenpäin, siten että kuntoutuja löytää muita tapoja toimia kuin ehkä aikaisemminkin. (Sini 2023.)

## 7 YHTEENVETO

### 7.1 Yhteisön toiminnallinen vaikutus

Kehittämistyö perustui lähtökohtaisesti toiminnan järjestämiseen ja asukkaiden mielipiteiden keräämiseen asian suhteen. Huomasin kuitenkin, että saadakse asukkaita paremmin mukaan toimintoihin, niistä tuli tiedottaa etukäteen. Vuosikello syntyi ikään kuin sivutuotteena talolle. Uskon, että se löytää vielä paikkansa yhteisistä tiloista. Kehittämistyön myötä itse ja muutkin työntekijät alkoivat enemmän kiinnittämään huomiota tuleviin ryhmiin ja tapahtumiin. Aikataulutus alkoi olla helpompaa ja päällekkäisyyksiä pyrittiin välttämään. Toimintoja suunniteltiin ja valmisteltiin paremmin etukäteen kuin aikaisemmin. Retkiin, tarjottaviin ja muihin hankintoihin saatiin mielestäni hyvin tilaajalta rahaa. Näin kalliimmatkin retket onnistuivat esimerkiksi bussireissu Tuuriin ja elokuviin meno. Vaikka kyseessä oli tekemäni opinnäytetyö koko, työpaikka osallistui toiminnan kehittämiseen ja sitä kehitetään edelleen.

En osaa sanoa osallistuiko asukkaita enemmän tapahtumiin ja ryhmiin ennen kehittämistyön alkua vai sen jälkeen. Osallistumismäärät ovat niin vaihtelevia ja on vaikea sanoa mistä se johtuu. Siitä olen kuitenkin varma, että toiminnoista tuli asukaslähtöisempiä ja monipuolisempia kehittämistyön suhteen. Itse koen, että ryhmänohjaustaitonikin sai hieman kohennusta kehittämistyön ohessa.

### 7.2 Ryhmätoimintojen vaikutus yhteisöön

Toiminnallinen kuvataideryhmä ja keskusteleva Hyvän mielen ryhmä toivat Yhteisöllisen ja tuetun asumisen ryhmiin syvällisyyttä ja jopa yhteisohoidon piirteitä. Koska ryhmät olivat vapaaehtoisia, sinne tulivat he, jotka olivat motivoituneet toimintaan. Molemmat ryhmät olivat matalan kynnyksen ryhmiä koska siellä oli tuttuja ihmisiä ja ryhmät järjestettiin tilassa, jossa oli fyysinen saavutettavuus. Tuttuus edistää esimerkiksi kognitiivista saavutettavuutta, koska ohjaaja tietää osallistujien haasteet, jos vaikkapa täytyy käyttää selkokieltä tai kuvia asian ymmärtämiseksi. Ryhmät olivat myös sosiaalisesti saavutettavia. Sosiaalinen saavutettavuus liittyy asenteisiin, yhdenvertaisuuteen ja syrjimättömyyteen. Se tarkoittaa henkilöiden yhdenvertaisina mahdollisuuksina osallistua ja toimia. (Invalidiliitto.fi). Ryhmät olivat muodostuneet asukkaiden toiveiden perusteella ja vaikka ohjaaja ohjasi ryhmätoimintoa, sisältö oli myös asukkaiden ideoimaa.

Osalla asukkaista on oikea tarve saada turvallinen tila tulla kuulluksi ja nähdyksi ja toisaalta halu myös tavata ja kuulla muita. Tämä on sitä psykososiaalista tukea parhaimmillaan, voi jakaa niin hyvät kuin huonotkin kuulumiset ja saada vertaistukea. Ryhmätilanteet ovat rakennettuja ja hallittuja tilanteita, joissa voi turvallisesti tuoda omia ajatuksia ja tunteita esille, etsiä ratkaisuja niihin yhdessä ohjaajan ja toisten asukkaiden kanssa. Toisaalta ketään ei pakoteta jakamaan asioitaan. Jokainen saa olla sellainen kuin on. Ilokseni huomasin, miten työkaveritkin auttoivat ryhmien ohjaamisessa ja sen suunnittelussa. Tämä kevensi omaa työtaakkaa ja auttoi ajankäytön hallinnassa. Mitä pidemmälle kehittämistyö eteni, sitä suurempi merkitys sillä oli koko talon kulttuuriin. Koen, että työtapakulttuurimme muuttui enemmän yhteiskehittämisen kaltaiseksi. Yhteiskehittämisessä on kyse toimijoiden tasavertaisesta suhteesta, yhdessä ajattelusta (suunnittelu ja ideointi) ja yhdessä toimimisesta. Siinä on kyse kokonaisvaltaisesta toimintakulttuurin muutoksesta. Muutos sekä edellyttää uudenlaista vuorovaikutusta, luottamusta ja tasaveroisuuden perustuvia suhteita asukkaiden, työntekijöiden sekä johdon välille. (Aspa.fi, 2019.) Tämän hetkinen johtamistapa SiniVidan yhteisöllisessä ja tuetussa asumisessa on mahdollistanut yhteiskehittämisen kulttuurin talolla.

