

**Tiia Katajisto & Piia Peltoniemi**

**MIELENTERVEYSKUNTOUTUJEN KOKEMUKSIA SIILINPESÄN  
AVOKUNTOUTUKSESTA**

**Opinnäytetyö  
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Joulukuu 2020**

**TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ**

<b>Centria-ammattikorkeakoulu</b>	<b>Aika</b> Joulukuu 2020	<b>Tekijät</b> Tiia Katajisto, Piia Peltoniemi
<b>Koulutusohjelma</b> Sosiaalialan koulutusohjelma		
<b>Työn nimi</b> MIELENTERVEYSKUNTOUTUJIIEN KOKEMUKSIA SIILINPESÄN AVOKUNTOUTUKSESTA		
<b>Työn ohjaaja</b> Pirjo Forss-Pennanen	<b>Sivumäärä</b> 30 + 9	
<b>Työelämäohjaaja</b> Lena Pietilä		
<p>Opinnäytetyömme on tehty Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveystalvokuntoutuskeskitymä Soitelle ja Siilinpesän avokuntoutusyksikköön. Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää asiakkaiden kokemuksia Siilinpesän avokuntoutuksesta haastattelujen avulla. Kokemusten lisäksi nostamme opinnäytetyössämme esiin asiakkaiden kehittämisehdotuksia, joita voidaan hyödyntää yksikön toimintaa kehitettäessä.</p> <p>Opinnäytetyön tietoperustassa kerromme Siilinpesän avokuntoutuksesta ja palveluun hakeutumisesta. Lisäksi käsittelemme nuorten aikuisten yleisimpiä mielenterveyshäiriöitä, mielenterveyttä suojaavia ja haavoittavia tekijöitä sekä mielenterveystyötä ja kuntoutusta, joka kattaa lait ja asetukset, tehtävät ja tavoitteet sekä sosiaalisen kuntoutuksen. Opinnäytetyö toteutettiin suorittamalla teemahaastatteluita Siilinpesän avokuntoutuksen asiakkaille. Haastatteluihin osallistui kuusi Siilinpesän asiakasta, haastatteluista saatu aineisto analysoitiin sisällönlähtöisellä aineistoanalyysillä.</p> <p>Opinnäytetyön tuloksista selvisi, että Siilinpesän avokuntoutuksen asiakkaat kokevat palvelun hyvänä ja positiivisena. Siilinpesän merkitys nousi esiin Soiten sisäisenä palveluna ja sen hyötynä asioiden sujumuuden kannalta. Ryhmätoiminta nähtiin merkittävänä osana Siilinpesän toiminnassa ja asiakkaiden kehittämisehdotuksista suurin osa koski käytäntöinä ryhmätoimintaa. Puolet asiakkaista nosti esiin kehittämisehdotuksen henkilökunnan riittävydestä ja pysyvyydestä.</p>		
<b>Asiasanat</b> Avokuntoutus, kokemukset, mielenterveyskuntoutus, sosiaalinen kuntoutus.		

**ABSTRACT**

<b>Centria University of Applied Sciences</b>	<b>Date</b> December 2020	<b>Author</b> Tiia Katajisto, Piia Peltoniemi
<b>Degree programme</b> Bachelor of Social Services		
<b>Name of thesis</b> PATIENTS' EXPERIENCES IN SIILINPESÄ OUTPATIENT REHABILITATION		
<b>Instructor</b> Pirjo Forss-Pennanen	<b>Pages</b> 30 + 9	
<b>Supervisor</b> Lena Pietilä		
<p>This thesis was made for the Siilinpesä rehabilitation unit of Soite, the Central Ostrobothnia Joint Municipal Authority for Social and Health Services. The aim of this thesis was to investigate patients' experiences in Siilinpesä outpatient rehabilitation unit using interviews. Along with their experiences, the thesis aims to raise improvement ideas that can be used in developing and improving the unit as a whole.</p> <p>In the knowledge base of the thesis include information about outpatient rehabilitation unit Siilinpesä and how to seek treatment there. Thesis will also raise the most common mental health disorders in young adults, the protective and risk factors in mental health, and mental health work and rehabilitation in general, including laws and decrees, tasks and goals, and social rehabilitating. The thesis was conducted using themed interviews with the six patients at Siilinpesä outpatient rehabilitation unit. The data collected was analyzed using content-driven analysis.</p> <p>The findings of the thesis showed that the patients of Siilinpesä outpatient rehabilitation unit have experienced the service as good and positive. To the patients, it had a significant meaning that Siilinpesä outpatient rehabilitation unit is a part of Soite, the Central Ostrobothnia Joint Municipal Authority for Social and Health Services, making their experience more proficient. Group activities within Siilinpesä were seen as a significant part of rehabilitation, and most of the patients mentioned group activities in improvement and development ideas as well.</p>		

<p><b>Key words</b> experiences, mental health rehabilitation, outpatient rehabilitation, social rehabilitation</p>
---

**TIIVISTELMÄ**  
**ABSTRACT**  
**SISÄLLYS**

<b>1 JOHDANTO</b> .....	<b>1</b>
<b>2 OPINNÄYTETYÖN TOIMINTAYMPÄRISTÖ</b> .....	<b>2</b>
2.1 Siilinpesän avokuntoutus.....	2
2.2 Siilinpesän palveluun hakeutuminen.....	3
<b>3 OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTAA</b> .....	<b>4</b>
3.1 Mielenterveyttä suojaavat ja haavoittavat tekijät .....	4
3.2 Nuorten aikuisten yleisimmät mielenterveyden häiriöt.....	5
3.3 Mielenterveystyötä ohjaavat lait ja asetukset.....	7
3.4 Mielenterveyskuntoutuksen tehtävät ja tavoitteet .....	8
3.5 Nuorten aikuisten sosiaalinen kuntoutus .....	9
<b>4 OPINNÄYTETYÖPROSESSIN KUVAUS</b> .....	<b>12</b>
4.1 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tehtävä .....	12
4.2 Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat.....	13
4.3 Opinnäytetyön aineiston hankinta ja analysointi.....	14
4.4 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys .....	15
<b>5 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET</b> .....	<b>18</b>
5.1 Asiakkaiden kokemukset Siilinpesän avokuntoutuksesta .....	18
5.2 Asiakkaiden kokemukset Siilinpesän ryhmätoiminnasta .....	21
5.3 Asiakkaiden kehittämisehdotukset Siilinpesän avokuntoutuksesta .....	22
<b>6 JOHTOPÄÄTÖKSET</b> .....	<b>26</b>
<b>7 POHDINTA</b> .....	<b>28</b>
<b>LÄHTEET</b> .....	<b>30</b>
<b>LIITTEET</b>	
<b>TAULUKOT</b>	
TAULUKKO 1. Asiakkaiden kokemukset Siilinpesästä saadusta tuesta .....	15
TAULUKKO 2. Asiakkaiden kokemukset tuen riittävydestä .....	19
TAULUKKO 3. Asiakkaiden kokemukset tavoitteiden merkityksestä .....	20
TAULUKKO 4. Asiakkaiden kokemukset tuen määräaikaaisuudesta .....	20
TAULUKKO 5. Asiakkaiden kokemukset ryhmätoiminnasta .....	21
TAULUKKO 6. Asiakkaiden kehittämisehdotukset Siilinpesän avokuntoutukseen .....	23

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyön tilaajana on Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveysterveyspalvelukuntayhtymä Soiteissa toimiva Siilinpesän avokuntoutusyksikkö. Siilinpesän avokuntoutus on sosiaalista kuntoutusta 18–29-vuotiaille nuorille aikuisille. Kuntoutuksen tavoitteena on edistää asiakkaan elämänlaatua ja toimintakykyä, sekä vähentää sairaudesta aiheutuvia haittoja ja tukea itsenäistä asumista. (Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveysterveyspalvelukuntayhtymä Soite 2020.)

Opinnäytetyössämme kuvaamme ensin Siilinpesän avokuntoutuksen toimintaa ja palveluun hakeutumista. Kuvaamme keskeistä tietoperustaa ja kerromme mielenterveyttä suojaavista ja haavoittavista tekijöistä, yleisimmistä nuorten aikuisten mielenterveyshäiriöistä sekä mielenterveystyöstä ja sitä ohjaavista laeista, sekä sosiaalisesta kuntoutuksesta. Kuvaamme myös opinnäytetyön prosessia sekä opinnäytetyömme tuloksia.

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää mielenterveyskuntoutujien kokemuksia Siilinpesän avokuntoutuksesta haastattelujen avulla. Opinnäytetyömme aihe valikoitui yhteistyössä Siilinpesän avokuntoutuksen henkilökunnan kanssa. Asiakkaiden kokemusten avulla saamme tietoa Siilinpesän avokuntoutuksesta ja tuomme esiin asiakkaiden kehittämisehdotuksia, joita voidaan hyödyntää yksikön toimintaa kehitettäessä.

Koska selvitämme asiakkaiden kokemuksia, opinnäytetyömme rinnalla kulkee fenomenologis-hermeneuttinen tieteenfilosofia. Fenomenologis-hermeneuttisen tieteenfilosofian perustana on ihmiskäsitys ja keskeisiä ovat kokemuksen ja merkityksen käsitteet. Yhdistämme laadullisen tutkimuksemme ja fenomenologis-hermeneuttisen lähestymistavan esimerkiksi siten, ettemme aseta ennako-odotuksia haastatteluille, koska emme voi etukäteen tietää asiakkaiden yksilöllisestä kokemusmaailmasta. Pysymme avoimina asiakkaiden kuvaamille kokemuksille ja annamme aineistosta nousta asiakkaiden kokemusten perusteella tärkeimmät asiat. (Laine 2018, 29–32.)

Käytämme opinnäytetyössämme määritelmää asiakas, kun tarkoitamme Siilinpesän avokuntoutuksen mielenterveyskuntoutujaa. Käytämme opinnäytetyössämme nimeä Soite, kun tarkoitamme sillä Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveysterveyspalvelukuntayhtymä Soitea.

## 2 OPINNÄYTETYÖN TOIMINTAYMPÄRISTÖ

Ensimmäiseksi kerromme opinnäytetyömme toimintaympäristöstä sekä palveluihin hakeutumisprosessista. Opinnäytetyön tilaajana on Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveystalvokuntayhtymä Soiteessa toimiva Siilinpesän avokuntoutusyksikkö. Soite on maakunnallinen perus- ja erikoispalvelut sekä sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut yhteen liittävä kuntayhtymä. Soiten alueella mielenterveyspalvelut järjestetään osana psykiatrian- ja päihdepalvelujen palvelualueetta, yhdellä sen viidestä vastuualueesta. Näitä ovat nuorisopsykiatrian vastuualue, psykiatrian avohoidon vastuualue, aikuispsykiatria, osastohoito sekä mielenterveyskuntoutujien asumis- ja tukipalveluiden vastuualue. Siilinpesän avokuntoutus asettuu osaksi mielenterveyskuntoutujien asumis- ja tukipalveluita. (Soite 2020.)

### 2.1 Siilinpesän avokuntoutus

Siilinpesä on alun perin ollut asumisyksikkö, joka on muuttunut avokuntoutukseksi vuonna 2017. Siilinpesän avokuntoutus on sosiaalista kuntoutusta 18–29-vuotiaille nuorille aikuisille, joilla on mielenterveyden tai arjenhallinnan haasteita. Kuntoutuksen tavoitteena on edistää asiakkaan elämänlaatua ja toimintakykyä, sekä vähentää sairaudesta aiheutuvia haittoja ja tukea itsenäistä asumista. Kuntoutus sisältää tukea ja ohjausta mm. arkipäivän toiminnoissa suoriutumisessa, itsenäistymisessä sekä elämänhallinnassa asiakkaan yksilöllisten tarpeiden mukaan. Siilinpesän avokuntoutukseen yhdistetään tarvittaessa mielenterveyshoito sekä muut tarvittavat palvelut ja tukitoimet, yhteistyötä tehdään esimerkiksi avohoidon, sosiaalitoimen, Kelan, järjestöjen sekä oppilaitosten kanssa. Keskeistä Siilinpesän avokuntoutuksessa on asiakkaan kohtaaminen, tuki ja motivointi itsenäiseen suoriutumiseen, tavoitteena on vahvistaa henkilön kykyä selviytyä arkipäivän toiminnoista ja lisätä toimintakykyä. Kuntoutus on määräraikaista. Asiakkuuden alkaessa yhdessä asiakkaan kanssa laaditaan asiakassuunnitelma, joka sisältää yksilölliset tavoitteet kuntoutumiselle. Tavoitteiden saavuttamista arvioidaan yhdessä. Tavoitteet voivat liittyä esimerkiksi arkielämän taitojen oppimiseen, kodista huolehtimiseen, oppimisen tukemiseen, taloudenhoitoon, sosiaalisiin tilanteisiin, esim. ryhmässä toimimiseen ja vuorovaikutukseen, sekä yhteiskunnassa toimimiseen. Siilinpesän avokuntoutusasiakkaille järjestetään yhteisöllistä ryhmätoimintaa kahdesti viikossa. Ryhmätoiminnassa harjoitellaan toiminnallisia taitoja sekä tuetaan yhteiskunnallista osallistumista. Tavoitteena on lisätä asiakkaiden osallisuutta, tukea sosiaalisissa tilanteissa toimimista sekä kehittää vuorovaikutustaitoja. Lisäksi ryhmätoiminta luo mahdollisuuksia vertaistuelle ja antaa asiakkaille yhteisön, johon kuuluu. (Soite 2020; Siilinpesä 2020.)

