

## ”JOS TÄSTÄ VIELÄ JOKU PÄIVÄ SELVIÄIS”

Päiväkeskustoiminta tyypisessä paikassa käytettävät työmenetelmät asiakastyössä

Sari Pekkala  
Sosiaalialan opinnäytetyö  
Yhteisö – ja perusturvatyö  
Sosionomi (AMK)

KEMI 2014

## TIIVISTELMÄ

## LAPIN AMMATTIKORKEAKOULU, Sosiaalia

Koulutusohjelma:	Sosiaalialan koulutusohjelma, Sosionomi
Opinnäytetyön tekijä:	Sari Pekkala
Opinnäytetyön nimi:	”Jos tästä vielä joku päivä selviäis” Päiväkeskustoiminta tyypisessä paikassa käytettävät työmenetelmät asiakastyössä
Sivuja (joista liitesivuja):	55 (2)
Päiväys:	17.8.2014
Opinnäytetyön ohjaajat:	Laura Jokela ja Leena Seppälä
<p>Opinnäytetyössä tutkitaan millaisia työmenetelmiä käytetään mielenterveys- ja päihdekuntoutujille päiväkeskustoiminnassa Pohjois-Suomessa. Lisäksi perehdytään asiakkaiden ja työntekijöiden kokemuksiin työmenetelmistä.</p> <p>Teoreettisessa viitekehyksessä perehdytään mielenterveyden sekä päihderiippuvuuden problematiikkaan. Lisäksi tuodaan esille päiväkeskustoimintaa ja siihen johtaneita syitä sekä esitellään Erik Allardtin hyvinvointiteoriaa. Työmenetelmien ja työvälineiden käsitteellistä eroa kuvaillaan ja lisäksi tarkastellaan aikaisempia tutkimuksia päiväkeskustoiminnasta.</p> <p>Tutkimusotteena opinnäytetyössä on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimusote. Aineisto on kerätty teemahaastattelun avulla. Haastattelut on tehty kolmessa erityyppisessä päiväkeskuksessa. Haastattelumuotona oli yksilöhaastattelu. Sekä työntekijöitä että asiakkaita on haastateltu. Analyysiotteena on käytetty teemoittelua.</p> <p>Työmenetelmät päiväkeskuksissa ovat asiallisia ja toimivia. Työntekijät ovat ammattitaitoisia ja he suhtautuvat asiakkaisiin palveluhenkisesti. Asiakkaat kokevat tarpeelliseksi olohuonetoiminnan, ruokailun sekä mahdollisuuden keskustella asioista sekä työntekijöiden että toisten asiakkaiden kanssa. Ryhmä- ja harrastetoiminta tuo väriä asiakkaan elämään.</p>	
Asiasanat: matalan kynnyksen paikka, mielenterveystyö, päihderiippuvuus, päiväkeskustoiminta, työmenetelmä, työväline	

## ABSTRACT

LAPPLAND UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES, Social Services

Degree programme:	Degree Programme in Social Services, Bachelor of Social Services
Author(s):	Sari Pekkala
Thesis title:	"If this some day to survive" The Working methods, which are used by the Customer service at Place of Day center Activity
Pages (of which appendixes):	55 (2)
Date:	17.8.2014
Thesis instructor(s):	Laura Jokela & Leena Seppälä
<p>This thesis examines what kinds of methods are used for mental health and substance abuse rehabilitation in day center activities in North- Finland. It also familiarizes with the experiences that employees and clients have had about these working methods.</p> <p>The theoretical framework focuses on the problems of mental health and drug addiction. In addition, the daily activities and the reasons behind them are highlighted. Erik Allardt welfare theory is also presented. The conceptual difference between working methods and tools is portrayed, and the previous day center activity focused studies are given a view.</p> <p>Qualitative research approach was used as the framework of the study. The materials were gathered with theme interviews. The interviews were performed in three different types of day center. Individual interview was the chosen format for interviewing. Both workers and customers were interviewed. Thematising was used as the analytical framework.</p> <p>Working methods at the day centers are relevant and effective. The employees are professional and they take their customers service oriented. Customers feel it necessary to have living activities, meals and the opportunity to discuss the issues with both the employees and other customers. Group and recreational activities add color to the customer's life.</p>	
Asiasanat: low threshold places, mental health work, addiction care, work method, work tool, , day center activity	

## SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ .....	1
ABSTRACT .....	2
1 JOHDANTO .....	5
2 MIELENTERVEYS- JA PÄIHDEKUNTOUTUJEN PÄIVÄKESKUS .....	7
2.1 Mielenterveys .....	7
2.2 Päihderippuvuus .....	8
2.3 Päiväkeskustoiminta .....	11
2.4 Aikaisemmat tutkimukset työmenetelmistä .....	15
2.5 Käytössä olevia työmenetelmiä .....	17
3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS .....	20
3.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet .....	20
3.2 Tutkimusmenetelmät .....	20
3.3 Opinnäytetyön luotettavuuden ja eettisyyden tarkastelu .....	23
3.4 Haastattelujen toteutus .....	25
3.5 Aineiston analysointi .....	27
4 TUTKIMUKSEN TULOKSET .....	29
4.1 Toiminnassa käytettävät menetelmät .....	29
4.1.1 Päiväkeskus A .....	29
4.1.2 Päiväkeskus B .....	31
4.1.3 Päiväkeskus C .....	32
4.2 Kokemukset menetelmien käytöstä .....	34
4.2.1 Päiväkeskus A .....	34
4.2.2 Päiväkeskus B .....	36
4.2.3 Päiväkeskus C .....	37

4.3 Toiminnan sekä menetelmien kehittämisen tarve asiakkaiden sekä työntekijöiden näkökulmasta.....	38
4.3.1 Päiväkeskus A .....	38
4.3.2 Päiväkeskus B .....	39
4.3.3 Päiväkeskus C .....	40
4.4 Tulosten analysointi .....	42
5 JOHTOPÄÄTÖKSET.....	45
6 POHDINTA .....	47
LÄHTEET.....	49
LIITTEET .....	54

## 1 JOHDANTO

"Kettu nälissänsä juoksi viinitarhaan: miten hehkuivatkaan siellä rypäleet!

Kuoma valitsi jo tertun parhaan, punaisena loisti se

- vaan minkäs teet: liian korkealla roikkui tuo.

Eipä paljon aikaa kartu kun jo Kettu tuumii:

- Mitäs noista mokomista näkee turhan vaivan.

Ovat happamiakin aivan!" (Kunnas, Kirsi. Hakupäivä 1.6.2014.)

Päihde- ja mielenterveysongelmien kanssa elävät ihmiset kokevat usein olevansa yksin ja voimattomia oman elämänsä suhteen. Luopuminen vanhasta ja tutusta elämän tavasta voi tuntua samalta kuin ketulla ajatus viinirypäleen poimimisesta. Muutos elämään koetaan olevan liian kaukana ja aiheuttavan liian paljon vaivaa. Loppujen lopuksi päihtetön elämä ei edes miellytä kaikkia kun vaatimuksena on luopuminen vanhasta totutusta elämäntavasta. Mikään asia ei tapahdu silmänräpäyksessä vaan totuttelemisen päihtetömmään elämään voi alkaa osallistumalla päiväkeskustoimintaan.

Matalan kynnyksen paikkana toimivat päiväkeskukset tarjoavat päihde- ja mielenterveysongelmallisille mahdollisuuden viettää erilaista päivää ja elämää. Päiväkeskukseen voi mennä kuka tahansa tuntiessaan tarvitsevansa apua arjessa selviytymiseen. Useasti päiväkeskukseen pääsemisen ainoana vaatimuksena on selvin päin oleminen. (Matalan kynnyksen palvelut. Hakupäivä 1.6.2014.)

Opinnäytetyö kuuluu Pohjois-Suomessa toteutettavaan kehittämishankkeeseen ”Hyvinvointi hakusessa, riippuvuus riskinä”. Hankkeen toteuttamisaika on 2013 – 2015. Hankkeen tarkoituksena on kehittää päihde- ja mielenterveyspalveluketjua ja kuntoutusyhdistyötä sekä työmenetelmiä Lapissa ja Kainuussa. Kaste-ohjelman valtionavustusrahoitus rahoittaa hankkeen. Hankkeen avulla pyritään lisäämään sosiaalista ja terveydellistä hyvinvointia sekä kokemuksia osallisuudesta ihmisille, jotka kuuluvat päihderiippuvuusriskin piiriin. Lisäksi tavoitteena on ihmisten omaehtoisen hyvinvoinnin kartuttaminen. Hankkeen myötä pyritään lisäämään työntekijöiden ammattitaitoa päihdetyös-

sä sekä parantamaan päihdepalvelujen saatavuutta. (”Hyvinvointi hakusessa, riippuvuus riskinä”-hanke. Hakupäivä 5.4.2014.)

Aiheena opinnäytetyössä on ”Päiväkeskustoiminnan tyyppisessä paikassa käytettävät työmenetelmät asiakastyössä”. Opinnäytetyössä tarkastellaan työntekijän ja asiakkaan näkökulmasta mielenterveys- ja päihdekuntoutuksen päiväkeskustoiminnassa käytettäviä työmenetelmiä. Lisäksi perehdytään asiakkaiden ja työntekijöiden käyttökokemuksiin. Aiheen valinnan perusteena on kiinnostus siihen, miten päihde- ja mielenterveysongelmaisia voidaan auttaa elämässä eteenpäin ja millä tavoin heitä voidaan ohjata kohti päihteetöntä elämää. Tärkeää on myös selvittää, miten asiakkaat kokevat päiväkeskustoimintojen työmenetelmien hyödyttävän heidän omaa hyvinvointiaan.