Kehitettäviäkin asioita tuli esille esimerkiksi ryhmätoimintojen toteuttamisessa, koska aika-taulu muiden työtehtävien oheen ryhmänohjauspäivinä on tiukka. Ryhmänohjaukseen kuuluu kuitenkin myös ryhmän suunnittelu, esivalmistelut ja loppusiivous. Jos asukkaita ei tähän motivoitu, se jää ohjaajan harteille. Koska joka päivä on jokin muu viikkoryhmä, ohjaajien ohjaamat ryhmät (kuvataide ja Hyvän mielen ryhmät) sattuivat useimmiten perjantai-illalle. Jostain syystä perjantait olivat talolla muutenkin kiireisiä päiviä: oli hoidollisia töitä, suihkussa avustettavia ja lääkehoidollista erityisyyttä, esimerkiksi lomille lähtevien lääkkeiden asianmukainen pakkaaminen. Tämän lisäksi keittiötyöntekijän puuttuminen (sairastapaukset) lisäsivät kahden iltavuorolaisen työtaakkaa. Enemmän kuin kerran ajattelin, että ryhmän ohjauspäivissä olisi hienoa, jos olisi yksi työntekijä vuorossa enemmän tai niin, että ryhmänohjauksesta vastaavan ohjaajan muita työtehtäviä olisi kevennetty. Voisiko olla niin, että tulevaisuuden yhteisöllisessä ja tuetussa asumisessa olisi palkattu yhteisöpedagogi suunnittelemaan ja toteuttamaan asiakaslähtöistä toimintaa ja virikkeitä talolla?

Yhtenä haasteena mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden ryhmätoiminnoissa asumisyksikössä on jatkuvuuden ja säännöllisyyden turvaaminen. Usein on niin, että kuntoutujan oma motivaatio loppuu kesken kaiken ja pitkäjänteinen, suunnitelmallinen toiminta on muutoinkin haastavaa

esimerkiksi mielenterveysongelmien tai päihteiden käytön vuoksi. Säännölliset ryhmätoiminnot antavat mahdollisuuden harjoittaa tätä toimintoa, mutta osalle asukkaille sitoutuminen on vaikeaa. Jos osallistujat vaihtuvat joka kerta, tai jotkut eivät osallistu jokaiseen tapaamiseen, se horjuttaa ryhmädynamiikkaa. Toiset asukkaat voivat jopa loukkaantua siitä, kun joku ei tulekaan. Jos osallistujia ei ole, se uhkaa ryhmien jatkuvuutta. Toki ryhmän sisältökin merkitsee paljon siihen, onko osallistujat motivoituneita jatkamaan. Koen kuitenkin, että ohjattuja ja vapaamuotoisia ryhmiä tulee jatkossakin järjestää SiniVidan yhteisöllisessä ja tuetussa asumisessa. Sen lisäksi, että ne antavat mahdollisuuden kehittyä ihmisenä ja harjoittaa sosiaalisia taitoja, ryhmät edistävät osaltaan yhteisöllisyyden ja osallisuuden tuntua. Ryhmässä yksilö on osa suurempaa yhteisöä ja se antaa mahdollisuuden toimia sekä olla osallinen johonkin. Eli teoriassa ryhmätoiminnot edistävät yhteisöllisyyttä ja osallisuutta.

## 8 POHDINTA

Vaikka erikoistun nuoriso ja järjestöosaamiseen, tarvitaan mielenterveys- ja päihdeasukkaiden ohjaamisessa myös yhteisöpedagogisia taitoja. Sanotaan, että yhteisöpedagogi on kasvatus- ja ohjausalan ammattilainen. Olen huomannut, että ohjaustyö aikuisten parissa on myös tietynlaista kasvatustyötä. Mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden kohdalla voi olla niin, että lapsuuteen ja nuoruuteen kuuluvat normaalit kasvun vaiheet ja tapahtumat ovat jollain tavalla vaurioituneet (perhesuhteet, päihheet, traumat jne.) Näin ollen asiakas tarvitsee tukea ja ohjausta vielä aikuisenakin. Yhteisöpedagogi on arvostavan kohtaamistyön ammattilainen, joka voi työskennellä hyvin moninaisissa toimintaympäristöissä (Humak.fi, Vuosikertomus 2021). On tärkeää, että yhteisöpedagogeja on tulevaisuudessa monenlaisissa työnkuissa ihmisten parissa. Näin myös ammattia saadaan enemmän tunnetuksi. Yhteisöpedagogin ydinosaamiseen kuuluu osallisuuden tukeminen, monialainen yhteistyö sekä yhteisöllisyyden vahvistaminen ja yhteisöllinen kehittäminen (Humak.fi, Yhteisöpedagogin ydinosaaminen). Opinnäytetyössä keskityin nimenomaan näihin näkökulmiin. Mielenterveys- ja päihdetyössä tämä tulokulma on yhtä tärkeää kuin vaikka nuorison kanssa työskennellessä. Yhteisöpedagogi edistää ammatissaan myös toimijuutta ja hyvinvointia sekä osaa toimia pedagogisella ja valmentavalla työotteella. Yhteisöpedagogin työssä voidaan toimia monikulttuurisesti ja kohdataan moninaisuutta. (mt.) Tätä kaikkea toteutetaan mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden parissa, joten uskon vahvasti, että yhteisöpedagogeja nähdään tulevaisuudessa yhä enemmän SiniVidan yhteisöllisessä ja tuetun asumisen kaltaisissa työpaikoissa.

### 8.1 Tilaajan palaute

Opinnäytetyöni palautteenantajana toimi SiniVidan yhteisöllisen ja tuetun asumisen johtaja. Tässä luvussa referoin palautteen auki. Palautteessa tuotiin esille kiitokset työstä ja huomio siitä, että opinnäytetyö vastasi juuri niihin tarpeisiin, jotka lähtivät yksikön toiveista. Opinnäytetyö antoi tietoa asukkaiden ajatuksista, toiveista ja peloistakin. Asukkaiden kuuleminen antoi tärkeää tietoa yhteisöllisyydestä. Palautteessa oli myös toive opinnäytetyön jatkokehitykselle: Millä tavalla opinnäytetyön tuloksia, havaintoja yhteisöllisyydestä ja osallisuudesta, voisi paremmin tuoda esille työryhmässä toimiville ammattilaisille? Nämä voivat olla erittäin hyödyllisiä myös tulevissa suunnitelmissa talon asukastyössä.