## 2.2 Siilinpesän palveluun hakeutuminen

Asiakkaan tuen tarpeen ilmetessä laitetaan hakemus Siilinpesän avokuntoutukseen usein yhdessä avohoidon tai muun toimijan kanssa. Hakemus sisältää asiakkaan oman ja muiden asiakkaan kanssa toimijoiden arvion tuen tarpeista sekä kuvauksen nykyisistä palveluista. Hakemus toimitetaan mielenterveyskuntoutujien asumis- ja tukipalveluiden tiimiin, joka laatii sosiaalihuoltolain mukaisia palvelutarpeen arviointeja. (Soite 2020.) Sosiaalihuoltolain (30.12.2014/1301, § 36) mukaisella palvelutarpeen arvioinnilla pyritään selvittämään asiakkaan tuen tarvetta ja oikeellisuutta, mikä perustuu asiakkaan toimintakyvyn ja tilanteen kokonaisvaltaiseen selvittämiseen. Selvitystyön jälkeen palvelutarpeen arvio käsitellään mielenterveyskuntoutujien asumis- ja tukipalveluiden tiimissä. Palvelun antamisesta sosiaalityöntekijä tekee oikaisuvaatimuskelpoisen hallintopäätöksen. Tieto päätöksestä tulee asiakkaalle ja hänen kanssaan hakemuksen tehneelle yhdyshenkilölle. (Soite 2020.)

### 3 OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTAA

Tässä luvussa käsittelemme keskeistä tietoperustaa liittyen opinnäytetyöhömmme. Opinnäytetyömme aihe käsittelee mielenterveyskuntoutujien kokemuksia Siilinpesän avokuntoutuksesta. Mielenterveys on kokemus ja tunnetila, joka riippuu henkilön omasta kokemuksesta. Se on voimavara, jota voi olla riittävästi tai liian vähän. Mielenterveys vaikuttaa toimintakykyyn, stressinsietoon sekä yhteisössä toimiseen. Ihminen voi määritellä mielenterveytensä hyväksi oman kokemuksensa perusteella, vaikka joku toinen kokisi asian toisin. Molemmat kokemukset ovat yhtä merkittäviä, ja lopputulokseen päästään vain vuorovaikutuksen ja keskustelun kautta. Mielenterveyden käsite liittyy myös yhteiskuntaan ja kulttuuriin. Kulttuurierot näkyvät myös siinä, että kaikissa kielissä mielenterveydelle ei ole omaa sanaa. (Vuorilehto, Larri, Kurki, Hätönen 2014, 11–13.)

Mielenterveys on näkyvä osa ihmisen toimintakykyä ja hyvinvointia, se on yhtä näkyvää kuin fyysisestä terveydestä huolehtiminen. (Vuorilehto ym. 2014, 8). Jokaisella meistä on mieli ja keho, joista on tärkeää huolehtia. Kun huolehtii kehosta mm. syömällä hyvin, nukkumalla riittävästi sekä liikunnalla, huolehtii myös mielestä ja sen terveydestä. Huolehtimalla itsestään huolehtii myös mielenterveydestä. Tärkeä osa mielenterveyttä on arjen rytmi ja rutiinit, tunteiden tunnistaminen sekä sosiaaliset suhteet. (Mielenterveystalo 2020.)

#### 3.1 Mielenterveyttä suojaavat ja haavoittavat tekijät

Mielenterveyttä suojaavia tekijöitä ovat yksilöön liittyvät tekijät, joita ovat esimerkiksi hyvät sosiaaliset taidot, hyvä geeniperimä ja hyvä elämäntapa. Sosiaaliin suhteisiin liittyvät tekijät, joita ovat ystävät ja perhe, työ, koulu ja harrastukset. Ympäristö ja yhteiskunnalliset tekijät, joita ovat turvallinen elinympäristö, työnteon ja koulutukset mahdollisuudet, myönteiset kokemukset ja osallisuus. Mielenterveyttä haavoittavat tekijät ovat usein näiden vastakohtia tai puutoksia, kuten esimerkiksi huonot sosiaaliset suhteet, turvaton ympäristö ja elämäntapojen haasteet. Mielenterveystyön yksi tehtävä on edistää suojaavia tekijöitä ja poistaa haavoittavia tekijöitä yhteiskunnan tasolla. (Vuorilehto ym. 2014, 15–16.)



### 3.2 Nuorten aikuisten yleisimmät mielenterveyden häiriöt

Suomessa 1,5 % suomalaisista sairastuu mielenterveydenhäiriöön vuosittain (Terveyskirjasto 2020). Mielenterveyshäiriöt ovat yleisiä ja ilmaantuvat usein ensi kertaa nuoruusiässä. Tutkimustulosten mukaan n. 20–25 % nuorista kärsii jostain mielenterveydellisestä häiriöstä. Mielenterveyshäiriön tunnistaminen mahdollisimman varhaisessa vaiheessa on tärkeää, jotta ongelmat eivät pääse pitkittymään tai vaikeudu entisestään. (THL 2019.) Mielenterveyden häiriöt muistuttavat eri tavoin toisiaan. Häiriöt pyritään erottelamaan yksittäisiksi diagnooseiksi. Diagnoosiluokitus tarvitaan, jotta tutkimuksiin ja hoitoon tarvittava tieto on satavilla. Diagnooseja on kuitenkin tänä päivänä vain joitakin, koska mielenterveyden häiriöiden synty tapa on vielä melko tuntematon, esimerkiksi masennuksen syntyyn vaikuttavat moninaiset tekijät. Psykkisten diagnoosien synty perustuu oireiden kuvaukseen. Yhteistä mielenterveyden häiriöille on kuitenkin se, että vaikeudet ovat jokapäiväisiä, vaikuttavat toimintakykyyn ja uhkaavat ihmisen henkistä hyvinvointia. (Vuorilehto ym. 2014, 139–140.)

Mielialahäiriötä käytetään yleisnimityksenä sairauksille, joissa yleisoireena ovat mielialan muutokset, näitä ovat esimerkiksi masennus. Masennuksen oireisiin liittyy alavireinen mieliala, univaikeudet sekä toimintakyvyn lasku. Masennus alentaa kykyä tuntea kiinnostusta ja mielihyvää asioihin, jotka ennen koettiin positiivisina tai tuottivat iloa. Masennus luokitellaan oireiden vakavuusasteen mukaisesti lievään, keskivaikeaan, vaikeaan ja psykoottiseen masennukseen. Masentunut lamaantuu ja saattaa eristäytyä normaaleista ympäristöistään. Usein masennus vaikuttaa negatiivisesti ihmissuhteisiin, perhe-elämään ja työntekoon. (Mielenterveystalo 2020.)

Kaksisuuntaista mielialahäiriötä kutsuttiin aiemmin maanisdepressiivisyydeksi. Kaksisuuntaisen mielialahäiriön oireisiin kuuluu masennus- ja mielialan kohoamisjaksojen vaihtelu. Näiden jaksojen välillä henkilö voi olla täysin terve tai kokea vain vähäisiä oireita. Maniajakson tavallisimpia tunnusmerkkejä ovat mielialan ja aktiivisuuden huomattava kohoaminen. Oireet voivat ilmetä esimerkiksi keskittymiskyvyttömyytenä, unen tarpeen vähenemisenä tai impulsiivisuutena itselle haitallisissa asioissa, esimerkiksi tuhlaailuna, harkitsemattomuutena ja ihmissuhteissa tehtyinä äkillisinä muutoksina. Maniassa mieliala voi olla kohonneen lisäksi ärtynyt tai vaihteleva. Masennusjakson aikana ihminen kokee masennukselle tyypillisiä oireita, kuten ahdistusta, alakuloa ja toivottomuuden tunnetta. (Mielenterveystalo 2020.)

Yleisimpiä ahdistuneisuushäiriötä ovat mm. sosiaalisten tilanteiden pelko, paniikkihäiriö, pakko-oireinen häiriö sekä yleistynyt ahdistuneisuushäiriö. Masennusta sairastavista nuorista n. 30–40 %:lla on samaan aikaan ahdistuneisuushäiriö. (THL 2020.) Sosiaalisten tilanteiden pelosta kärsivä henkilö pelkää ja välttelee tilanteita, joissa hän kokee ja uskoo joutuvansa toisten arvioinnin, tarkkailun tai arvostelun kohteeksi. Pelko saattaa liittyä pahimmillaan lähes kaikkeen kanssakäymiseen ihmisten kanssa ja vaikeuttaa toimintakykyä huomattavasti. (THL 2020.)

Paniikkihäiriö on ahdistuneisuushäiriö, johon liittyy uusiutuvia, voimakkaita ahdistuneisuuskohtauksia eli paniikkikohtauksia. Paniikkikohtausten toistuessa henkilö alkaa usein välttelemään tilanteita, joissa kohtauksia saattaa esiintyä, tai paikkoja, joista on vaikea päästä pois nopeasti kohtauksen yllättäessä. Pakko-oireiseen häiriöön liittyy pakkoajatuksia sekä -toimintoja, jotka ovat haittaavia ja aikaa vieviä. Pakkoajatuksia ovat mieleen toistuvasti tulevia, ahdistavia, epämiellyttäviä ja vierailta tuntuvia ajatuksia. Pakkotoiminnot ovat toistuvia toimintaan liittyviä tapoja ja malleja, joilla henkilö pyrkii vähentämään pakkoajatuksien tuomaa ahdistusta. Yleistyneeseen ahdistuneisuushäiriöön liittyy kohtuutonta huolta ja ahdistusta, joka vaikuttaa useisiin elämänalueisiin ja toimintoihin. Henkilön on vaikea hallita huoltaan ja ahdistustaan. (THL 2020.)

Psykoosilla tarkoitetaan todellisuudentajun vakavaa häiriintymistä, joka tavallisimmin ilmenee harhaluuloina tai aistiharhoina. Yleisin psykoosisairaus on skitsofrenia. Lisäksi psykoosisairauksiksi luetaan harhaluuloisuushäiriö, lyhykestoinen psykoosi ja skitsoaffektiivinen häiriö. Moniin psykoosisairauksiin liittyy kognitiivisten toimintojen heikkenemistä, kuten tarkkaavaisuuden ylläpitämisen, muistin ja toiminnan suunnitteluun liittyviä vaikeuksia. Psykoosisairaudet vaikuttavat toimintakykyyn ja arkielämän toiminnoista selviytymiseen. (THL 2020.)

Yleisimpiä syömishäiriötä ovat laihuushäiriö, ahmimishäiriö ja ahmintahäiriö. Laihuushäiriölle on tyyppillistä merkittävä laihuus, jonka taustalla on tarkoituksenomainen laihduttaminen. Laihuushäiriöön sairastuneen elämää hallitsevat pelot painon noususta ja lihomisesta. Ahmimishäiriöön liittyvät toistuvat ylensyömisjaksot ja käyttäytyminen, jolla pyritään estämään ruoan lihottavat vaikutukset, esimerkiksi itse aiheutettu oksentelu. Ahmimishäiriöstä kärsivän ajattelua hallitsee voimakas halu tai pakonomainen tarve syödä, mikä johtaa ahmimiskohtauksiin, jota seuraa lihomisen pelko. Ahmimishäiriöön liittyvät hallitsemattomat ylensyömisjaksot, kuten ahmimishäiriöt, mutta siihen ei liity itse aiheutettua oksentelua tai muuta käytöstä, jolla henkilö pyrkisi estämään ruoan lihottavan vaikutuksen. (THL 2020.)