Työntekijän näkökulma päiväkeskuksessa käytettävien työmenetelmien tarvittavuudesta on kiinnostava. Lähinnä miten työntekijät kokevat näiden tarpeellisuuden matalan kynnyspaikassa, jonne asiakas on saapunut joko omasta tahdostaan tai jonkun viranomaisen ohjaamana. Ryhmän ohjaamisen taidot sekä asiakkaan kohtaaminen vuorovaikutustilanteissa vaikuttavat osaltaan asiakkaan innokkuuteen osallistua päiväkeskuksessa järjestettäviin erilaisiin toimintoihin. Asiakkaan terveydentila on otettava huomioon toimintamenetelmiä suunniteltaessa. Kaikkeen toimintaan osallistuminen on vapaaehtoista.

Teoreettisessa osiossa käydään läpi syitä, jotka ovat johtaneet päiväkeskustoiminnan alkamiseen. Lisäksi tuodaan esille Erik Allardtin hyvinvointiteorian keskeisiä käsitteitä. Osioissa selvitetään myös käsitteiden työmenetelmä ja -väline välistä eroa aikuissosiaalityössä. Teoreettisessa osiossa perehdytään lisäksi aikaisempaan tutkimustietoon päiväkeskuksessa käytettävistä työmenetelmistä.

Tutkimusotteena on kvalitatiivinen tutkimusote. Aineisto on kerätty teemahaastattelujen avulla. Haastattelujen kohteena ovat olleet sekä päiväkeskuksen työntekijät että asiakkaat. Lisäksi asiakkaita, joita ei ole voitu haastatella, on havainnointu tutkimusta varten.

## 2 MIELENTERVEYS- JA PÄIHDEKUNTOUTUJEN PÄIVÄKESKUS

### 2.1 Mielensterveys

Mielensterveyttä määrittävät neljä eri tekijää. Näitä ovat sosiaalinen tuki ja vuorovaikutus sekä yksilölliset tekijät ja kokemukset. Lisäksi yhteiskunnalliset rakenteet ja resurssit sekä kulttuuriset arvot vaikuttavat mielensterveyden rakentumiseen. Yksilöllisiin tekijöihin ja kokemuksiin lukeutuvat biologiset tekijät, joita ovat muun muassa perimä ja sukupuoli. Ihminen on syntymästään asti vuorovaikutus suhteessa ympäristönsä kanssa. Elämäkokemukset, jotka syntyvät vuorovaikutussuhteitten seurauksena vaikuttavat pitkäkantoisesti ihmisen elämään ja mielensterveyteen. Erilaiset kielteiset elämäntapahtumat, kuten läheisen kuolema, taloudelliset ongelmat, sairastuminen vakavasti sekä traumaattiset kokemukset, joita ovat esimerkiksi väkivallan kohteeksi joutuminen ja kaltoin kohtelu, muokkaavat ihmisen mielensterveyttä. (Kuhanen & Oittinen & Kanerva & Seuri & Schubert 2010, 20.)

Tunne-elämä, ajattelu ja toiminta, identiteetti, käsitys itsestä ja itsetunto kehittyvät ihmisen kokemusten myötä joko positiivisten tai negatiivisten vuorovaikutuskokemusten edesauttamana ja nämä kokemukset antavat pohjan ihmisen mielensterveydelle. Mielensterveyden muodostumiseen vaikuttaa lisäksi autonomia eli itsemääräämisoikeus. Ihmisen sopeutumiskyky eli hallinta ja stressinsietokyky ja muut yksilölliset voimavarat kuten esimerkiksi koulutus ja tieto rakentavat ihmisen mielensterveyttä. Siihen vaikuttaa myös elämän koettu mielekkyys sekä ruumiillinen terveys. Kehityskriiseistä toiseen siirtyminen aiheuttaa haasteita muun muassa nuoruudesta aikuisuuteen selviytyminen. (Kuhanen ym. 2010, 20.)

Sosiaalinen tuki ja vuorovaikutus ovat merkittävässä asemassa ihmisen mielensterveyden rakentumista ajatellen. Sosiaalinen tuki on yksi sosiaalisen vuorovaikutuksen tai kanssakäymisen muoto ja siksi se on välttämätön osa ihmisen elämää. Sosiaalisen tuen on havaittu olevan mielensterveyteen voimakkaasti vaikuttava asia; ne ihmiset ja väestöryhmät, joilla on riittävän laaja ja hyvin toimiva sosiaalinen verkosto, näyttävät olevan, paitsi yleisesti onnellisempia, myös terveempiä kuin yksinäiset tai huonossa verkostossa elävät. (Kuhanen ym. 2010, 20.)