Saadun tiedon jalkauttaminen työkentälle on mielestäni hyvä idea. Itse pohdin, että se voisi olla vaikkapa asumisyksikkökohtainen opas yhteisöllisyydestä ja osallisuudesta. Opas voisi sisältää toimintamalleja, joilla edistää ja ylläpitää yhteisöllisuuden ja osallisuuden eri muotoja. Samalla työntekijät ymmärtäisivät paremmin niiden tärkeyden osana mielenterveys- ja päihdekuntoutusta.

Yksikön johtaja olisi toivonut enemmän yhteisöllisyyttä estävien tekijöiden tarkastelua. Tätä olisi voinut tuoda opinnäytetyössä monipuolisemmin esille lähdekirjallisuuden pohjalta. Tämä jäi myös itseäni hieman vaivaamaan, koska usein haluan ongelmiin selkeän ratkaisun. Uskon, että jatkokehitykselle on tarvetta ja mahdollisen yhteisöllisyyttä ja osallisuutta edistävän oppaan lisäksi, voisi yhteisöllisyyttä estävien tekijöiden havainnointia lähestyä sosiaalisen eristäytymisen ja yksinäisyyden näkökulmasta. Yksinäisyys ja sosiaalinen eristäytyminen voivat olla joko tilapäisiä tai pitkäaikaisia. Siihen voi liittyä niin sisäiset kuin ulkoisetkin tekijät. Yksinäisyyden syyt ovat usein moninaisia, eivätkä yksiselitteisiä. Apua niihin on kuitenkin tarjolla, jos ihminen kokee yksinäisyyden negatiivisena ja elämää haittavana asiana. (Mielenterveyden keskusliitto.) Tällaisesta näkökulmasta ajateltuna yhteisöllinen ja tuettu asuminen tarjoaa hyvän kohteen seuraaviin mahdollisiin tutkimuksiin.

## **8.2 Osallisuuden ja yhteisöllisyyden ylläpitäminen vaatii työtä**

Kun kesäkuussa 2023 aloitin opinnäytetyöni aiheen parissa puuhastelun, uskoin aika vahvasti, että yhteisten toimintojen lisäämisellä voidaan vaikuttaa SiniVida asumisyksikön kulttuuriin ja yhteisöllisyyteen positiivisessa mielessä. Ensimmäisessä asukaskyselyssä suurin osa (10/11) kokivat olevansa osallinen nykyisessä yhteisössä asumisyksikössä (katso sivu 35). Hetken aikaa pohdin, onko yhteisöllisyyttä ja osallisuutta järkevää edes lähteä edistämään, jos asukkaat kokevat jo nyt asioiden olevan kunnossa. Ymmärsin kuitenkin, että yhteisöllisyys ja osallisuus asumisyksikössä ei ole itsestäänselvyys ja sitä tulisi hoitaa ja vaalia. Uusia asukkaita tulee ja toisia lähtee. On tärkeää, että jokainen kokee olevansa tervetullut talolle ja pääsee harjoittamaan vuorovaikutustaitojaan ja parhaimmillaan kokee olevansa osa yhteisöä edes jollain tavalla. Ymmärsin että yhteisöllisyyden ja osallisuuden ylläpitäminen on tärkeä osa asumisyksikkömme kulttuuria ja sitä täytyy ylläpitää moninaisin keinoin.

Parasta toimessa ole se, että työkaverit lähtivät innoissaan mukaan järjestämään erilaisia tapahtumia ja ryhmiäkin. Aktiviteetteja ideoitiin yhdessä ja niitä tarjottiin mielestäni riittävästi. Toimintojen sisältöä pyrittiin luomaan saavutettavaksi ja asukkaiden toiveiden mukaisiksi. Siinä



mielessä opinnäytetyö on onnistunut. Asiaa vahvistaa myös se, että tapahtumatyöryhmä aktivoitui uudelleen yhdessä asukkaiden ja ohjaajien kanssa. Asukkaatkin kokevat tärkeäksi, että toimintaa suunnitellaan ja järjestetään jatkossakin.

Kehittämistyön onnistumisesta kertoo mielestäni myös se, että kehittäminen asukkaiden aktiivisuuden suhteen jatkuu edelleen talolla ja he ovat itse mukana suunnittelemassa ja järjestämässä toimintaa. Kevääksi olemme suunnitelleet esimerkiksi talvitapahtumat, johon tulossa pieniä kilpailuja, makkaranpaistoa, laamoja ja koiria silitettäväksi. Halusimme tuoda esille vielä kierrättämisajatusta ja pidämme penkojaiset maaliskuussa. Penkojaisissa asukkaat saavat tuoda itselleen turhaa tavaraa tai vaatetta annettavaksi toiselle. Samalla voi katsoa, jos itselleen löytyisi jotain hyödyllistä tapahtumasta.

### **8.3 Yhteisöllisyys näkyy arjessa**

Kehittämistyöstä jätin tarkoituksen mukaisesti pois osana arkea tapahtuvia asioita, mitkä voidaan laskea yhteisöllisyydeksi ja osallisuudeksi. Talollamme on iso terassi, johon hankimme kesällä kesäkukat. Pyytämättä kaksi asukasta halusi osallistua istutuksiin ja toinen otti vastuulleen kukkien kastelun koko kesäksi. Kukat olivatkin loistossaan ja niistä maltettiin luopua vasta pakkasten tullen. Iso osa asukkaista on niitä, jotka auttavat, jos joku ei pääse esimerkiksi ovesta sisään, saattavat asukastoverin asunnolle, joka ei jaksakaan itse rullata pyörätuoliaan. Toinen asukas voi antaa neuvoja ja toinen kuuntelee. Ohjaajille tullaan yleensä heti kertomaan, jos yhteisissä tiloissa joku möykkää tai jotain on yhteisesti pielessä, esimerkiksi ilmapiirissä.