Edellä mainittujen lisäksi Siilinpesän asiakkailta saattaa esiintyä neuropsykiatrisia häiriöitä, esimerkiksi Aspergerin oireyhtymä ja ADHD. Aspergerin oireyhtymä on laaja-alainen kehityshäiriö, jossa haasteita ilmenee sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Oireyhtymässä yleistä on myös mielenkiinnon kohteiden rajoittuneisuus sekä toimintojen kaavamainen toistuvuus. (Huttunen. 2020.) ADHD:ssa yleisiä oireita ovat tarkkaamattomuus, yliaktiivisuus ja impulsiivisuus. Eri oireiden yhdistelmät ilmenevät yksilöllisesti. Oireet haittaavat monin tavoin elämää ja vaikuttavat toimintakykyyn laskevasti. (Huttunen & Socada. 2019.) Siilinpesän asiakkailta on edellä mainittuja mielenterveyden häiriötä tai neuropsykiatrisia häiriöitä, jotka vaikuttavat heidän arkeensa ja toimintakykynsä.

### 3.3 Mielenterveystyötä ohjaavat lait ja asetukset

Mielenterveystyö kattaa mielenterveyttä edistävän työn, mielenterveyden häiriöiden ehkäisyn sekä mielenterveyspalvelut. Mielenterveyspalvelut koostuvat mielenterveyshäiriöiden tutkimisesta, hoidosta sekä kuntoutuksesta terveyskeskuksissa sekä psykiatrisessa erikoissairaanhoidossa. Julkisten palveluiden lisäksi mielenterveyspalveluja järjestetään myös yksityisellä ja kolmannella sektorilla, kuten järjestöissä, yhdistyksissä sekä seurakunnissa. (Vuorilehto ym. 2014., 225–226.)

Mielenterveystyötä ohjaavista laeista pohjimmaisena lakina toimii Suomen perustuslaki (731/1999), joka liittyy kaikkeen mielenterveystyöhön sekä ihmisten huolenpitoon ja hyvinvointiin. Lisäksi mielenterveystyöstä säädetään useilla terveydenhuollon ja sosiaalihuollon laeilla. Näitä ovat esimerkiksi Terveydenhuoltolaki (1386/2010) ja Sosiaalihuoltolaki (1301/2014 v §25).

Sosiaalihuoltolaissa (1301/ 2014 v §25) säädetään mielenterveystyöstä seuraavaa:

Mielenterveystyöllä vahvistetaan yksilön ja yhteisön mielenterveyttä suojaavia tekijöitä sekä poistetaan ja vähennetään mielenterveyttä vaarantavia tekijöitä. Tässä laissa tarkoitettuun mielenterveystyöhön kuuluu:

- 1) sosiaalipalveluihin sisältyvä mielenterveyttä suojaaviin ja sitä vaarantaviin tekijöihin liittyvä ohjaus ja neuvonta sekä tarpeenmukainen yksilön ja perheen psykososiaalinen tuki;
- 2) yksilön ja yhteisön psykososiaalisen tuen yhteensovittaminen äkillisissä järkyttävissä tilanteissa;
- 3) sosiaalihuollon mielenterveyspalvelut, joilla tarkoitetaan 14 §:n mukaisia yksilön mielenterveyttä tukevia sosiaalipalveluja.

Sosiaalihuollossa tehtävä mielenterveystyö on suunniteltava ja toteutettava siten, että se muodostaa toimivan kokonaisuuden muun sosiaali- ja terveydenhuollon kanssa.

Sosiaalihuoltolain 17 § käsittelee sosiaalista kuntoutusta:

Sosiaalisella kuntoutuksella tarkoitetaan sosiaalityön ja sosiaalihjauksen keinoin annettavaa tehostettua tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi ja osallisuuden edistämiseksi. Sosiaaliseen kuntoutukseen kuuluu:

- 1) sosiaalisen toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen selvittäminen;
- 2) kuntoutusneuvonta ja -ohjaus sekä tarvittaessa kuntoutuspalvelujen yhteensovittaminen;
- 3) valmennus arkipäivän toiminnoista suoriutumiseen ja elämänhallintaan;
- 4) ryhmätoiminta ja tuki sosiaalisiin vuorovaikutussuhteisiin;
- 5) muut tarvittavat sosiaalista kuntoutumista edistävät toimenpiteet.

Nuorten sosiaalisella kuntoutuksella tuetaan nuorten sijoittumista työ-, työkokeilu-, opiskelu-, työpaja- tai kuntoutuspaikkaan sekä ehkäistään näiden keskeyttämistä.

Mielenterveyslaki (1116/1990 §1) säättää mielenterveystyöstä, ja mielenterveyspalveluiden periaatteista ja järjestämisestä. Laki määrittää mielenterveystyön seuraavasti:

Mielenterveystyöllä tarkoitetaan yksilön psyykkisen hyvinvoinnin, toimintakyvyn ja persoonallisuuden kasvun edistämistä sekä mielisairauksien ja muiden mielenterveydenhäiriöiden ehkäisemistä, parantamista ja lievittämistä.

Mielenterveystyöhön kuuluvat mielisairauksia ja muita mielenterveydenhäiriöitä poteville henkilöille heidän, lääketieteellisin perustein arvioitavan sairautensa, tai häiriönsä vuoksi annettavat sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut (mielenterveyspalvelut). Mielenterveystyöhön kuuluu myös väestön elinolosuhteiden kehittäminen siten, että elinolosuhteet ehkäisevät ennalta mielenterveydenhäiriöiden syntyä, edistävät mielenterveystyötä ja tukevat mielenterveyspalvelujen järjestämistä.

### **3.4 Mielenterveyskuntoutuksen tehtävät ja tavoitteet**

Mielenterveyshäiriöt vaikuttavat usein yksilön toimintakykyyn laskevasti. Mielenterveyskuntoutuksen tavoitteena usein on toimintakyvyn ylläpito ja parantaminen. Mielenterveyskuntoutukseen liittyvät keskeiset asiat ovat asuminen, päivittäisistä toiminnoista selviämistä tukevat palvelut sekä yhteiskunnalliseen toimintaan ja yhteisöön osallistumiseen vaikuttavat palvelut. Mielenterveyskuntoutuksessa korostetaan asiakkaan omaa aktiivista roolia. Tarkoitus on löytää asiakkaan omat voimavarat sekä lisätä hyvinvointia sekä toimintakykyä ja osallisuutta. Kuntoutuksessa keskitytään vahvuuksiin sekä mahdollisuuksiin sairauden aiheuttamien heikkouksien tai esteiden sijasta. (Vuorilehto ym. 128.)

Mielenterveyskuntoutuksen tavoitteena on edistää hyvinvointia, sekä toimintakykyä ja vähentää toimintakykyä rajoittavia tekijöitä. Kuntoutumisen muutosprosessi alkaa kuntoutujan omista voimavaroista, tavoitteet määritellään yhdessä kuntoutujan kanssa, jotta kuntoutuja sitoutuu tavoitteisiinsa. Lisäksi

määrittellään arjessa näkyviä osatavoitteita, jotka tukevat matkaa kohti suurta tavoitetta. Pää tavoite pilkotaan pieniin tavoitteisiin, jotka esiintyvät kuntoutujan normaalissa arjessa ja jotka ovat helposti saavutettavissa. Helposti saavutettavat pienet tavoitteet antavat onnistumisen kokemuksia sekä tukevat kuntoutumista. (Heikkinen-Peltonen, Innamaa & Virta 2019, 302.)

Mielenterveyden keskusliiton tutkimuksessa vuodelta 2002 kuvataan mielenterveyskuntoutuksen prosessi neljän portaan mallissa. Mielenterveyskuntoutuksen prosessi etenee asiakkaan nykyhetkestä alkaen, jossa ensimmäisenä tehdään oman elämäntilanteen uudelleenarviointi, joka sisältää sairastumiseen liittyvät ajatukset sekä tunteet, sekä käsityksen siitä, mistä ollaan kuntoutumassa, esim. sairastumiseen liittyvät asiat sekä sairastumisen jälkeen tapahtuneet asiat. Tämän jälkeen arvioidaan nykytilanne, jossa luodaan käsitys nykyhetkestä ja tuen tarpeista sekä mitkä asiat ovat hyvin ja toimivia. Kuntoutumisprosessin toisessa vaiheessa asetetaan kuntoutumistavoitteet, esim. tarpeiden ja toiveiden muotoilu tavoitteiksi ja hahmottaminen, mitä tukea tarvitaan. Muutostarpeet saattavat liittyä sisäisiin, ulkoisiin tai toiminnallisiin tarpeisiin. Kolmannessa vaiheessa huolehditaan omasta hyvinvoinnista sekä voimavaroista, sitoudutaan muutokseen tavoitteiden mukaisesti arjessa ja elämässä. Viimeisessä vaiheessa muodostetaan uusi minäkuva ja hyväksytään sairastuminen osaksi omaa historiaa. Luodaan uudenlainen käsitys itsestä sekä suhteesta maailmaan ja toisiin ihmisiin. Sisäistetään ja vakiinnutetaan uudet toimintatavat. (Heikkinen-Peltonen ym. 2019, 310–311.)

### **3.5 Nuorten aikuisten sosiaalinen kuntoutus**

Sosiaalinen kuntoutus perustuu asiakkaan toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen kokonaisvaltaiseen selvittämiseen. Sosiaalisen kuntoutuksen palvelusta säädetään sosiaalihuoltolaissa (30.12.2014/1301, § 17). Palvelun antamisesta tehdään oikaisuvaatimuskelpoinen hallintopäätös. Sosiaalinen kuntoutus on sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin annettavaa tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi sekä osallisuuden edistämiseksi. Sosiaalisessa kuntoutuksessa yksilöllinen tuki ja toiminnallinen tuki yhdistyvät. Sisältö koostuu asiakkaan yksilöllisistä tuen tarpeista. Sosiaalista kuntoutusta voidaan toteuttaa yksilöllisenä psykososiaalisella tuella sekä lähityöllä, joka sisältää mm. kotikäynnit ja asiakkaan rinnalla kulkemisen. Lisäksi sosiaalista kuntoutusta toteutetaan erilaisilla ryhmätoiminnoilla, vertaistuellalla, vapaaehtoistyöhön tai työtoimintaan osallistumisella. Sosiaalinen kuntoutus vahvistaa asiakkaan kykyä selviytyä arkipäivän toiminnoista sekä vuorovaikutussuhteista omassa toimintaympäristössään. Tavoitteena on vahvistaa asiakkaan toimintakykyä sekä osallisuutta esimerkiksi

arkielämän taitojen oppimisella ja arjen hallinnalla, sosiaalisten taitojen ja ryhmässä toimisen harjoittelulla sekä opiskeluun tai työelämään tarvittavien asioiden harjoittelulla. Sosiaalinen kuntoutus on osana kuntoutusjärjestelmää, jota on toteutettava yhteistyössä mm ammatillisen ja lääkinnällisen kuntoutuksen kanssa. Kuntoutuksen kokonaisuuteen voidaan tarvittaessa yhdistää tarvittavia palveluita ja tukitoimia yli sektorirajojen. (STM 2017; Sosiaalisen kuntoutuksen opas 2020.)

Sosiaalista kuntoutusta toteutetaan yksilötyöskentelynä sekä toiminnallisilla tai ryhmämuotoisilla menetelmillä. Yksilötyöskentely jalkautuu asiakkaiden arkiympäristöön, ja sen tulee olla asiakaslähtöistä, tavoitteellista, asiakkaan osallisuutta tukevaa, pitkäkestoista, motivoivaa, sekä säännöllistä. Toimintatapoina yksilötyöskentelyssä ovat tapaamiset, jotka keskittyvät keskusteluun, asiakkaan kotiin tehtävät käynnit, verkostotapaamiset, toiminnallisuus sekä asiakkaan tukeminen ja auttaminen arjen asioiden hoidossa. Työskentelyn aloittamisessa on tärkeää ja olennaista luottamuksellisen, dialogisen suhteen luominen ammattilaisen ja asiakkaan välille ja sille on hyvä varata riittävästi aikaa. Asiakkaan motivoiminen sosiaaliseen kuntoutukseen ja tulevaan muutokseen voidaan aloittaa pienestä ajatuksesta, tunteesta, toiminnasta tai kohtaamisesta. Kuntoutumista ei tapahdu pakotettuna. On tärkeää, ettei sosiaaliseen kuntoutukseen liity pakottamista eikä sanktioita. Mikäli keskeytyksiä tai poisjäämisiä tulee, tarjotaan asiakkaalle uudelleen ja uudelleen mahdollisuus osallistua tarjottuun palveluun. Asiakkaalle on tärkeä viestiä, että aina on mahdollisuus yrittää uudelleen, sillä motivaatiota yritetään pitää yllä ja tavoitteita voidaan purkaa tarvittaessa pienempiin osiin. Kuntoutuksen tulee olla kuntoutujan omia tarpeita ja tavoitteita vastaavaa, jotta kuntoutus on aidosti kuntouttavaa ja asiakkaan motivaatio säilyy. Sosiaalisen kuntoutuksen tarjoamat mahdollisuudet avataan asiakkaalle, jonka perusteella asiakas voi itse tehdä päätöksen olla toiminnassa mukana. Motivaation synnyttämisen kannalta asiakkaalle on luotava tunne, että hänellä on mahdollisuus tehdä itse omia valintoja ja ratkaisuja kuntoutumisessaan. Tavoitteellisessa yksilötyössä tavoitteet ja niiden määrittäminen tapahtuvat asiakkaan ja työntekijän yhdessä käydyn dialogin kautta. Tärkeää on määritellä, mitä asiakkaan tulee itse tehdä, sekä kuinka työntekijä tukee asiakasta matkan varrella. (Sosiaalisen kuntoutuksen opas 2020.)