Vanhemman ja vauvan varhain aloitettu vuorovaikutussuhde on tärkeässä asemassa mielenterveyden kehittymistä ajatellen. Perusturvallisuuden syntyminen ja luottamuksen tunne kehittyvät lapsen ensimmäisten vuosien aikana toimivan vuorovaikutussuhteen aikana. Tänä aikana koettu vuorovaikutussuhde vaikuttaa lapsen myöhempään elämään. Varhaista vuorovaikutusta ovat esimerkiksi lapsen ja vanhempien yhdessä tekeminen sekä lapsen tarpeista huolehtiminen. Perheen ohella kaikki ympäristössä olevat asiat vaikuttavat mielenterveyteen. Näitä ovat koulu, työpaikka ja kaikki muut paikat, missä ihminen on vuorovaikutussuhteessa toisiin. Ihmisen mielenterveyteen negatiivisesti vaikuttaa koulu- ja työpaikkakiusaaminen, mikäli sosiaalinen verkosto on pieni tai sitä ei ole olemassa. (Kuhanen ym. 2010, 20 - 21.)

Yhteiskunnalliset rakenteet ja resurssit ovat oleellisesti läsnä mielenterveyden rakentamisesta ajatellen. Ihminen tarvitsee rahaa elääkseen ja voidakseen hyvin. Eli taloudellinen toimeentulo, asumisolosuhteet ja mahdollisuudet kouluttautumiseen vaikuttavat ihmisen hyvinvointiin ja sen myötä mielenterveyteen. Mitä lähempänä palvelut ovat, sen helpompaa siellä on asioida. (Kuhanen ym. 2010, 20 - 21.)

Ihmiset elävät kulttuurillisten arvojen mukaisesti. Kulttuurillisia arvoja ohjaavat yhteiskunnalliset tekijät, jotka vaikuttavat yhteiskuntapoliittisiin päätöksiin. Näitä ovat yhteiskunnassa vallitsevat arvot, joita ovat tasa-arvo ja ihmisoikeudet. Jokaisella aikakaudella on omat norminsa, joiden vaikutus näkyy mielenterveysasiakkaiden elämässä. Mielenterveyden ongelmista ei kukaan puhu mielellään, koska erilaisuutta ei hyväksytä, vaan sitä pelätään. (Kuhanen ym. 2010, 20 - 21.) Mielenterveysongelmainen leimataan helposti ja häntä ei arvosteta, koska hän on kansankielellä sanottuna ”hullu”.

## 2.2 Päihderiippuvuus

Päihderiippuvuuden syntyyn vaikuttaa ihmisen halu mielihyvään, joka syntyy hetkellisesti päihteiden avulla. Päihteitä käyttävät haluavat kokea keskushermostoon vaikuttavien aineiden avulla erilaisen olotilan. Toisin sanoen he haluavat unohtaa sen hetkisen elämän tilanteen ja hakevat irtiotta arjesta. Päihderiippuvuutta aiheuttavat käytettävän

aineen ominaisuudet. Aineita ovat muun muassa alkoholi, huumeet ja tupakka. (Lappalainen-Lehto & Romu & Taskinen 2007, 18.)

Päihderiippuvuutta selitetään erilaisten mallien avulla. Malleja ovat moraal-, raittius-, sairaus- ja valistusmalli. Moraalimallin mukaan päihteiden käyttö on syntiä ja sen käyttö on lopetettava. Raittiusmallissa päihde luokitellaan terveyttä vaarantavaksi myrkyksi. Sairausmallissa painotetaan, että päihdeongelman ainoana paranemiskeinona on täysi absolutismi. Valistusmallin mukaan uskotaan, etteivät käyttäjät ole tietoisia päihteiden käytön haitoista. (Lappalainen-Lehto ym. 2007, 18.)

Päihderiippuvuutta selittäviä malleja ovat myös psykologiset-, sosiaalisen oppimisen-, systemaattisen-, sosiokulttuurisen- ja kansanterveyden mukaiset mallit. Henkilön persoonallisuuteen ja mielenterveyteen liitetään psykologinen malli. Sosiaalisen oppimisen mallin perusteella päihteiden käyttö on vuorovaikutustoimintaa. Systemaattisen mallin mukaan ihminen käyttää ja muuttaa käyttämistä itse. Yhteiskunnan merkitystä painotetaan sosiokulttuurisessa mallissa. Kansanterveysmallin mukaan päihdetyössä huomioidaan kaikki päihteiden käyttöön liittyvät asiat kokonaisvaltaisesti. (Lappalainen-Lehto ym. 2007, 19.)