Kehittämistyön loppuvaiheilla aloin ymmärtämään yhteisöllisyyttä ilmiönä. Vaikka välillä koen, että yhteisöllisen ja tuetun asumisen asukkaat ovat hyvin erillään toisistaan omissa asunnoissaan, niin tilanteen tullen yhteisöllisyyttä voi nähdä. Parhaimmillaan se on asukkaista itsestään lähtevää, naapuriapua muistuttavaa toimintaa. Sen vuoksi yhteisöllisyyttä ja sen positiivisia vaikutuksia kannattaa vaalia ja tavoitella. SiniVidalla on yhteisöllisyyttä ja se on tärkeä asia ylläpitää.

### **8.4 Osallisuus on asioista päättämistä ja vaikuttamista**

Kuten edellisessä kappaleessa, osallisuuskin näkyy arkisissa asioissa. Se ei välttämättä tarkoita sitä, että kuuluu erilaisiin liittoihin, kerhoihin tai järjestöihin. Yhteisöllisessä ja tuetussa asumi-

sessä se näkyy vapaudessa valita, asioissa, jotka koskevat ihmistä itseään. Asukkaat osallistuvat omaan kuntoutukseensa ja ovat itsensä parhaimpia asiantuntijoita. He saavat esimerkiksi valita osallistuuko ryhmään vai ei.

Yhteisöllisyyden ja osallisuuden edistäminen tuntui aluksi helpolta asialta. Tykkään itse järjestää toimintaa ja touhuilla asukkaiden kanssa. Kehittämistyön haasteena koin, että kaikkia asukkaita oli vaikea saada mukaan. Asukkaita siis kyllä tuli, mutta kehittämistyö ei tavoittanut heitä, jotka eivät muutenkaan osallistu, ja niitä on talossa aika paljon. Kehittämistyö ei siis tavoittanut heitä, joita se olisi ehkä eniten hyödyttänyt. Tämä voi johtua monista syistä, mutta suurimpana näen sen, että asukkailla on oikeus valita mitä tekee ja mihin energiansa panostaa. Ikävä kyllä, nykyajan yhteiskunnan rakenteet mahdollistavat myös sen, että ihminen voi olla tekemättä mitään ja siitä huolimatta esimerkiksi saada taloudellista turvaa. Se on sitten eri asia, onko sellainen elämä mielekästä vai ei.

SiniVida Vuohenojan yhteisöllinen ja tuettu asuminen on näkökulmani mukaan turvallinen paikka harjoitella itsenäistä elämää ja siihen liittyviä velvollisuuksia, mutta myös oikeuksiaan. Harvempi tulee ajatelleeksi asioita siitä näkökulmasta, että niihin on oikeus vaikuttaa. Konkreettisena esimerkkinä viimeaikaiset presidentinvaalit. Talollamme mahdollistettiin presidentinvaalien ennakoäänestys, joten kenenkään ei tarvinnut mennä alakerran ruokalaa kauemmaksi. Hämmästyin miten moni asukas tuli paikan päälle äänestämään. Asia oli tärkeä ja moni sanoi voivansa tällä tavalla vaikuttaa. Mielessäni kävi, että voi kunpa he ajattelisivat omistakin arjen asioistaan juuri näin. Mielestäni yhteisöllisyys on asenne, joka lähtee ihmisestä itsestään ja osallisuuden tunne tulee sen mukana.

## LÄHTEET

- Aluehallituksen pöytäkirja 2023. Pirkanmaan hyvinvointialue. kokouspöytäkirja 3591/2023. § 46 Siirtymä sosiaalihuoltolain mukaisen yhteisöllisen asumisen järjestämiseen. Verkkojulkaisu. Viitattu 17.1.2024. [https://pirha.cloudnc.fi/fi-FI/Toimielimet/Aluehallitus/Kokous\\_2022023/Siirtyma\\_sosiaalihuoltolain\\_mukaisen\\_yht\(4646\)](https://pirha.cloudnc.fi/fi-FI/Toimielimet/Aluehallitus/Kokous_2022023/Siirtyma_sosiaalihuoltolain_mukaisen_yht(4646))
- Aspa.fi 2019. Yhteiskehittäminen vahvistaa osallisuutta. Verkkojulkaisu. Viitattu 6.2.2024. <https://www.aspa.fi/tietoa-aspasta/ajankohtaista/yhteiskehittaminen-vahvistaa-kaikkien-osallisuutta/>
- Esperi. Hoivakodit ikäihmisille. Mitä tarkoittaa yhteisöllinen asuminen? Verkkojulkaisu. Viitattu 26.12.2023. <https://www.esperi.fi/usein-kysyttya/mita-tarκοittaa-yhteisollinen-asuminen>
- Heikkinen-Peltonen, Riitta, Innamaa, Marja & Virta, Marjut 2014. Mieli ja terveys. 4. painos. Helsinki: Edita Publishing (e-kirja)
- Honkasalo, Marja-Liisa & Laukkanen, Anu 2015. Kulttuuripolitiikan tutkimuksen vuosikirja 2015. Osallisuus ja yhteisöllisyys hyvinvointia edistämässä. Artikkel. Verkkojulkaisu. Viitattu 17.1.2024. <https://www.bing.com/ck/a?!&&p=1bd890cfe5eff399JmltdHM9MTcwNTQ0OTYwMC-ZpZ3VpZD0yNzEwNWJiYy0xYWZjLTYwMGMtMmY4My00YjA5MWIwYzYxMmU-maW5zaWQ9NTM3NQ&ptn=3&ver=2&hsh=3&fclid=27105bbc-1afc-600c-2f83-4b091b0c612e&psq=yhteis%c3%b6llisyys+kasvattaa+osallisuutta&u=a1aHR0cHM6Ly9qb3VybmFs-LmZpL2t1bHRwb2wvYXJ0aWNsZS9kb3dubG9hZC82MDA3OS9wZGZfNg&ntb=1>
- Invalidiliitto. Esteettömyys ja saavutettavuus. Verkkojulkaisu. Viitattu 20.1.2024. <https://www.invalidiliitto.fi/esteettomyys/saavutettavuus>
- Ikonen, Yrmy 2007. A-Kiltojen liiton toiminnanjohtaja. Viitattu 10.1.2024. Verkkojulkaisu. <https://paihdelinkki.fi/tietopankki/tietoiskut/paihdeyon-menetelmat-ja-koulutus/yhteisohoito/>
- Ilonen, Milla 2014. Aspa-julkaisuja 1/2014. Verkkojulkaisu. Viitattu 10.12.2023. [https://www.aspa.fi/wp-content/uploads/2020/09/Osallisuuden\\_olotiloissa-opas.pdf](https://www.aspa.fi/wp-content/uploads/2020/09/Osallisuuden_olotiloissa-opas.pdf)
- Juhila, Kirsi. Teemoittelu. Tietoarkisto. Verkkojulkaisu. Viitattu 4.2.2024. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/teemoittelu/>
- Jyväskylän yliopisto, 2014. Tutkimusstrategiat. Verkkojulkaisu. Viitattu 3.2.2024. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat>
- Jyväskylän yliopisto, 2014. Aineistonhankintamenetelmät. Verkkojulkaisu. Viitattu 3.2.2024. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineistonhankintamenetelmat>