Asiakaslähtöisyys sosiaalisessa kuntoutuksessa näkyy asiakkaan osallisuutena sekä dialogisena lähestymistapana. Dialogisuuden lähtökohtana on purkaa erilaiset valtasuhteet, joita työntekijän ja asiakkaan välillä on, dialogisuus perustuu vuorovaikutukseen ja yhteistoimintaan. Yhteinen työskentely rakentuu asiakkaan omiin voimavaroihin ja tavoitteisiin. Tavoitteiden asettamista tuetaan ratkaisukeskeisesti, eikä asiakkaalle anneta valmiita ratkaisuja tai ratkaisuja tehdä asiakkaiden puolesta. Asiakasosallisuus konkretisoituu tilanteessa, jossa asiakas on itse mukana määrittelemässä toiminnan tarkoitusta sekä luomassa

ratkaisuja. Käytännössä asiakas asettaa itse omat tavoitteensa ja määrittää muutostarpeensa. Näin toimiessaan hän hahmottaa oman roolinsa ja vastuunsa muutoksen aikaansaamisessa sekä tavoitteiden saavuttamisessa. (THL 2020.)

Sosiaalista kuntoutusta toteutetaan myös ryhmätoimintana. Ryhmämuotoisen sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteita ovat esimerkiksi sosiaalisten suhteiden vahvistuminen, osallisuuden lisääminen sekä vertaisuus. Ryhmätoiminnassa tärkeää on luoda turvallinen ja luottavainen ilmapiiri, jossa jokainen asiakas saa olla oma itsensä ja jossa asiakkaan autonomiaa kunnioitetaan. Ryhmätoimintaa toteutetaan usein toiminnallisilla menetelmillä, jotka tukevat asiakkaiden osallisuutta sekä aktiivista roolia toiminnassa. Toiminnallinen ryhmätoiminta tarjoaa sosiaalisia kontakteja, mahdollisuuksia vahvistaa sosiaalisissa tilanteissa tarvittavia taitoja sekä mielekästä tekemistä. (THL 2020.) Nämä asiat on huomioitu Siilinpesän avokuntoutuksen toiminnan suunnittelussa, koska Siilinpesän avokuntoutus tarjoaa asiakkailleen sosiaalista kuntoutusta.

## 4 OPINNÄYTETYÖPROSESSIN KUVAUS

Tässä luvussa kuvaamme opinnäytetyöprosessia, opinnäytetyön tarkoitusta, tavoitetta ja tehtävää, jotka liittyivät Siilinpesän avokuntoutuksen asiakkaiden kokemuksiin. Elokuussa 2020 solmimme toimeksiantajan kanssa kirjallisen toimeksiantosopimuksen. Sopimuksen teon jälkeen laadimme tutkimussuunnitelman. Tutkimuslupahakemuksen jätimme syyskuussa 2020 ja tutkimusluvan saimme lokakuussa 2020. Tässä kappaleessa kuvaamme, mitkä seikat vaikuttivat menetelmällisiin valintoihimme, ja käsittelemme aineiston hankintaa ja analysointia. Viimeisessä osiossa kerromme opinnäytetyön luotettavuudesta ja eettisyydestä.

### 4.1 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tehtävä

Opinnäytetyön kohderyhmänä olivat Siilinpesän avokuntoutuksen asiakkaat. Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää mielenterveyskuntoutujien kokemuksia Siilinpesän avokuntoutuksesta teemahaastattelun avulla. Opinnäytetyön tulosten tavoiteena on tuoda kokemusten kautta asiakkaiden ääni kuuluviin, jonka pohjalta Siilinpesän toimintaa voidaan kehittää tulevaisuudessa. Opinnäytetyössä tarkastellaan asiakkaiden kokemuksia saamastaan tuesta. Lisäksi tarkastelemme asiakkaiden kokemusten pohjalta mitä he haluaisivat kehittää Siilinpesän toiminnassa.

Siilinpesään on tehty aiemmin Anne Lehikoisen YAMK opinnäytetyö: Se oli niin kuin koti, semmonen turvallinen paikka, itsenäistymis- ja asumiskuntoutusyksikön palveluprosessin mallintaminen ja kehittäminen. Opinnäytetyössään Lehikoinen kartoitti nuorten kokemuksia Siilinpesän asumisyksiköstä. Toimintaa ja palveluprosessia kehitettiin asiakkaiden kokemusten perusteella ja työstettiin palautelomake. (Lehikoinen 2014, 2–3.) Lehikoisen opinnäytetyö on tehty aikana, jolloin Siilinpesä toimi asumisyksikkönä eli tämänhetkisestä avokuntoutustoiminnasta tutkimuksia tai opinnäytetöitä ei ole tehty. On ajankohtaista kartoittaa tämänhetkisten asiakkaiden kokemuksia, ja jatkossa kehitettäessä toimintaa voidaan hyödyntää molempia opinnäytetöitä ja kehittää esimerkiksi palautelomake vastamaan nykyisen asiakaskunnan tarpeita.



## 4.2 Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat

Tutkimuksellinen lähestymistapa opinnäytetyössä oli laadullinen eli kvalitatiivinen, tutkimusstrategiana käytimme tapaustutkimusta. Tapaustutkimus on tutkimusstrategia, jossa ilmiötä tarkastellaan sen omassa kontekstissa useita tietolähteitä käyttäen. Tavoitteena on tuoda teoria ja empiirinen maailma yhteen. Laadullisen tutkimuksen tarkoitus on ymmärtää tutkimuksessa tarkasteltavaa ilmiötä kohteena olevien tutkittavien näkökulmasta. Tällä tarkoitetaan sitä, että ollaan kiinnostuneita tutkittavien henkilöiden kokemuksista, tunteista, ajatuksista, sekä merkityksistä, joita tutkittavat henkilöt asialle antavat. Laadulliselle tutkimukselle tyypillistä on vuoropuhelu aineiston ja teorian välillä jokaisessa työvaiheessa niin, että teoriaa käytetään apuvälineenä, eikä niin, että se olisi lähtökohta. Laadullisen tutkimuksen ominaispiirre on, että se perustuu ihmisten näkemysten ja subjektiivisten kokemusten tarkasteluun. Laadullisessa tutkimuksessa tarkastellaan ymmärtämiseen ja tulkintaan liittyviä prosesseja. Tapaustutkimuksen pääpiirre on, että ilmiötä tarkastellaan syvällisesti sen luonnollisessa kontekstissa. (Puusa & Juuti 2020.)

Aineistonhankintamenetelmäksi valikoitui teemahaastattelu. Haastattelu tarkoittaa henkilökohtaista haastattelua, jossa kysymykset esitetään suullisesti ja haastateltavan vastaukset kirjataan muistiin tai nauhoitetaan. Haastattelun etuna on joustavuus, sillä haastattelijalla on mahdollisuus toistaa kysymys, käydä keskustelua haastateltavan kanssa, oikaista väärinymmärryksiä sekä selventää ilmausten sanamuotoja. Haastattelun onnistumisen kannalta on suositeltavaa, että haastateltavat saavat tutustua aiheeseen etukäteen. Haastatteluajankohtaa sovittaessa on eettisesti perusteltua kertoa, mistä haastattelussa on kyse. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 71–73.) Teemahaastattelun perusoletuksena on, että yksilön kokemuksia, uskomuksia sekä ajatusmaailmaa voidaan tutkia teemahaastattelumenetelmällä, joka korostaa tutkittavien subjektiivisia käsityksiä sekä elämismaailmaa. Oletuksena teemahaastattelussa on, että tutkittavat ovat kokeneet tai läpikäyneet tietyn asian tai prosessin. (Puusa & Juuti 2020, 111–112.)

Puusa ja Juuti (2020, 111-112.) kuvaavat, että ratkaiseva tekijä teemahaastattelun onnistumiselle on tutkijan riittävä ymmärrys tutkimuksen kohteena olevista keskeisistä elementeistä, siihen vaikuttavista tekijöistä ja näin ollen koko ilmiön kokonaisuudesta. Tämä huomioiden perehdyimme Siilinpesän avokuntoutuksen toimintaan ennen haastatteluja ja saimme kattavan kuvan asiakkaiden monimuotoisista elämäntilanteista ja elämysmaailmasta. Toteutimme teemahaastattelun, jossa aihepiiri ja tema oli ennalta määritetty. Menetelmästä jäivät pois strukturoidulle haastattelulle ominaiset piirteet, esimerkiksi kysymysten tarkka asettelu, muotoilu sekä järjestys. (Eskola, Läntti & Vastamäki 2018, 20–30).

### 4.3 Opinnäytetyön aineiston hankinta ja analysointi

Tutkimusluvan saatuamme jaoimme Siilinpesän henkilökunnalle saatekirjeen (LIITE 1), josta opinnäytetyömme aihe selvisi. Siilinpesän henkilökunta tiedotti, että olemme tekemässä opinnäytetyötä, sekä jakoi asiakkaille saatekirjeen. Samalla tarjottiin kaikille Siilinpesän asiakkaille mahdollisuus osallistua opinnäytetyöhömmme. Asiakkaat ottivat joko itse yhteyttä meihin tai välittivät tiedon kiinnostumisestaan ohjaajiansa kautta. Haastattelut suoritimme Siilinpesän tiloissa. Haastattelutilanteessa kävimme läpi haastattelun aiheen ja haastatteluun osallistumisen vapaaehtoisuuden. Koska toinen opinnäytetyön tekijöistä työskentelee kyseisessä yksikössä, koimme tärkeäksi korostaa vaitiolovelvollisuuden merkitystä, sekä sitä, että haastattelutilanteessa olemme molemmat opiskelijan roolissa. Asiakkaat saivat vielä kopion saatekirjeestämme ja pyysimme heiltä kirjallisen suostumuksen, jossa asiakas antaa luvan nauhoittaa haastattelun ja käyttää haastattelusta saatua materiaalia opinnäytetyömme aineistona.

Aineistomme koostuu kuudesta haastattelusta, jotka olivat kestoltaan noin tunnin mittaisia. Haastattelukysymyksiä käytimme runkona, josta oli helppo tarkistaa, että kaikki aiheet oli käsitelty. Tavoitteenamme oli saada kysymyksiin haastateltavien omiin kokemuksiin pohjautuvat vastaukset, joten oli tärkeää huolehtia, että jokaisella vastaajalla oli turvallinen olo kertoa oma kokemuksensa. Huolehdimme myös siitä, että emme esittäneet kysymyksiämme johdattelevasti, tai vastausvaihtoehdoilla kyllä tai ei. Haastattelut toteutettiin nimettöminä, eivätkä haastateltavat ole tunnistettavissa tuloksien perusteella. Näin ollen turvaamme haastateltavien henkilöllisyyden. Toimme haastateltaville tiedoksi, että aineisto tulee olemaan ainoastaan meidän käytössämme, eikä se ole ulkopuolisten saatavilla, sekä sen, että opinnäytetyön valmistuttua hävitämme kerätyn aineiston.