Nuorella aikuisella on suuri vaara sairastua päihderiippuvuuteen. Lapsuuden perheen vaikutus, jos siellä on käytetty päihteitä, on todella voimakas. Tämän jälkeen päihteitä käyttävä kaveripiiri vaikuttaa merkittävästi nuoren aikuisen valintoihin. Tällöin nuori ajautuu melkein tietämättään kohti päihteiden käyttäjän ”uraa”. (Lund 2006, 55 - 56.)

Neurobiologian näkemyksen mukaan taipumus päihderiippuvuuteen kulkee geneeissä. Tämän näkemyksen mukaan päihteiden käyttäjä ei voi vaikuttaa omaan käyttöönsä, vaikka on tietoinen aiheutuvista terveyshaitoista. Käyttäjät ovat tietoisia tästä näkemyksestä, koska useasti kuulee sanottavan, etteivät he voi esimerkiksi juomiselle mitään kun se on periytynyt geneeissä. (Lappalainen-Lehto ym. 2007, 19.) Alttius sairastua päihderiippuvuuteen periytyy. Siitä huolimatta jokaisella päihteitä käyttävällä on vaara kehittää itselle riippuvuus päihteisiin. (Päihderiippuvuus. Hakupäivä 14.8.2014.)

Päihderiippuvuus jaetaan kolmeen eri riippuvuuteen, joita ovat psyykkinen riippuvuus, fyysinen riippuvuus ja sosiaalinen riippuvuus. Psykkisessä riippuvuudessa päihteiden käytön myötä ihminen haluaa tuntea itsessään mielihyvää, jonka hän saa niiden käytön avulla. Hänellä on syntynyt tapa käyttää päihteitä, koska hän on oppinut, että sen käyttö on hyväksi hänen hyvinvoinnilleen. Fyysisen riippuvuuden mukaan ihmisen elimistö vaatii päihteitä, koska elimistö on tottunut niihin. Niitä tarvitaan kerta kerralla lisää, kun toleranssi eli sietokyky on suurentunut. Päihteen puute aiheuttaa vieroitusoireita, joita ovat muun muassa päänsärky, vihaisuus ja äkkipikaisuus. Sosiaalisen riippuvuuden mukaan ihminen käyttää päihteitä kuuluakseen johonkin ryhmään ja tullakseen hyväksytyksi kyseisen ryhmän keskuudessa. Päihderiippuvuudessa päihteiden käyttöön liittyy käytettävää ainetta kohtaan tunnettava himo tai pakottava tarve saada sitä. Esimerkiksi tupakan nikotiiniin syntyy käyttäjällä riippuvuussuhde. (Lappalainen-Lehto ym. 2007, 19.; Lund 2006, 56.)

Päihderiippuvuuden tunnistaa kun käytettävä päihde on alkanut hallita elämää siinä määrin, ettei käyttäjä pysty hallitsemaan haluaan käyttää sitä.. Käytöstä aiheutuu fyysisiä ja psyykkisiä vieroitusoireita. Hän ei onnistu lopettamaan päihteiden käyttöä halutessaan, vaan repsahtaa vähän ajan kuluttua uudelleen. Koko elämä pyörii päihteiden ympärillä, esimerkiksi sen saaminen on elintärkeä asia. Kaikki muu kuten esimerkiksi perhe, työ ja muut tärkeät asiat ovat yhdentekeviä ja niitä laiminlyödään. Toisin sanoen päihteet ovat läsnä kokonaisvaltaisesti käyttäjän elämässä. (Lappalainen-Lehto ym. 2007, 19; Lund 2006, 52- 53.)

Riippuvuussairauden tunnistaa kun käyttäjä kieltää täysin näkyvän päihdeongelman ja päihteiden ongelmakäyttämisen. (Päihderiippuvuus. Hakupäivä 14.8.2014.) Päihderiippuvuus luokitellaan sairaudeksi. Diagnoosi tehdään ICD-10 tautiluokituksen mukaan. (Lappalainen-Lehto ym. 2007, 20.)