- Jyväskylän yliopisto, 2016. Aineistonanalyysimenetelmät. Teemoittelu. Verkkojulkaisu. Viitattu 6.2.2024. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineiston-analyysimenetelmät/teemoittelu>
- Laki sosiaalihuoltolain muuttamisesta 790/2022. Finlex. Verkkojulkaisu. Helsinki. Viitattu 10.12.2023. <https://finlex.fi/fi/laki/alkup/2022/20220790#Pidm46434451139072>
- Mielen ry. Mielenreitti-luontopolku. Hankkeen esittely. Verkkojulkaisu. Viitattu 25.1.2024. <https://mielen.fi/mielenreitti/>
- Mielenterveyden keskusliitto. Eroon yksinäisyydestä. Verkkojulkaisu. Viitattu 15.2.2024. <https://www.mtkl.fi/mika-askarruttaa/yksinaisyys/#:~:text=Yksin%C3%A4isyys%20voi%20olla%20tilap%C3%A4ist%C3%A4%20tai%20pitk%C3%A4aikaista.%20Joskus%20se,ulkosia%20tekij%C3%B6it%C3%A4%20voivat%20olla%20vieras%20asuin-ymp%C3%A4rist%C3%B6%20tai%20kiusaaminen.>
- Murto, Kari 2013. Terapeuttinen yhteisö. Toimittanut Kari Murto. Muut kirjoittajat: Ojala, Nina; Laakso, Katia & Räsänen, Mirva. Kari Consulting Oy. Porvoo: Bookwell. Painettu teos.
- Niukkanen, Kirsi 2020. Psykososiaalinen lähestymistapa ja työmenetelmät taloussosiaalityössä. Maisteritutkielma. Sosiaalityö. Sosiaalityö. Kokkolan yliopistokeskus Chydenius. Jyväskylän yliopisto. Verkkojulkaisu. Viitattu 26.12.2023. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/72800/1/URN:NBN:fi:jyu-202011256770.pdf>
- Nivala, Elina & Rynänen, Sanna 2013. Artikkel. Kohti sosiaalipedagogista osallisuuden ideaalia. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja. Vuosikirja 2013. 14. vuosikerta. Kuopio. Suomen sosiaalipedagoginen seura ry 2013. Verkkojulkaisu. Viitattu 3.8.2022. [https://www.academia.edu/11188409/Kohti\\_sosiaalipedagogista\\_osallisuuden\\_ideaalia](https://www.academia.edu/11188409/Kohti_sosiaalipedagogista_osallisuuden_ideaalia)
- Näpäri, Liisa 2017. Haastattelun lajityypit. Artikkel. Verkkojulkaisu. Viitattu 3.2.2024. <https://spoken.fi/haastattelun-lajityypit/>
- Opetushallitus 2023. Yhteisöllisyys. Verkkojulkaisu. Viitattu 19.12.2023. <https://www.oph.fi/fi/opettajat-ja-kasvattajat/yhteisollisyys>
- Palvelukuvaus 2022. Liite 2: Päihde- ja mielenterveyskuntoutujien asumispalvelut Vuohenojan asumisyksikössä. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. Psykososiaalisen tuen palveluryhmä. Painettu teos. Tampere.
- Sitra 2023. Yhteisöllisyys ruokkii uusia toimintatapoja. Verkkojulkaisu. Viitattu 27.12.2024. <https://www.sitra.fi/aiheet/yhteisollisyys/#yhteisollisyys-ruokkii-uusia-toimintatapoja>
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2023a. Muistiopohja. Psykososiaalisten menetelmien käsitteiden täsmentämistarpeet, niihin kuuluvien hoitomuotojen käyttö ja toteutus sekä toimenpiteet niiden saatavuuden turvaamiseksi. Julkaistu 9.2.2023 Helsinki. Verkkojulkaisu. Viitattu 20.12.2023. <https://stm.fi/documents/1271139/150418668/Selvitys+psykososiaalisista+menetelmist%C3%A4+090223.pdf/72291d6a-1f9e-1be1-0854-d77ab3b49bc6/Selvitys+psykososiaalisista+menetelmist%C3%A4+090223.pdf?t=1676635452511>
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2023b. Suosituksia mielenterveyteen, päihdeongelmiin ja riippuvuuteen liittyvän stigman ja syrjinnän tunnistamiseen ja vähentämiseen. Helsinki. Toimittaneet Strand, Teija, Ridanpää, Soile ja Kotovirta, Elina. Verkkojulkaisu. Viitattu 24.1.2024.