Aineiston analysointi aloitettiin litteroimalla haastattelumateriaalit, jotka koostuivat muistiinpanoista ja nauhoitteista. Litteroitu aineisto analysoitiin aineistolähtöisen sisällönanalyysin avulla. Sisällönanalyysin tarkoitus on saada aineisto tiivistettyä ja jäsenneltyä kategorioihin niin, ettei sisällöllinen anti pienene tai vaurioitu. Aineistolähtöisyydessä aineistosta annetaan nousta keskeiset asiat esiin ilman, että teoria ohjaa niiden esilletuloa. Aineistolähtöisen analysoinnin vaiheet ovat aineiston pelkistäminen eli redusointi, jossa etsitään oleelliset asiat, jotka merkitään ja tiivistetään. Näistä muodostetaan pääluokat. Seuraava vaihe on aineiston ryhmittely eli klusterointi, jossa etsitään aineistosta samaa tarkoittavat ilmaukset, joista muodostetaan nimettyjä alaluokkia. Lopuksi on yläluokkien muodostaminen eli abstrahointi. (Tuomi & Sarajarvi 2009, 108–109 [Miles & Huberman, 1994]). Analyysissä käyttämämme taulukot olemme koonneet opinnäytetyömme tuloksiin (TAULUKOT 1–6), joista tässä esimerkkinä Taulukko 1. Asiakkaiden kokemukset Siilinpesästä saadusta tuesta.

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Keskustelu Talousasiat Neuvotteluihin osallistuminen Itsenäistyminen Arjenhallinta Opiskelu	Tuen tarpeet	Asiakkaiden kokemukset Siilinpesästä saadusta tuesta

#### 4.4 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyömme haastatteluihin osallistui kuusi Siilinpesän avokuntoutuksen asiakasta. Haastatteluiden määrä ei ole suuri. Opinnäytetyömme tutkimuksen kannalta määrä on kuitenkin riittävä, sillä laajemman aineiston analysoinnista ja tulkinnasta olisi tullut työlästä ja haastavaa. Opinnäytetyössämme selvitimme asiakkaiden kokemuksia ja teemahaastattelun ajatuksen mukaisesti tarkoitus on, että kun haluat tietää mitä joku ajattelee, on yksinkertaisinta ja tehokkainta kysyä sitä suoraan häneltä. (Eskola, Läntti & Vastamäki 2018, 27).

Opinnäytetyön luotettavuutta tulee arvioida reliabiliteetin ja validiteetin käsitteiden avulla. Näitä käsitteitä hyödynnetään myös laadullisessa tutkimuksessa, vaikka ne yleensä liitetään määrälliseen tutkimukseen ja sen luotettavuuteen. Reliabiliteetilla tarkoitetaan tulosten toistettavuutta, eli voidaanko tutkimus toistaa ja näyttävätkö tulokset silloin samankaltaisina. Opinnäytetyössä tutkimuksen luotettavuutta voitaisiin mitata toistamalla haastattelut, mutta ajallisesti se ei ole mahdollista opinnäytetyön kontekstissa. Luotettavuuden arviointi jää tällöin opinnäytetyön tekijöiden arvioinnin varaan. Validiteetilla tarkoitetaan sitä, että tutkimushaastattelut toteutuvat suunnitelmien mukaan ja saadut tulokset vastaavat tutkimuskysymyksiin. Tähän pääsimme sillä, että käytimme teemahaastattelua, joka mahdollisti tarken-

tavat kysymykset sekä väärinymmärrysten oikaisemisen. Validiteettia käytetään myös kuvaamaan opin-  
näytetyön laatua, joka tarkoittaa, että opinnäytetyön tiedot on saatu asianmukaisella tavalla. (Hirsjärvi.,  
ym. 2006, 184–187.)

Opinnäytetyössämme huomioimme tutkimuseettisen neuvottelukunnan vaatimuksen, ihmiseen kohdis-  
tuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa (2009). Se  
kuvaa luottamuksen tutkijoihin ja tutkimukseen olevan tärkeä peruslähtökohta. Luottamus säilyy, kun  
tutkimukseen osallistuvan henkilön oikeuksia ja ihmisarvoa kunnioitetaan. Tämä näkyy vapaaehtoisuu-  
tena, joka on erittäin tärkeää huomioida, mikäli tutkittavalla on jonkinlainen asiakassuhde tutkittavaan  
organisaatioon. Tämä huomioitiin esimerkiksi niin, että haastatteluun osallistuminen oli vapaaehtoista,  
mahdollisuus annettiin kaikille Siilinpesän avokuntoutuksen asiakkaille. Mikäli asiakas perui haastatte-  
lun, varmistimme kiinnostuksen ja tarjosimme uutta aikaa. Osa asiakkaista osoitti, että he eivät ole enää  
halukkaita osallistumaan, joten uutta aikaa ei tällöin sovittu. Asiaan suhtauduttiin neutraalisti ja ystäväl-  
lisesti. Tarjosimme myös mahdollisuuden toteuttaa haastattelu etäyhteyksillä tai asiakkaan elinympäris-  
tössä, mikäli kulkeminen Siilinpesän tiloihin tuntui haastavalta tai epämiellyttävältä, tässä huomioimme  
myös vallitsevan koronatilanteen.

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisussa (2009) mainitaan myös, että hyvään käytäntöön kuuluu,  
että tutkittava antaa osallistumissuostumuksen joko kirjallisesti, sähköisesti tai muilla keinoin. Tämä  
huomioitiin tekemällämme suostumuslomakkeella. Haastattelutilanteessa kävimme läpi haastattelun tar-  
koituksen ja varmistimme että asiakkaat ymmärtävät mihin ovat osallistumassa. Lisäksi asiakkaat saivat  
kopion saatekirjeestä sekä halutessaan allekirjoittamastaan suostumuslomakkeesta. Haastattelussa käy-  
timme laatimaamme haastattelurunkoa tukena. Haastattelutilanteet pidimme keskustelunomaisina ja ky-  
symysten järjestys vaihteli teemahaastattelun mukaisesti. Teemahaastattelussa käydään läpi ennalta pää-  
tetyt teemat mutta kysymysten laajuus ja järjestys voivat vaihdella tilannekohtaisesti. (Eskola, ym.,  
2018, 20–30.) Haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluina koska halusimme että toisten asiakkaiden ko-  
kemukset ja mielipiteet eivät voi vaikuttaa muiden asiakkaiden kokemuksiin. Pidimme tätä luotettavana  
tapana saada yksilön omiin kokemuksiin perustuvat vastaukset.

Päädymme haastatteluiden tallentamiseen äänittämällä, jotta saamme kaiken aineiston varmasti sana-  
tarkasti talteen. Lisäksi kirjoitimme muistiinpanot, mikäli ääninauhat olisivat epäselvät maskien käytön  
sekä turvavälien takia. Huomioimme asiakkaiden tilanteen myös niin, että tarjosimme mahdollisuuden  
lisätä tarvittava asia haastatteluun jälkikäteen, mikäli joku asia jäisi mietityttämään. Tämä oli mahdol-  
lista, sähköpostilla, puhelimitse tai tekstiviestillä. Kirjoitimme kaiken haastattelumateriaalin puhtaaksi

ja litteroinnin jälkeen poistimme äänitteet ja varmistimme, että tiedostot varmasti hävisivät. Opinnäytetyössämme olemme tuoneet luotettavasti esille asiakkaiden kokemukset kerätyn haastatteluaineiston perusteella. Asiakkaiden kokemuksista valitsimme sellaisia suoria lainauksia, joista asiakasta ei voida tunnistaa ja rajasimme aineiston siten, että jätimme pois asiakkaiden kokemukset, jotka olivat mahdollisesti tunnistettavissa. Olemme käyttäneet opinnäytetyössämme mahdollisimman tuoreita lähteitä ja olemme tarkistaneet niiden luotettavuuden sekä alkuperän.

## 5 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

Tässä osiossa käsittelemme opinnäytetyön haastattelujen tuloksia. Siilipesän asiakkaista kuusi ilmoitettiin haastateltavaksi. Haastattelut toteutettiin 5.–20.11.2020 aikana Siilipesän tiloissa. Opinnäytetyömme tarkoituksena oli selvittää mielenterveyskuntoutujien kokemuksia Siilipesän avokuntoutuksesta ja tulosten myötä tuoda asiakkaiden ääni kuuluviin. Haastattelussa selvitimme, kauanko asiakas on ollut Siilipesän avokuntoutuksen asiakkaana sekä mitä kautta asiakas on ohjautunut Siilipesän avokuntoutukseen. Haastateltavien asiakkaiden kohdalla asiakkuudet olivat kestoiltaan kolmesta kuukaudesta kolmeen vuoteen. Siilipesään on ohjautettu lastensuojelun, nuorisopsykiatrian sekä etsivän nuorisotyön kautta. Kaksi asiakasta on hakenut muuta palvelua tai ollut muussa palvelussa ja on palvelutarpeen arvioinnin yhteydessä ohjautunut Siilipesään.

### 5.1 Asiakkaiden kokemukset Siilipesän avokuntoutuksesta

Haastatteluiden tavoitteena oli selvittää asiakkaiden kokemuksia Siilipesän avokuntoutuksen palvelusta. Kysyimme asiakkaiden kokemuksia Siilipesästä saadusta tuesta, tuen riittävydestä ja tavoitteiden sekä määräaikaaisuuden merkityksestä. Asiakkaat toivat esille Siilipesän merkityksen muun muassa talousasioiden sekä muiden asioiden hoitamisessa. Iman ohjaajan apua Kelan tuet olisivat jääneet hakematta. Siilipesästä on saanut tukea ja rohkaisua myös itsenäistymiseen sekä erilaisiin neuvotteluihin. Apua ja tukea on saatu myös opiskeluun sekä sosiaalisiin tilanteisiin. Lisäksi Siilipesän kuvattiin olevan paikka, jonne tulla. Asiakkaat kokivat, että Siilipesään voi tulla omana itsenään.

Ollut henkilö, jonka kanssa hoitaa asioita ja käydä läpi asioita.

Etten jää yksin ja syrjäydy yhteiskunnan ulkopuolelle.

TAULUKKO 1. Asiakkaiden kokemukset Siilipesästä saadusta tuesta

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Keskustelu Talousasiat Neuvotteluihin osallistuminen	Tuen tarpeet	Asiakkaiden kokemukset Siilipesästä saadusta tuesta

Itsenäistyminen		
Arjenhallinta		
Opiskelu		

Lähes kaikki asiakkaat kokevat tuen riittäväksi ja useampi joustavaksi ja monipuoliseksi. Yksi asiakkaista toi esiin sen, että tukea on tarjottu enemmän kuin hän olisi tarvinnut. Kaksi haastateltavista toi ilmi Siilinpesässä hyvänä asiana saman ohjaajan pysyvyyden lähes koko asiakkuuden ajalta, jota ei ole kokenut muissa palveluissa. Yksi asiakkaista toi esiin sen, että toivoisi pidempikestoisia kotikäyntejä myös virka-ajan ulkopuolella.

TAULUKKO 2. Asiakkaiden kokemukset tuen riittävydestä

Alaluokka	Yläluokka	Päälouokka
Tukea tarjottu enemmän kuin olisi tarvinnut	Positiiviset kokemukset	Asiakkaiden kokemukset tuen riittävydestä
Tuki ollut riittävää		
Saman työntekijän pysyvyys		
Joustavuus		
Monipuolisuus		
Käyntien pituuden riittämättömyys	Negatiiviset kokemukset	
Työajat		

Tavoitteiden merkitystä kysyttäessä viisi asiakasta kokee tavoitteet tärkeäksi ja osaksi kuntoutumista. Yhdelle asiakkaalle tavoitteet ovat epäselvät. Kukaan asiakkaista ei osaa sanoa kuinka usein tavoitteita tarkastellaan tai päivitetään. Yksi asiakkaista kertoo että, asiakassuunnitelman päivittämisen tai asiakkuuden jatkohakemuksen kohdalla tavoitteita on tarkasteltu ja niitä on palauteltu mieleen. Useampi asiakas kuvaa myös unohtavansa tavoitteensa.

Kun on ollut tavoitteita, niin on siinä pitänyt tehdä välitavoitteita, jotta niihin on päästy.  
En ees muista niitä.

TAULUKKO 3. Asiakkaiden kokemukset tavoitteiden merkityksestä

Alaluokka	Yläluokka	Päälouokka
Välitavoitteet Tavoitteiden yhdessä asettaminen	Positiiviset kokemukset	Asiakkaiden kokemukset tavoitteiden merkityksestä
Omien tavoitteiden unohtaminen	Negatiiviset kokemukset?	