### 2.3 Päiväkeskustoiminta

Suomessa päiväkeskustoimintaa järjestävät sininauhaliiton jäsenjärjestöt, A-killat, A-klinikat, kunnat, Ev.lut.kirkko tai seurakunnat sekä muut yhdistykset ja toimijat. (Heimonen 2007, 10.) Päiväkeskustoiminnan tarkoituksena on tarjota terveyden tasavertaisuutta sekä hyvinvointia yhteiskunnassa huonommin menestyneille ihmisille. Päihde- ja mielenterveysongelmaisten sosiaaliset suhteet ovat usein epäonnistuneet, samoin sosiaalisten verkostojen muodostaminen ei ole onnistunut vaan lähipiiri sekä kaverit ja tuttavat ovat kadonneet. Päihteiden liiallinen käyttö vähentää ihmisten fyysisten, psyykkisten ja sosiaalisten tarpeiden tyydyttymistä. Päihteiden käytön seurauksena heidän henkinen hyvinvointi sekä terveydentila ajautuvat minimi-tilaan. Ilman osoitetta ja lähipiiriä olevaa ihmistä ei helposti tavoiteta saamaan hänelle kuuluvaa asianmukaista hoitoa. Tällainen tilanne on useasti alkoholia- ja huumeita käyttävillä, mielenterveysongelmaisilla, syrjäytyneillä sekä köyhyydestä ja yksinäisyydestä kärsivillä ihmisillä. Lähtökohtana päiväkeskustoiminnan järjestämiselle on ollut saada huono-osaisuuteen ajautuneet ihmiset saaman takaisin elämänhallinnan sekä sen myötä kokemaan hyvinvointia. (Heimonen 2007, 19.; Low threshold places. Hakupäivä 15.8.2014.)

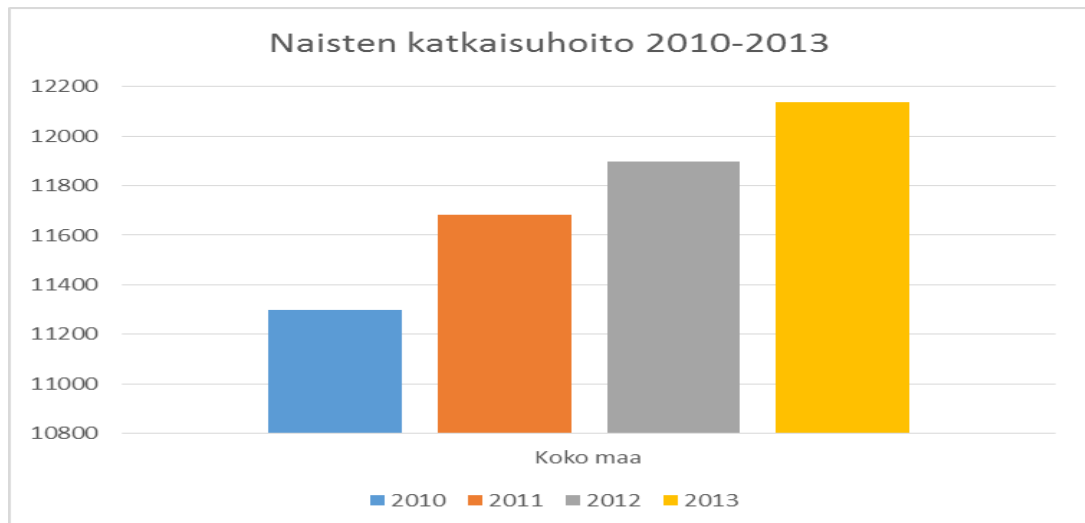
Mielenterveys – ja päihdeasiakkaille suunnattu päiväkeskus toimii matalan kynnyksen kohtaamispaikkana, jossa huomioidaan asiakkaan fyysiset, sosiaaliset, psyykkiset ja hengelliset tarpeet. Päiväkeskustoiminta on avointa ja sinne voi saapua yksin tai esimerkiksi a- klinikan tai muun auttavan tahon ohjaamana. Tavoitteena on tukea asiakasta elämäntavan muutoksessa. Päiväkeskus tarjoaa ihmisen lähelle vietävää tukea sekä erilaisia aktiivisia toimenpiteitä. Siellä voi osallistua kansalaistoimintaan, jonka myötä asiakas saa vertaistukea ja mahdollisuuden osallistua vapaaehtoistoimintaan. Päiväkeskuksessa tehdään verkostoyhteistyötä, jonka tarkoituksena on luoda ja ylläpitää asiakkaan tarvitsemia verkostoja. Päiväkeskus tukee asiakasta palveluketjujen muodostamisessa. (Heimonen 2007, 19 – 20; Low-threshold. Hakupäivä 6.5.2014.)

Päiväkeskustoiminta tarjoaa vaihtoehdon kaupungille lähtemisen tilalle ja mahdollisuuden viettää päihteetöntä päivää muiden ihmisten seurassa. Päiväkeskustoimintapaikkojen perustamisen tavoitteena on ollut saada mielenterveys- ja päihdeasiakkaille edes yksi paikka, jonne he voivat mennä päihteetöntä päivää viettämään muiden samassa

tilanteessa olevien kanssa. Päiväkeskuksesta he saavat muun muassa vertaistukea, hyväksyntää ja mahdollisuuden osallistua ruokailuun sekä peseytymiseen. (Lund 2006, 41 - 44.)