[https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165165/STM\\_2023\\_29\\_J.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165165/STM_2023_29_J.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Sosiaali- ja terveysministeriö. Mielen terveyden hoito. Helsinki. Verkkojulkaisu. Viitattu 20.12.2023. <https://stm.fi/mielen-terveyspalvelut>
- Stevanovic, Melisa & Valkeapää, Taina 2019. Ilmiömedia. Mielen terveyskuntoutuksen ihanteet käytännössä. Artikkelit. Verkkojulkaisu. Viitattu 15.1.2024. <https://ilmiömedia.fi/artikkelit/mielen-terveyskuntoutuksen-ihanteet-kaytannossa/>
- Suomen karvakaverit ry. Toiminnan esittely. Verkkojulkaisu. Viitattu 17.1.2024. <https://suomenkarvakaverit.fi/>
- Särkelä-Kukko, Mona 2009. Järjestöjohtaja, Suomen Setlementtiliitto. Verkkojulkaisu. Viitattu 24.1.2024. <https://paihdelinkki.fi/tietopankki/tietoiskut/paihteet-ja-yhteiskunta/paihteiden-kaytto-ja-yhteiskunnallisen-osallisuuden-ongelmat/>
- Taskinen, Satu 2018. Sool ry:n Opeopiskelija-lehden artikkeli, 26.1.2018. Kuinka maahanmuuttajaopiskelijan osallisuutta voi edistää? Verkkojulkaisu. Viitattu 7.12.2023. <https://www.sool.fi/opeopiskelija/artikkelit/kuinka-maahanmuuttajaoppilaan-osallisuutta-voi-edistaa/#:~:text=Osallisuus%20on%20henkil%C3%B6kohtainen%20koke-mus%20siit%C3%A4%20C%20ett%C3%A4%20kuuluu%20johonkin,yhteis%C3%B6%C3%B6n%20ja%20saa%20mahdollisuuden%20vaikuttaa%20t%C3%A4m%C3%A4n%20yhteis%C3%B6n%20toimintaan.>
- Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2017. Työpaperi 33/2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Kirjoittajat: Anna-Maria Isola, Heidi Kaartinen, Lars Leemann, Raija Lääperi, Taina Schneider, Salla Valtari & Anna Keto-Tokoi. Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy Helsinki. Verkkojulkaisu. Viitattu 7.12.2023. <https://www.julkari.fi/handle/10024/135356>
- Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2020a. Julkaistu 24.4.2020. Koronaepidemiolla kauaskantoiset vaikutukset ihmisten hyvinvointiin ja sosiaali- ja terveyspalveluihin. Helsinki. Verkkojulkaisu. Viitattu 24.1.2024. <https://thl.fi/-/koronaepidemiolla-kauaskantoiset-vaikutukset-ihmisten-hyvinvointiin-ja-sosiaali-ja-terveyspalveluihin>
- Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2020b. Yhteisöllisyys, osallisuus ja toimijuus. Helsinki. Verkkojulkaisu. Viitattu 9.12.2023. <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/paihdehoito/ok-hanke/yhteisollisyys-osallisuus-ja-toimijuus>
- Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2022. Raportti 4/2022. Covid-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen. Helsinki. Verkkojulkaisu. Viitattu 2024. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/144268/THL\\_Rap4\\_2022\\_Covid-seuranta\\_kev2022\\_vs2.pdf?sequence=7&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/144268/THL_Rap4_2022_Covid-seuranta_kev2022_vs2.pdf?sequence=7&isAllowed=y)
- Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2023. Osallisuuden edistäjän opas. Ohjaus 10/2023. Helsinki. Verkkojulkaisu. Viitattu 10.12.2023. <https://www.julkari.fi/handle/10024/146717>
- Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2024. Ryhmätoiminta ja toiminnalliset menetelmät. Helsinki. Verkkojulkaisu. Viitattu 10.1.2024. <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalisen-kuntoutuksen-opas/palvelun-sisallot/ryhmatoiminta-ja-toiminnalliset-menetelmat>

Weckroth, Antti 2007. Mitä merkitsee ”psykososiaalinen” päihdehoidossa? Artikkel. YHTEISKUNTAPOLITIIKKA 72 (2007):4. Verkkojulkaisu. Viitattu 19.12.2023. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/101216/074weckroth.pdf>

## HAASTATTELUT

Arvonen, Kirsi 2023. SiniVida yhteisöllisen ja tuetun asumisen sekä palveluasumisen yksiköiden johtaja. Tulevaisuuden tiedonkeruu. Haastattelu 7/2023. Haastattelija: Jonna Hautaluoma.

Sini 2023. Yhteisöllisen ja tuetun asumisen sairaanhoitaja ja tiimivastaava. Haastattelu 28.12.2023. Haastattelija: Jonna Hautaluoma

H2. Asukkaan haastattelu 1.7.2023. Haastattelija: Jonna Hautaluoma

H4. Asukashaastattelu 1.7.2023 ja 20.12.2023. Haastattelija: Jonna Hautaluoma

H5. Asukashaastattelu 1.7.2023 ja 20.12.2023. Haastattelija: Jonna Hautaluoma

H6. Asukashaastattelu 20.12.2023. Haastattelija: Jonna Hautaluoma

H7. Asukashaastattelu 19.12.2023. Haastattelija: Jonna Hautaluoma

H8. Asukashaastattelu 21.12.2023. Haastattelija: Jonna Hautaluoma

H9. Asukashaastattelu 20.12.2023. Haastattelija: Jonna Hautaluoma

H11. Asukashaastattelu 1.7.2023 Haastattelija: Jonna Hautaluoma

## LIITTEET

### Ensimmäinen asukaskysely:

Kyselyn tavoitteena on selvittää, minkälaista yhteisöllistä ja osallisuutta edistävää toimintaa asumisyksikössä on tällä hetkellä ja minkälaisia toiveita asian suhteen on. Kyselyyn vastataan nimettömänä.