Halusimme myös tietää, miten asiakkaat kokevat Siilipesän avokuntoutuksen määräaikaaisuuden. Kaikkien haastateltavien kohdalla määräaikaisuus on kokemusten mukaan aiheuttanut stressiä ja ahdistusta ainakin jossain kohti asiakkuutta. Neljä asiakasta tuo esiin pelon asiakkuuden yllättävästä päättymisestä ja huolen, jos tarvitsisi apua vielä asiakkuuden jälkeen. Osa asiakkaista toi kuitenkin esille ymmärryksen siitä, miksi palvelu on määräaikainen. Yksi asiakkaista kokee, että hänelle on luvattu tuki Siilipesästä niin kauan, kuin hän sitä tarvitsee. Yksi kertoo, että asiakkuuden alkaessa kesto tuntui pitkältä koska koki, että asiakkuus sitoo häntä. Hänen mukaansa tilanne oli helpottanut, kun oli huomannut saavansa apua.

Alkuaikana aiheutti stressiä, mutta lopulta helpottavaa. Helpottanut kun tietää saavansa apua.

Ahdistaa, jos käynnit loppuvatkin.

TAULUKKO 4. Asiakkaiden kokemus tuen määräaikaaisuudesta

Alaluokka	Yläluokka	Päälouokka
Yllättävä loppuminen. Miten pärjää sen jälkeen. Määräaikaisuus luo stressiä.	Negatiiviset kokemukset	Asiakkaiden kokemus tuen määräaikaaisuudesta
Ymmärrys määräaikaaisuudesta. Avun saamisen ymmärrys.	Positiiviset kokemukset	



Kysyimme myös asiakkaiden kokemuksia muihin palveluihin ohjautumisesta Siilinpesän avokuntoutuksen aikana. Asiakkuuksien kestot olivat joissakin tapauksissa useita vuosia. Tämä vaikutti siihen, että osa asiakkaista koki ohjautuneensa useisiin eri paikkoihin. Siilinpesän avokuntoutuksen aikana on mm. valmistuttu opinnoista, lähdetty opiskelemaan ja keskeytetty opintoja. Useampi asiakkaista kuvasi osallistuneensa asiakkuuden aikana dialektiiviseen käyttäytymisterapiaryhmään, Green Care-toimintaan sekä kuntouttavaan työtoimintaan. Lisäksi kaksi asiakasta on työelämässä, yksi jo ennen asiakkuutta ja yksi on työllistynyt asiakkuuden aikana.

## 5.2 Asiakkaiden kokemukset Siilinpesän ryhmätoiminnasta

Ryhmätoiminnan merkitys tuli esiin useassa kohdassa haastattelua. Ryhmätoimintaan osallistuminen vaihteli suuresti asiakkaiden keskuudessa, osa osallistuu usein ryhmätoimintaan ja osa on osallistunut vain muutamia kertoja ja yksi vain kerran. Ryhmätoiminnan kuvattiin antaneen asiakkaille mahdollisuuden luoda uusia kaverisuhteita, se on tuonut sisältöä arkeen ja vahvistanut sosiaalisia taitoja.

Asiakkaat kokevat tärkeiksi ryhmätoiminnan mielekkyyden ja sisällön, matkat ja muun muassa kulttuuriaktiviteetit nähtiin positiivisina. Osa asiakkaista toi esille sosiaalisten tilanteiden haasteet ja kokivat ryhmätoiminnan tukevan näissä tilanteissa. Haasteista johtuen ryhmätoimintaan osallistuminen on kuitenkin usein vaikeaa ja niissä tilanteissa oman ohjaajan kannustus koettiin tärkeäksi. Usea asiakas kertoi ryhmään tulemisen kynnyksen madaltuvan, kun ryhmässä tarjotaan hyvää ruokaa ja kahvia tai teetä.

Niillä on aika suuri merkitys mutta sitä ei osaa pukea sanoiksi. Jos ei ryhmää olisi niin menettäisin sosiaalista kanssakäymistä ja ihmisten läheisyyttä, sillä on suuri merkitys, että on ihmisiä ympärillä.

Helpompi lähteä ryhmiin, jos oma ohjaaja pyytää.

TAULUKKO 5. Asiakkaiden kokemukset ryhmätoiminnasta

Alaluokka	Yläluokka	Päälouokka
Matkat mukavia.	Positiiviset kokemukset	Asiakkaiden kokemukset ryhmätoiminnasta
Sosiaaliset tilanteet & vuorovaikutus toisten kanssa		
Uusiin ihmisiin tutustuminen		

Saa kertoa itsestään sen mitä haluaa. (rajoittaa)		
vahvistanut sosiaalisia taitoja.		
Yhteisö & ystävät		
Tarjoilujen puuttuminen tai loppuminen	Negatiiviset kokemukset	
Välimatka		
Asiakkaiden erilaisuus		
Sosiaalisten tilanteiden haasteet		

Elämme koko maailmassa nyt poikkeusaikaa covid-19:n takia. Sen vaikutukset tulivat myös ilmi haastatteluissa. Osa asiakkaista kokee, että koronan aiheuttama poikkeustila rajoittaa useita mielekkäitä ryhmätoiminnan aiheita, myös tilojen haasteet tuotiin esille, koska ryhmiä ei voida järjestää Siilinpesän tiloissa.

### 5.3 Asiakkaiden kehittämisehdotukset Siilinpesän avokuntoutuksesta

Opinnäytetyön tavoitteena oli saada asiakkaiden ääni kuuluviin, selvitimme haastatteluissa asiakkaiden kehittämisehdotuksia. Asiakkaiden kehittämisehdotukset olivat käytännönläheisiä ja lähellä heidän arkeaan. Asiakkaat kokivat ryhmätoiminnan tärkeänä osana Siilinpesän toiminnassa, ryhmätoiminta sai eniten kehittämisehdotuksia. Kaksi asiakkaista koki Siilinpesän tarvitsevan lisää rahoitusta toimintaan, jotta mahdollisuudet toteuttaa asiakkaiden ideoita ja toiveita nousisivat. Puolet asiakkaista koki matkat ja retket tärkeiksi, niitä toivottiin lisää myös Kokkolan ulkopuolelle. Ryhmätoimintaan toivottiin sorsien syöttämistä Suntilla ja keilaamista. Tärkeäksi koettiin mahdollisimman monen nuoren osallistuminen toimintaan.

Kaksi asiakasta toi esiin, että kahvia ja teetä tulisi olla aina tarjolla ryhmätoiminnassa, lisäksi ryhmissä koettiin tärkeiksi tarjoilut ja niiden saatavuus. Yksi asiakas kertoi näiden vaikuttavan motivaatioon toimintaan osallistumisessa. Kaksi asiakkaista kokee haastavana ryhmätoimintaan osallistumisen, omista aikatauluistaan johtuen. Puolet asiakkaista kokivat että, ryhmätoimintaa saisi lisätä, esimerkiksi kolmannen ryhmän muodossa. Yksi asiakkaista koki tarvetta yksilötapaamisille ja ryhmätoiminnalle virka-ajan

ulkopuolella. Yksi asiakkaista toi esiin uusien tilojen tarpeen, koska kokee, etteivät nykyiset tilat vastaa ryhmätoiminnan tarpeisiin johtuen covid-19:n aiheuttamista muutoksista.

Siilipesän toiminnassa pitäisi myös pyrkiä tukemaan niitä, jotka käyvät koulua tai ovat töissä eli olisi myös aikoja iltapäivällä ja illalla.

Kolmas päiväryhmä olisi hyvä, tukis enemmän sitä arkea ja enemmän yhdessäoloa.

Yksi asiakkaista kokee, että ryhmässä tapahtuvasta toiminnasta tiedotetaan usein samana tai edellisenä päivänä, pidempiaikaisia suunnitelmia toivottiin sekä mahdollisuuksia esittää toiveita toimintaan useammin. Lisäksi Siilipesän WhatsApp-ryhmässä toimintaan ilmoittautuminen koettiin haastavaksi ja siksi toimintaan ei osallistuttu, jos ei oma ohjaaja pyytänyt mukaan.

Oon ollut tosi tyytyväinen, mutta aikataulut tuottavat joskus ongelmia. Ryhmiä voisi olla muinakin iltoina, kuin torstaina.

Mua jännittää ja pelottaa ryhmään tuleminen kauheesti. Jos on tutut ohjaajat ryhmissä niin ryhmiin olisi helpompi ja turvallisempi tulla.

Puolet asiakkaista nosti esiin kokemuksen henkilökunnassa tapahtuneista muutoksista. Muutosten koettiin vaikuttavan toimintaan. Yksi asiakas kertoo olevansa huolissaan Siilipesän tulevaisuudesta ja kokee pelkoa toiminnan loppumisesta. Useampi asiakas kuvasi muutosten vaikuttaneen ryhmään osallistumiseen ja toivovansa ohjaajien olevan tuttuja. Epätietoisuus uudesta omaohjaajasta oli aiheuttanut ahdistusta ja paniikkikohtauksia yhdelle asiakkaalle. Yksi kehittämis ehdotus koski uusien opiskelijoiden tai työntekijöiden esittelyä Siilipesän WhatsApp-ryhmässä, mieluiten kuvan kanssa, jotta Siilipesälle tullessa tietää, ovatko uudet kasvot uuden asiakkaan vai uuden ohjaajan.

Se että tieto kulkis paremmin, kun muuttui ohjaaja niin en tiennyt kuka tulee, niin sain paniikkikohtauksia. Epävarmuus tulevasta vaikutti vointiin ja ahdisti.

Toivoisin että asia ei olisi näin, miten se nyt on, väkiä lähtee ja väkiä tulee, ohjaajia lähtee ja asiakkaita tulee niin se ei oo hyvä, mieluummin olisi toisinpäin.

Taulukko 6. Asiakkaiden kehittämis ehdotukset Siilipesän avokuntoutukseen

Alaluokka	Yläluokka	Päälouokka
Tarjoilut	Ryhmätoiminnan kehittäminen	

<p>Kolmas päiväryhmä olisi hyvä.</p> <p>Ryhmätoimintaan osallistuminen ahdistaa.</p> <p>Ryhmien suunnitelmallisuus ja tiedottaminen.</p> <p>Toiveiden esittämisen mahdollisuuden lisääminen.</p> <p>Monipuolinen toiminta.</p> <p>Oman ohjaajan kannustuksen merkitys osallistumisessa.</p> <p>Tilahaasteet.</p>		<p>Asiakkaiden kehittämis ehdotuksia Siilinpesän avokuntoutukseen.</p>
<p>Ulkoilun lisääminen.</p> <p>Toiminta virka ajan ulkopuolella.</p> <p>Yhteistyö vanhempien kanssa.</p>	<p>Yksilökäyntien kehittäminen</p>	
<p>Ohjaajien ja asiakasmäärän tasapaino/resurssi.</p> <p>Henkilökunnan muutoksista informointi ajoissa.</p> <p>Uusien opiskelijoiden ja työntekijöiden esittely kaikille.</p>	<p>Palvelun kehittäminen</p>	

Viimeisenä tarjosimme asiakkaille mahdollisuuden kertoa muuta Siilinpesään ja kuntoutumiseen liittyvää kokemustensa perusteella. Annamme asiakkaiden kokemusten puhua puolestaan.

Oon niin suuren kiitollisuuden velassa, on sitä kiitollisuutta ripoteltu jo pitkin matkaa.

Siilinpesä on ollut todella tärkeä paikka.

Jotenkin mennyt sumussa kolme vuotta, kaikki päivät samoja ja sumussa.

Oon tosi kiitollinen kaikesta avusta. Mulle oli parempi vaihtoehto tämä. Sain sellaisen ihmisen, jonka kans hoitaa asioita, ohjaajista tykkään.

On hyvä, että Siilinpesä on Soiten sisäinen ja työntekijät voi hoitaa asioita Soiten sisällä, polille yms.

Mulle on ollut hyvä, että on ollut Siilinpesä, se on auttanut itsenäistymiseen ja oon saanut kavereita. Se on hyvä osa elämää.

Kuten asiakkaat edellä kuvaavat, Siilinpesän merkitys nousee esiin monin eri tavoin ja merkityksin. Siilinpesän asiakkaat kuvaavat Siilinpesän tärkeänä paikkana, josta ovat kiitollisia, toiminnassa hyvänä asiana nostetaan esiin itsenäistyminen, sosiaaliset suhteet ja Soiten sisällä toimiminen. Siilinpesä on tukenut asiakkaita useissa eri tilanteissa ja on ollut hyvä osa elämää.