Päihdeongelmaisen käyttäytyminen on useiden sukupolvien ajalta opittu tapa. Isä ja isoisä ovat voineet osaltaan olla näyttämässä käyttämisen esimerkkiä ongelmalliselle. (Lund 2006, 68 – 69.) Nykyään myös naiset käyttävät enenevässä määrin päihteitä. (Päihdelinkki. Hakupäivä 2.6.2014.) Nykyisen kehityksen jatkuessa samanlaisena naisten osuus lisääntyy päiväkeskuksessa kävijöinä. Naisten katkaisuhuito on lisääntynyt. Vuonna 2013 naisten määrä kunnan kustantamissa palveluissa koko maassa on ollut 12136. Vastaavasti vuonna 2010 heitä on ollut 11298.

Taulukko 1. Katkaisuhuitoasemat, naisten katkaisuhuito 2010 - 2013, kunnan kustantamat palvelut koko maassa (Tilasto- ja indikaattoripankki SOTKANet.)



Huonot kokemukset lapsuudessa aiheuttavat usein turvattomuuden sekä masennuksen tunteita, jolloin lohtua ja hyväksyntää haetaan päihteiden käytöstä. Elämästä katoaa toivo, unelmat sekä haaveet. Useasti päihteiden käyttäjillä ei ole enää perhettä eikä läheisiä, jotka heistä välittäisivät. Eikä heillä ole mahdollisuutta menestyä työelämässä. Arjessa eläminen vaikeutuu, jolloin perustarpeiden tyydyttäminen ei enää onnistu. Perusturvallisuuden tunnetta lisää arjen hallinnan opettelu, jolloin ongelmainen pääsee nor-

maaliin päivärytmiin takaisin. Taito oman arjen hallinnasta lisää toivon tunnetta elämää selviytymiseen. (Lund 2006, 66 – 69; Heimonen 2007, 24)

Toivon takaisin saaminen elämään lisää mielenterveys – ja päihdeongelmaisen elämänhallintaa sekä hyvinvointia. Työntekijänä elämänhallinnan menettäneen ihmisen kohtaaminen päivittäisessä arjessa vaatii toimivia vuorovaikutussuhteita sekä taitoa kohdata ihminen empaattisesti. Lapsena vanhempien taholta kaltoinkohtelua kokeneen ihmisen ei ole koskaan liian myöhäistä rakentaa toimivia ihmissuhteita. Työntekijän ammatillinen ja rakentava kohtaaminen auttaa ihmistä eheyttämään aivojen toimintaa sekä poistamaan aikaisemmin opittuja vahingollisia tapoja. Toivottomia ”tapauksia” ei ole olemassa. (Lund 2006, 71 - 74.)

Hyvinvoinnin katsotaan olevan subjektiivista ja kokemuksellista. Hyvinvointiin kuuluu työn lisäksi asunto ja toimeentulo sekä terveys ja sosiaaliset suhteet. Erik Allardtin hyvinvointiteorian mukaan hyvinvointi muodostuu elintasosta (having), yhteisyyssuhteista (loving) ja itsensä toteuttamisesta (being). (Ihalainen & Kettunen 2011, 9 – 10.)

Taulukko 2. Erik Allardtin hyvinvointi



Hyvinvoinnin kolmen eri osa-alueen ollessa riittävät ja tasapainossa ihmisen elämänlaadun katsotaan olevan hyvä. Ihmisen oma näkemys vaikuttaa osaltaan hyvinvoinnin tuntemiseen. Ihminen voi tuntea voivansa pahoin vaikka kaikki osa-alueet olisivatkin balanssissa. (Ihalainen & Kettunen 2011, 9 -11.) Päiväkeskuksessa kävijöiden osalta hyvinvoinnin osa-alueet eivät ole aikaisemmin toteutuneet, mutta menemällä matalan kynnyksen paikkaan heillä on mahdollisuus saada itselleen parempi elämä.

Päiväkeskustoiminnassa kulkee mielenterveys- ja päihdeongelmista kärsiviä asiakkaita, jotka tarvitsevat apua selviytyäkseen päivittäisistä toiminnoista. Materiaaliset olot eivät ole kaikilla hyvät vaan heiltä saattaa puuttua koti, ehjät vaatteet ja ruoka. Päiväkeskus tarjoaa heille paikan missä olla sekä siistiä itseään. Asiakkaat pääsevät myös tuntemaan kuuluvansa erilaisiin ryhmiin sekä toteuttamaan itseään niissä. Uusia ystävyyssuhteita muodostuu helposti asiakkaiden omatessa suurin piirtein samanlaisen menneisyyden. Samanlaiset kokemukset päihteiden käytöstä ja niiden myötä ilmenneistä lieveilmiöistä saavat aikaan yhteenkuuluvuuden tunnetta. Näiden asioiden pohtiminen ja niistä keskusteleminen auttaa asiakasta avautumaan. Vertaistuen avulla he voivat jakaa tietynlaisia kokemuksia keskenään. (Lund 2006, 66, 79 - 81.)