1. Kauanko olet asunut nykyisessä asumisyksikössä tällä hetkellä?
  - a) alle vuoden \_\_\_ b) 1-3 vuotta \_\_\_ c) 3-6 vuotta \_\_\_ d) 6 vuotta tai enemmän \_\_\_
  
2. Mitkä seuraavista yhdistäisit käsitteeseen **yhteisöllinen**? Voit rastita niin monta kuin haluat.
  - a) vapaaehtoisuus \_\_\_
  - b) yhdessä tekeminen \_\_\_
  - c) toisesta huolehtiminen \_\_\_
  - d) yhteinen päätöksenteko \_\_\_
  - e) Mikä muu kuvastaa mielestäsi **yhteisöllisyyttä**?
  
3. Mitkä seuraavista yhdistäisit käsitteeseen **osallisuus**? Voit rastittaa niin monta kuin haluat.
  - a) toimijuuden edistäminen \_\_\_
  - b) toisen arvostus \_\_\_
  - c) luottamus \_\_\_
  - d) eriarvoisuuden vähentäminen \_\_\_
  - e) Mikä muu kuvastaa mielestäsi **osallisuutta**?

4. Yhteisöllisyys ja osallisuus **on yksilön oma kokemus**. Koetko sinä olevasi jollain tavalla osa nykyistä asumisyksikkösi yhteisöä ja jollain tavalla osallinen siinä?

a) Kyllä \_\_\_\_ b) en \_\_\_\_ c) en osaa sanoa \_\_\_\_

5. Koetko voivasi vaikuttaa asumisyksikön toiminnallisiin ryhmiin?

a) Kyllä \_\_\_\_ b) en \_\_\_\_ c) en osaa sanoa \_\_\_\_

6. Yhteisöllisyyttä ja osallisuutta voidaan edistää erilaisten toiminnallisten menetelmien kautta.

**Mihin seuraavista säännöllisistä** ryhmätoiminnoista osallistut, tai olet osallistunut, yhteisö- ja tukiasumisyksikössä?

a) musiikkiryhmä (levyraati) \_\_\_\_

b) bingo \_\_\_\_

c) tietovisa \_\_\_\_

d) rentoutusryhmä \_\_\_\_

e) elokuvaryhmä \_\_\_\_

7. Osa ryhmistä on asukkaiden järjestämiä. Edistääkö tämä mielestäsi osallisuutta ja yhteisöllisyyttä.

a) kyllä \_\_\_\_ b) ei \_\_\_\_ c) en osaa sanoa \_\_\_\_

8. Toivoisitko **enemmän säännöllistä** ryhmätoimintaa arkeen asumisyksikössä?

a) kyllä \_\_\_\_ b) ei \_\_\_\_ c) en osaa sanoa \_\_\_\_



- 8.1. **Jos vastasit edelliseen kysymykseen kyllä, minkälaista uutta ryhmätoimintaa toivoisit?** Voit valita useamman
- a) leivontaryhmä \_\_\_\_
  - b) keskusteluryhmä (eri teemalla) \_\_\_\_
  - c) liikuntaryhmä \_\_\_\_
  - d) askarteluryhmä \_\_\_\_
  - e) peliryhmä (kortti- ja lautapelit) \_\_\_\_
  - f) joku muu ryhmä, mikä? Tähän voi myös tarkentaa monivalintavastausta.
- 
9. Toivoisitko enemmän asumisyksikön ohjaajan ohjaamia ryhmiä yhteisö- ja tukiasumisessa?
- a) kyllä \_\_\_\_      b) en \_\_\_\_      c) en osaa sanoa \_\_\_\_
10. Aamuhetket on aloitettu asumisyksikössä 5.6.2023. Oletko vielä osallistunut kokoontumiseen?
- a) kyllä \_\_\_\_      b) en \_\_\_\_      c) en osaa sanoa \_\_\_\_
11. Asumisyksikössä järjestetään kerran kuukaudessa yhteisökokous. Oletko osallistunut näihin?
- a) kyllä \_\_\_\_      b) en \_\_\_\_      c) en osaa sanoa \_\_\_\_
12. Kausiluontoisesti ohjaajat tai opiskelijat ovat järjestäneet **kertaluontoisia tapahtumia** kuten askartelua, leipomista, erilaisia juhlia (esim. kesä-, halloween- ja jouluteemaiset juhlat), musiikin esittäjät jne. **Oletko osallistunut näihin?**

a) kyllä \_\_\_ b) ei \_\_\_ c) en osaa sanoa \_\_\_

13. Toivoisitko kertaluontoisten tapahtumien olevan jatkossakin?

a) kyllä \_\_\_ b) en \_\_\_ c) en osaa sanoa \_\_\_

13.1. Jos vastasit kyllä, minkälaista uutta kausittaista ja/tai kertaluontoista toimintaa toivot jatkossa olevan yhteisö- ja tukiasumisyksikössänne? Rastita niin monta kuin haluat.

a) Elokuvateatteriin meno \_\_\_

b) Museoissa käyminen \_\_\_

c) Luennoitsijan/kokemusasiantuntijan keskustelutilaisuus talolla \_\_\_ Aihe:  
\_\_\_\_\_

d) Eläinavusteinen toiminta asumisyksikössä \_\_\_

e) laavuretki/makkaranpaisto \_\_\_

f) **Vapaa sana:** Toiveita tapahtumille ja yhteisöllisille toiminnoille

14. Jos edellä mainittuja toimintoja järjestettäisiin, osallistuisitko niihin?

a) kyllä \_\_\_ b) en \_\_\_ c) en osaa sanoa \_\_\_

15. Minkä seuraavista koet itsellesi tärkeäksi osallisuutta ja yhteisöllistä toimintaa suunniteltaessa?

a) toiminnan esteettömyys ja saavutettavuus \_\_\_

b) tiedottaminen ja toiminnasta muistuttaminen \_\_\_

b) mielenkiintoinen aihe \_\_\_

c) maksuttomuus \_\_\_

d) jokin muu, mikä: \_\_\_\_\_

16. Voisitko itse pitää jonkinlaista ryhmää?

a) kyllä, minkälaista? \_\_\_\_\_

b) en

c) en osaa sanoa

### **Toinen asukaskysely:**

Kyselyn tarkoituksena on selvittää, miten asian suhteen on onnistuttu ja mitä on vielä kehitettävää. Kysely tehty samoille asukkaille, kuin ensimmäinen kysely.