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Asiakkaiden kokemukset antavat Siilinpesän avokuntoutuksen henkilökunnalle sekä Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveystaloustyöntekijä Seutulle tiedon ja vahvistuksen siitä, että Siilinpesä on tärkeä ja hyödyllinen osa Soiten palveluja. Asiakkaiden kokemukset ja niiden esiin tuominen on merkityksellistä myös kaikille Siilinpesän asiakkaille ja samankaltaisten haasteiden kanssa kamppaileville, sekä heidän läheisilleen, koska tuen tarpeet ja muodot ovat kaikkien haastateltujen asiakkaiden kohdalla samankaltaisia, näistä kokemuksista voi päätellä, että he eivät ole yksin näiden asioiden kanssa. Haastattelussa kuvattut kokemukset ovat positiivisia, kehittämis ehdotuksista nousi esille asiakkaiden toive ryhmätoiminnan kehittämisestä ja henkilökunnan riittävästä.

Asiakkaiden kokemusten perusteella Siilinpesään on ohjautettu monia eri reittejä pitkin, tämän perusteella voidaan päätellä, että tieto palvelusta on useilla eri toimijoilla ja yhteistyötä tehdään eri tahojen kanssa. Haastateltavien asiakkaiden kohdalla asiakkuudet olivat kestoiltaan kolmesta kuukaudesta kolmeen vuoteen. Asiakkuuksien keston vaihtelu kertoo asiakkaiden erilaisista tuen tarpeista, sekä tilanteista. Asiakkaiden kokemat tuen tarpeet sopivat sosiaalisen kuntoutuksen kuvaukseen, tuen muodot painottuivat arjenhallintaan ja talousasioihin, kuten tukien hakemiseen ja sosiaaliin tilanteisiin, neuvotteluihin sekä itsenäistymiseen, jota Siilinpesä tarjoaa. Siilinpesän kuvattiin olevan paikka, jonne tulla, yhteisö, johon kuulua.

Siilinpesän henkilökunnalle asiakkaiden kokemukset antavat vahvistusta heidän työnsä merkityksestä sekä tarpeellisuudesta. Asiakkaiden kokemusten perusteella voimme päätellä, että tuki on ollut riittävää tähän asti käytetyillä toimintamenetelmillä koska lähes kaikki asiakkaat kuvaavat tuen riittäväksi ja useampi joustavaksi ja monipuoliseksi. Asiakkaiden kokemuksista selvisi, että Siilinpesän toiminnassa hyvänä asiana koetaan saman ohjaajan pysyvyys lähes koko asiakkuuden ajalta, sen kaltaista kokemusta asiakkaalla ei ole ollut muissa palveluissa. Kokemusten mukaan Siilinpesän henkilökunta on ammattitaitoista ja osaavaa, tuki on monipuolista ja se on helposti saatavilla. Asiakkaiden kokemusten perusteella nousi esille myös asiakkaiden huoli ohjaajien riittävästä, viimeaikaisista henkilökunnassa tapahtuneista muutoksista johtuen. Tämä johti kehittämis ehdotukseen resurssien lisäämisestä.

Siilinpesän vaikutus myös muihin kuntoutumista tukeviin palveluihin ohjaavana tahona nousi asiakkaiden kokemuksista esille. Positiivisena asiana Siilinpesän toiminnassa nostettiin se, että Siilinpesä on

Soiten omaa toimintaa ja työntekijät pystyvät hoitamaan asioita Soiten sisällä esimerkiksi psykiatrian poliklinikalle. Asiakkaiden kokemuksista kävi ilmi että, tavoitteiden merkitys vaihteli asiakkaiden keskuudessa. Tavoitteiden päivittäminen ja niihin palaaminen on asiakkaiden kokemusten perusteella tarpeellista, koska tavoitteet unohtuvat tai ne saattavat olla epäselvät asiakkaalle.

Ryhmätoiminta nähtiin merkittävänä osana Siilinpesän toiminnassa. Ryhmätoiminta on antanut asiakkaille mahdollisuuden luoda uusia kaverisuhteita, tuonut sisältöä arkeen ja vahvistanut sosiaalisia taitoja. Asiakkaat kokevat tärkeiksi ryhmätoiminnan mielekkyyden ja sisällön, matkat ja muun muassa kulttuuriaktiiviteetit nähtiin positiivisina. Osa asiakkaista toi esille sosiaalisten tilanteiden haasteet ja ryhmätoiminnan tukemisen näissä haasteissa. Haasteista johtuen ryhmätoimintaan osallistuminen on välillä haastavaa, näissä tilanteissa oman ohjaajan kannustus on merkittävässä roolissa. Elämme koko maailmassa nyt poikkeusaikaa Covid-19:n takia. Sen vaikutukset tulivat myös ilmi haastatteluissa. Osa asiakkaista kokee, että covid-19:n aiheuttama poikkeustila rajoittaa useita mielekkäitä ryhmätoiminnan aiheita ja myös tilojen haasteet tuotiin esille koska ryhmiä ei voida järjestää sisätiloissa.

Asiakkaiden kokemukset osoittavat, että Siilinpesän avokuntoutuksen toiminta ei ole hukkaan heitettyä resurssia vaan asiakkaiden kokemuksista voimme päätellä, että Siilinpesän palvelu on koettu hyödylliseksi ja merkittäväksi osaksi asiakkaiden elämässä. Soite, sekä Siilinpesän avokuntoutus saavat opinäytetyömme kautta vahvistuksen sille, että nuoret ovat saaneet Siilinpesästä sen avun mitä he ovat tarvitseet yksilöllisissä tilanteissaan. Asiakkaiden kokemukset soittavat myös sen, että kalliimmilta palveluilta vältytään, koska tuki saadaan ajoissa ja lähelle asiakkaan arkea. Tämä on hyödyksi niin asiakkaille kuin palveluntuottajalle. Asiakkaiden kokemuksiin pohjautuvia kehittämissuhteita voidaan hyödyntää jatkossa Siilinpesän toiminnassa ja tuoda niitä käytäntöön.

## 7 POHDINTA

Tässä osiossa refleктоimme toimintaamme ja koko opinnäytetyömme prosessia. Ensimmäiseksi onnistumisen kokemukseksi voisimme sanoa, että meillä on ollut onnistunut ja hyvä yhteistyö. Molemmilla on ollut sama päämäärä, ajatus ja tavoitteet. On ollut helppoa työskennellä parin kanssa, jonka kanssa on saanut jakaa opinnäytetyön haasteet, mutta myös onnistumisen kokemukset. Opinnäytetyön aiheeksi valikoitui tilaajan ehdotuksen, sekä oman mielenkiintomme kautta selvittää Siilinpesän asiakkaiden kokemuksia saamastaan palvelusta. Yhteistyö Siilinpesän henkilökunnan kanssa on ollut joustavaa, helppoa, sekä mielekästä. Apua ja vinkkejä on voinut ja saanut pyytää.

Haasteita matkallamme aiheutti aikataulut. Aikataulumme oli tiukka, sillä tavoitteenamme oli valmistua jouluna 2020. Opinnäytetyömme aloitus viivästyi monien tekijöiden johdosta, joka luonnollisesti venytti myös aikataulua. Tutkimussuunnitelman laatiminen vei odotettua kauemmin, joten tutkimusluvan saaminen venyi alkuperäisistä aikataulustamme. Aikataulun suhteen jouduimme hyvin pian toteamaan, että siihen tulee viivästymistä, eikä opinnäytetyömme valmistu odotetussa aikataulussa. Myös omien töiden ja oman arjen kanssa olemme joutuneet tasapainoilemaan, jotta työ edistyy. Olemme kuitenkin tyytyväisiä, että prosessi on koko ajan edistynyt, vaikka hitaammalla tahdilla kuin aluksi ajattelimme.

Puusa ja Juuti 2020 (143–144) kuvaavat, että teemahaastattelun onnistumisessa ratkaiseva tekijä on tutkijan riittävä ymmärrys tutkimuksen kohteena olevista keskeisistä elementeistä, siihen vaikuttavista tekijöistä ja näin ollen koko ilmiön kokonaisuudesta. Koemme, että saavutimme syksyn aikana kattavan ymmärryksen Siilinpesän avokuntoutuksesta sekä asiakkaiden monimuotoisista elämäntilanteista. Haastatteluihin osallistunut asiakaskunta oli haastava, sillä monilla on ollut sosiaalisten tilanteiden pelkoa, eikä välttämättä niin suurta uskallusta osallistua ilman pelkoa tai jännitystä haastattelutilanteisiin. Voimme olla ylpeitä jokaisesta haastatteluun osallistuneesta asiakkaasta ja myös heistä, jotka olivat kiinnostuneita opinnäytetyöstämme, sekä myös itsestämme, että olemme saaneet näin laajasti materiaalia opinnäytetyöhömmme.

Kumpikaan meistä ei ole aiemmin vastaavanlaista laadullista tutkimusta tehnyt, joten olimme uuden ja tuntemattoman äärellä. Aiheemme on kuitenkin molemmille mieleinen, sekä kiinnostus työtä kohtaan löytyi helposti. Opinnäytetyömme on opettanut molemmille uutta, jota saamme tulevaisuudessa varmasti hyödyntää työelämässä. Oppimisprosessina opinnäytetyö on ollut monella tapaa hyödyllinen, sekä monipuolinen. On selvää, että jos palaisimme ajassa taaksepäin, olisimme aloittaneet opinnäytetyön teon



jo toisen opiskeluvuoden aikana, tai viimeistään kolmannen vuoden alussa. Jo aikaisessa vaiheessa olisi opinnäytetyöllä ollut hyvä olla työn aihe ja tilaaja selvillä. Tutkimussuunnitelman tekoon meidän olisi pitänyt varata enemmän aikaa, ja olemme kiitollisia ohjaavan opettajan neuvoista tehdä tutkimussuunnitelma huolella, sillä se on auttanut opinnäytetyön kirjoittamisessa todella paljon. Siilinpesän henkilökunnalta saatu tuki on myös ollut merkittävässä osassa, josta olemme kiitollisia.

Opinnäytetyössämme olemme harjaantuneet sosiaalialan kompetenssien mukaan eettisessä osaamisessa, sillä työssämme olemme huomioineet asiakkaiden oikeudet ja tietoturvan. Olemme myös suhtautuneet asiakkaisiin kunnioittavasti ja empaattisesti. Opinnäytetyössämme reflektoimme jatkuvasti opinnäytetyömme eri vaiheita. Opinnäytetyötä tehdessämme olemme kehittyneet suunnittelussa, toteutuksessa sekä raportoinnissa ja arvioinnissa. Olemme hyödyntäneet asiakastyön osaamistamme haastattelutilanteissa sekä oppineet mukautumaan muuttuviin tilanteisiin, esimerkiksi haastattelutilanteiden peruuntumisessa. Palvelujärjestelmän tuntemus on ollut hyödyksi opinnäytetyötä tehdessämme, lisäksi koemme sen vahvistuneen opinnäytetyöprosessin aikana. Opinnäytetyömme tekeminen on oleellisesti opettanut meille tutkimuksellisesta kehittämisestä, olemme pohtineet tutkimus menetelmää, aineiston keruutapoja ja haastatteluja käytännössä ja valinneet niistä tähän opinnäytetyöhön sopivimmat toimintatavat. Tämä kaikki on kehittänyt meitä tutkijoina. Opinnäytetyömme mahdollisti asiakkaiden osallisuuden ja toi heidän äänensä kuuluviin. Toivomme, että jatkossa Siilinpesän avokuntoutuksessa jatketaan asiakkaiden kokemusten keräämistä, joka lisää asiakaslähtöisyyttä ja asiakkaiden osallisuutta.