1. Oletko osallistunut talon tapahtumiin viimeisen puolen vuoden aikana?
  - a) Kyllä\_\_      b) En\_\_      c) En osaa sanoa\_\_
  
2. Jos vastasit kyllä, mihin tapahtumiin olet osallistunut (voit valita useammankin).
  - a) Talon yhteinen Kesäjuhla (myös omaisille) (kesäkuu)
  - b) Kuvataideryhmä (kesäkuu ja elo-syyskuu)
  - c) Kesäolympialaiset (Heinäkuu)
  - d) Tuurin reissu (Heinäkuu)
  - e) Talon yhteinen Sadonkorjuujuhla (elokuu)
  - f) Karvakaverit ry:n vierailut (kesä, heinä, syys, loka ja marraskuu)
  - g) Tampereen A-Kilta ry:n vierailu (lokakuu)
  - h) Hyvän mielen ryhmä. (alkanut 11/2023)
  - i) leivontaryhmä (marras- ja joulukuu)
  
3. Koetko järjestetyt tapahtumat tarpeellisiksi talolla?
  - a) kyllä\_\_      b) en\_\_      c) en osaa sanoa\_\_

4. Vapaa sana: Mikä on ollut tapahtumissa hyvää ja mistä haluat antaa kehittämisspautetta?

---

---

---

5. Edistääkö yhteiset tapahtumat ja ryhmät mielestäsi SiniVida Vuohenojan **yhteisöllisyyttä**?

a) kyllä \_\_\_      b) ei \_\_\_      c) en osaa sanoa \_\_\_

6. Edistääkö yhteiset tapahtumat ja ryhmät mielestäsi asiakkaan **osallisuuden tunnetta**?

a) kyllä \_\_\_      b) ei \_\_\_      c) en osaa sanoa \_\_\_

7. Oletko itse osallistunut viimeisen puolen vuoden aikana johonkin ryhmätoimintaan/tapahtumaan, mihin et aikaisemmin ole osallistunut?

a) kyllä \_\_\_      b) en \_\_\_      c) en osaa sanoa \_\_\_

8. Onko oma aktiivisuutesi mielestäsi muuttunut järjestettyjen toimintoihin osallistumisessa?

a) kyllä, aktiivisuuteni on kasvanut \_\_\_

b) kyllä, aktiivisuuteni on laskenut \_\_\_

c) ei, aktiivisuuteni on pysynyt samana \_\_\_

d) en osaa sanoa \_\_\_

9. Koetko tärkeäksi, että ryhmätoimintaa ja tapahtumia on jatkossakin ja niitä kehitetään asiakkaiden tarpeisiin? (tapahtumatyöryhmä, ”Juhlatoimikunta”, alkanut kokoontumaan 11/2023 alkaen).

a) kyllä \_\_\_      b) en \_\_\_      c) en osaa sanoa \_\_\_

10. Isommat tapahtumista on koko talon yhteisiä (molemmille yksiköille). Toivoisitko enemmän koko talon yhteisiä tapahtumia?

a) kyllä \_\_\_      b) en \_\_\_      c) en osaa sanoa \_\_\_

11. Vapaa sana: risut ja ruusut, kehittämisideoita ja terveisiä talon ”Juhlatoimikunnalle”

---

---

---

## Haastattelukysymykset työntekijälle:

Osallisuuden ja yhteisöllisyyden edistäminen ovat olleet opinnäytetyöni keskiössä. Opiskelen yhteisöpedagogiksi Humanistisessa ammattikorkeakoulussa.

Tämän kyselyn tarkoituksena on selvittää työntekijän näkökulmasta, mitä osallisuus ja yhteisöllisyys tarkoittaa työntekijälle itselle sekä mitä se on yhteisöllisessä- ja tukiasumisessa? Kysely on haastattelumuodossa, mikä äänitetään ja litteroidaan. Äänityksestä ja litteroinnista on poistettu mahdolliset tunnistetiedot (koko nimi, tarkka paikka ja sijainti), jos haastateltava niin haluaa.

1. Kerrotko lyhyesti kuka olet, hieman työhistoriaasi ja mitä työnkuvaasi pääosin kuuluu Sinividan yhteisöllisessä ja tuetussa asumisessa?
2. Mitä yhteisöllisyys- käsite merkitsee sinulle itsellesi?
3. Mitä osallisuus- käsite merkitsee sinulle itsellesi?
4. Näetkö, että täällä (SiniVidan yhteisöllisessä ja tuetussa asumisessa) on yhteisöllisyyttä? Jos niin millä tavalla se näkyy?
5. **Mitä positiivista** mielestäsi on yhteisöllisyydessä ja/tai osallisuudessa mielenterveys- ja päihdekuntoutujien parissa työskennelleenä ja esimerkiksi täällä asumisyksikössä?
6. **Mitä haasteita** mielestäsi on, yhteisöllisyyttä ja/tai osallisuutta ajatellen, mielenterveys- ja päihdekuntoutujien parissa työskennellessä ja esimerkiksi täällä asumisyksikössä?
7. Minkälaisen **merkityksen** näet yhteisöllisyydellä ja osallisuudella **olevan tulevaisuudessa** niin täällä kuin yleisestikin mielenterveys- ja päihdekuntoutujien palveluissa?