## LÄHTEET

- Eskola, J., Lätti, J. & Vastamäki, J. 2018. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Teemahaastattelu; lyhyt selviytymisopas. 5. uudistettu painos. Keuruu.
- Heikkinen-Peltonen, R., Innamaa, M., & Virta, M. 2019. Mieli ja terveys. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.
- Huttunen, M. 2020. Duodecim terveyskirjasto. Saatavissa: [https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_teos=&p\\_artikkeli=ltt00308](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_teos=&p_artikkeli=ltt00308). Viitattu 1.11.2020.
- Huttunen, M. & Socada, L. 2019. Lääkärikirja Duodecim. Saatavissa: [https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00353](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00353) Viitattu 1.11.2020.
- Juuti, P. & Puusa, A. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki.
- Laine, T. 2018. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomeneologinen näkökulma. 5. uudistettu painos. Keuruu.
- Lehikoinen, A. 2014. ”Se oli niinku koti, semmonen turvallinen paikka”. Itsenäistymis- ja asumiskuntoutumisyksikön palveluprosessin mallintaminen ja kehittäminen. Centria ammattikorkeakoulu oy, Sosiaali- ja terveysalan johtaminen ja kehittäminen. Opinnäytetyö.
- Mielenterveyslaki.14.12.1990/1116. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1990/19901116>. Viitattu 16.9.2020.
- Mielenterveystalo. 2020. Kaksisuuntainen mielialahäiriö. Saatavissa:[https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/Tietopankki/kokemuksia/Pages/kaksisuuntainen\\_mielialahairio.aspx](https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/Tietopankki/kokemuksia/Pages/kaksisuuntainen_mielialahairio.aspx). Viitattu 01.11.2020.
- Mielenterveystalo.Masennustila.Saatavissa:<https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/Tietopankki/Diagnoosi-tietohaku/F30-39/Pages/F32-33.aspx>. Viitattu 9.11.2020.
- Mielenterveystalo. Tietoa diagnooseista. Saatavissa: <https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/Tietopankki/Diagnoosi-tietohaku/Pages/default.aspx> Viitattu 9.11.2020.
- Nuorten aikuisten mielenterveysasiakkaiden kotikuntoutus - Siilinpesä. Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveyspalvelukuntayhtymä Soite, Saatavissa: <https://www.soite.fi/siilinpesa>. Viitattu 3.9.2020
- Siilinpesän avokuntoutus. Tiimiin osallistuminen ja henkilökunnan haastattelut. 14.10.2020.
- Sosiaalihuoltolain soveltamisopas. 2017. Sosiaali- ja terveysministeriö, Helsinki. saatavissa: [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80391/05\\_17\\_Sosiaalihuoltolain%20soveltamisopas.pdf](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80391/05_17_Sosiaalihuoltolain%20soveltamisopas.pdf) Viitattu 19.9.2020.
- Sosiaalihuoltolaki. 30.12.2014/1301. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>. Viitattu 16.9.2020.

Suomen perustuslaki. 11.06.1999/731. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>. Viitattu 16.9.2020

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Mielensterveyshäiriöt. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/mielensterveys/mielensterveyshairiot> Viitattu 01.11.2020.

Terveysskirjasto. Saatavissa: [https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=lam00002](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=lam00002) Viitattu 1.11.2020.

Terveydenhuoltolaki. 30.12.2010/1326. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326>. Viitattu 16.9.2020.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Sosiaalisen kuntoutuksen opas. Yksilötyöskentely. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalisen-kuntoutuksen-opas/palvelun-sisallot/yksilotyoskentely>. Viitattu 1.11.2020.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Sosiaalisen kuntoutuksen opas. Ryhmätoiminta ja sosiaaliset menetelmät. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalisen-kuntoutuksen-opas/palvelun-sisallot/ryhmatoiminta-ja-toiminnalliset-menetelmat>. Viitattu 1.11.2020.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Nuorten mielensterveyshäiriöt. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/mielensterveys/mielensterveyshairiot/nuorten-mielensterveyshairiot>. Viitattu 1.11.2020.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Nuorten ahdistus- ja ahdistuneisuushäiriöt. <https://thl.fi/fi/web/mielensterveys/mielensterveyshairiot/nuorten-mielensterveyshairiot/nuorten-ahdistus-ja-ahdistuneisuushairiot>. Viitattu 1.11.2020.

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

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja. 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Saatavissa: [https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden\\_eettisen\\_ennakoarvioinnin\\_ohje\\_2019.pdf](https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2019.pdf). Viitattu 15.9.2020.

Tutkimuseettinen neuvottelukunnan ohje. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Saatavissa: [https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf). Viitattu 15.9.2020.

Vuorilehto, S., Larri, T., Kurki, M & Hätönen, H. 2014. Uudistuva mielensterveystyö. Helsinki: Fioca oy

## LIITE1/3

## Suostumuslomake

Suostumus haastatteluun, sekä haastattelumateriaalin käyttöön.

Olen osallistumassa haastatteluun, joka on osana sosionomiopiskelijoiden opinnäytetyötä, joka käsittelee Siilinpesän avokuntoutuksen asiakkaiden kokemuksia toiminnasta asiakkaan näkökulmasta.

Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista ja luottamuksellista.

Annan luvan nauhoittaa haastattelun, ja käyttää haastattelusta saatua materiaalia tämän opinnäytetyön aineistona. Antamani vastaukset tullaan käsittelemään nimettöminä ja luottamuksellisesti. Opinnäytetyöhön osallistuvien asiakkaiden henkilötiedot eivät tule esiin opinnäytetyössä.

Minulle on kerrottu, että valmis opinnäytetyö julkaistaan Theseus- julkaisuarkistossa, sekä toimitetaan tulostettuna Siilinpesän yksikköön.

Paikka ja päivämäärä: \_\_\_\_\_

Haastateltavan allekirjoitus

Haastattelijan allekirjoitus

\_\_\_\_\_

Saatekirje

LIITE 2/3

Hei Siilinpesän asiakas!

Olemme kaksi sosionomiopiskelijaa Centria-ammattikorkeakoulusta ja teemme opinnäytetyönä selvityksen Siilinpesän yksikköön. Opinnäytetyön tavoitteena on selvittää asiakkaiden kokemuksia Siilinpesän palveluista.

Opinnäytetyömme tavoite on saada asiakkaiden ääni kuuluviin, ja selvittää kuinka Siilinpesän toimintaa voidaan jatkossa kehittää.

Opinnäytetyön aineistonhankinta tullaan toteuttamaan teemahaastatteluina, johon pyydämme teitä osallistumaan. Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista, ja täysin luottamuksellista. Haastatteluista saatu aineisto käsitellään nimettöminä, eivätkä kenenkään henkilötiedot käy ilmi tuloksista. Haastattelun aineisto tullaan hävittämään asianmukaisesti, kun olemme käsitelleet ne.

Haastatteluun varataan aikaa noin tunti. Haastattelu voidaan toteuttaa Siilinpesän tiloissa koronatilanteen salliessa, tai erikseen sovitussa paikassa.

Valmis opinnäytetyö tullaan julkaisemaan Theseus julkaisuarkistossa, lisäksi toimitamme työn myös Siilinpesään.

Mikäli opinnäytetyötä tai sen toteutusta koskien tulee jotain kysyttävää, vastaamme niihin mielellämme.

Kiitos osallistumisesta!

Yhteistyö terveisin:

Tiia Katajisto Centria Ammattikorkeakoulu, [tiia.katajisto@centria.fi](mailto:tiia.katajisto@centria.fi)

Piia Peltoniemi Centria Ammattikorkeakoulu, [piia.peltoniemi@centria.fi](mailto:piia.peltoniemi@centria.fi)

**Teemahaastattelun kysymysrunko**

LIITE 3/3

## 1. Yleistiedot

1. Mitä kautta olet ohjautunut Siilinpesän asiakkaaksi?
2. Kauanko olet ollut Siilinpesän asiakkaana?
3. Millaisiin asioihin olet saanut/tarvinnut tukea Siilinpesästä? (sosiaaliset taidot, vuoro kausirytmii, kodinhoito, asioiden hoitaminen, opiskelu)

## 2. Millaisia kokemuksia asiakkailla on Siilinpesän palvelusta?

1. Tavoitteiden merkitys? (muistatko omat tavoitteesi? käydäänkö tavoitteita läpi asiakkuuden aikana?)
2. Ryhmätoiminnan merkitys? Jos asiakas ei käy ryhmissä, miksi?
3. Määräaikaisuuden merkitys asiakkaalle? Minkälaisia ajatuksia palvelun määräaikaisuus herättää? Onko määräaikaisuus hyvä vai huono asia? Luoko määräaikaisuus paineita kuntoutumiselle vai tukeeko sitä?
4. Miten palvelu on tukenut kuntoutumistasi? Miten asiat voisivat olla ilman Siilinpesää?
5. Onko tuki mielestäsi riittävää ja helposti saatavilla?

## 3. Oletko Siilinpesän avokuntoutuksen asiakkuuden aikana...

1. Lähtenyt opiskelemaan?
2. Valmistunut opinnoistasi? Keskeyttänyt opinnot?
3. Aloittanut kuntouttavan työtoiminnan?
4. Osallistunut muuhun kuntoutumistasi tukevaan toimintaan?
5. Ei mitään näistä, muuta? mitä?

## 4. Miten Siilinpesän toimintaa voitaisiin kehittää?

1. Miten kehittäisit yksilötapaamisia?
2. Miten kehittäisit ryhmätoimintaa?
3. Mitä muuta voitaisiin kehittää?

## 5. Mitä muuta mahdollisesti haluaisit sanoa? tai kertoa Siilinpesään/kuntoutumiseesi liittyen?

Taulukko 1 Asiakkaiden kokemukset Siilipesästä saadusta tuesta

TAULUKKO 1

Alaluokka	Yläluokka	Päälouokka
Keskustelu Talousasiat Neuvotteluihin osallistuminen Itsenäistyminen Arjenhallinta Opiskelu	Tuen tarpeet	Asiakkaiden kokemukset Siilipesästä saadusta tuesta

Taulukko 2 Asiakkaiden kokemukset tuen riittävydestä

TAULUKKO 2

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Tukea tarjottu enemmän kuin olisi tarvinnut Tuki ollut riittävää Saman työntekijän pysyvyys Joustavuus Monipuolisuus	Positiiviset kokemukset	Asiakkaiden kokemus tuen riittävydestä
Käyntien pituuden riittämättömyys Työajat	Negatiiviset kokemukset	



Taulukko 3 Asiakkaiden kokemukset tavoitteiden merkityksestä

TAULUKKO 3

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Välitavoitteet Tavoitteiden yhdessä asettaminen	Positiiviset kokemukset	Asiakkaiden kokemukset tavoitteiden merkityksestä
Omien tavoitteiden unohtaminen	Negatiiviset kokemukset?	

Taulukko 4 Asiakkaiden kokemus tuen määräaikaaisuudesta

TAULUKKO 4

Alaluokka	Yläluokka	Päälouokka
<p>Yllättävä loppuminen.</p> <p>Miten pärjää sen jälkeen.</p> <p>Määräaikaisuus luo stressiä.</p>	Negatiiviset kokemukset	Asiakkaiden kokema määräaikaisuuden merkitys
<p>Ymmärrys määräaikaaisuudesta.</p> <p>Avun saamisen ymmärrys.</p>	Positiiviset kokemukset	

Taulukko 5 Asiakkaiden kokemukset ryhmätoiminnasta

TAULUKKO 5

Alaluokka	Yläluokka	Päälouokka
<p>Matkat mukavia.</p> <p>Sosiaaliset tilanteet &amp; vuorovaikutus toisten kanssa</p> <p>Uusiin ihmisiin tutustuminen</p> <p>Saa kertoa itsestään sen mitä haluaa. (rajata)</p> <p>vahvistanut sosiaalisia taitoja.</p> <p>Yhteisö &amp; ystävät</p>	Positiiviset kokemukset	Asiakkaiden kokemukset ryhmätoiminnasta
<p>Tarjoilujen puuttuminen tai loppuminen</p> <p>Välimatka</p> <p>Asiakkaiden erilaisuus</p> <p>Sosiaalisten tilanteiden haasteet</p>	Negatiiviset kokemukset	

Taulukko 6 Asiakkaiden kehittämisehdotukset Siilinpesän avokuntoutukseen. TAULUKKO 6

Alaluokka	Yläluokka	Päälouokka
<p>Tarjoilut.</p> <p>Kolmas päiväryhmä olisi hyvä.</p> <p>Ryhmätoimintaan osallistuminen ahdistaa.</p> <p>Ryhmien suunnitelmallisuus ja tiedottaminen.</p> <p>Toiveiden esittämisen mahdollisuuden lisääminen.</p> <p>Monipuolinen toiminta.</p> <p>Oman ohjaajan kannustuksen merkitys osallistumisessa.</p> <p>Tilahaasteet.</p>	<p>Ryhmätoiminnan kehittäminen</p>	<p>Asiakkaiden kehittämisehdotuksia Siilinpesän avokuntoutukseen.</p>
<p>Ulkoilun lisääminen.</p> <p>Toiminta virka ajan ulkopuolella.</p> <p>Yhteistyö vanhempien kanssa.</p>	<p>Yksilökäyntien kehittäminen</p>	
<p>Ohjaajien ja asiakasmäärän tasapaino.</p> <p>Henkilökunnan muutoksista informointi ajoissa.</p> <p>Uusien opiskelijoiden/työntekijöiden esittely kaikille.</p>	<p>Palvelun kehittäminen</p>	