Elämänhallintaan katsotaan kuuluvan ulkoinen ja sisäinen elämänhallinta. Ulkoiseen elämänhallintaan sisältyy asuminen, perhe, terveys ja sosiaaliset suhteet sekä normien noudattaminen arjessa. Sisäiseen elämänhallintaan lukeutuu ihmisen tahto ja valmiudet tehdä asioita saavuttaakseen hyvinvointia sekä edistääkseen sen olemassaoloa. Sisäiseen elämänhallintaan liittyy olennaisesti itsetunto, identiteetti ja omiin mahdollisuuksiin uskominen. Sisäistä elämänhallintaa määrittää myös se millainen asenne ihmisellä on tulevaisuuteen, onko näkemys positiivinen vai negatiivinen. Lisäksi elämässä koetut onnistumiset ja epäonnistumiset ovat jättäneet jäljen ihmisen sisäiseen elämänhallintaan. (Heimonen 2007, 20 - 21.)

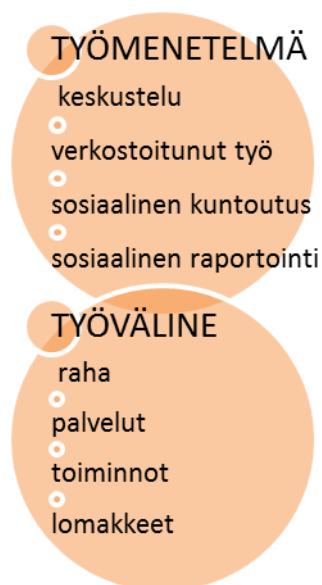
Pienillä paikkakunnilla päiväkeskustoimintaa tarvitsevat ihmiset arkailevat päiväkeskuksen palvelujen käyttämistä, koska he ajattelevat saavansa tietynlaisen leiman. Tällainen ajattelu on esteenä matalan kynnyksen paikkaan menemisessä. Kynnystä voidaan madaltaa sijoittamalla päiväkeskuksen ulko-ovi huomaamattomaan paikkaan, jolloin

sinne on helpompi mennä. (Heimonen 2007, 35.) Ihmisten asenteisiin ei voida kuitenkaan vaikuttaa, koska ennakkoluulot päiväkeskuksissa kulkijoita kohtaan voivat olla niin voimakkaat, etteivät ihmiset halua nähdä heitä eri tavalla.

#### 2.4 Aikaisemmat tutkimukset työmenetelmistä

Liukko Eeva (2009) on tehnyt tutkimuksen ”Perussosiaalityön mahdollisuuksista-helsinkiläisten projektien näkökulmia sosiaalityön ammatillisiin käytäntöihin”, jossa hän on tuonut esille sosiaalityön työkäytäntöjä. Työmenetelmä ja työväline ovat päiväkeskustoiminnassa käytettäviä työkäytäntöjä. Työmenetelmät, joita käytetään asiakastyössä ja joilla pyritään tekemään asiakastyötä, ovat Liukon mukaan strategisesti muotoiltuja, suunnitelmallisia ja järjestelmällisiä toimintoja. Työvälineeksi Liukko määrittelee muun muassa palvelujärjestelmän toiminnon tai erityispalvelun. Liukon mukaan työvälineet ovat työkaluja, joita voidaan käyttää asiakastyössä menetelmän yhteydessä. Työvälineillä tuetaan perussosiaalityön tarkoitusta sekä tavoitteellista toimintaa. (Liukko 2009, 30; 37.)

Taulukko 3. Työmenetelmät ja työvälineet (Liukko 2009, 109.)





Työmenetelmänä pidetään työntekijän vuorovaikutuksellista sekä tietoista toimintatapaa asiakastyössä. Työvälineet puolestaan ovat konkreettisesti käytettäviä apukeinoja, esimerkiksi haastattelulomake. Työvälineisiin katsotaan kuuluvan myös tekninen taitaminen, jota on muun muassa haastattelutekniikka sekä palvelujärjestelmän toimintojen sekä erityispalveluiden piiriin asiakkaan ohjaaminen. (Liukko 2009, 39 – 40.)

Oittinen Satu (2011) on tarkastellut opinnäytetyössä päiväkeskus Toimarin merkitystä päihde- ja mielenterveysasiakkaille. Haastattelujen myötä saamien tulosten perusteella päiväkeskuksen asiakkaat pitävät toimintaa tärkeänä tekijänä heidän elämässään ajatellen heidän jaksamistaan ja selviytymistään arkipäivän toiminnoista. (Oittinen 2011, 39 – 54.)

Päiväkeskuksessa käytettävien menetelmien merkityksellisyyttä on tutkittu myös työntekijöiden näkökulmasta katsottuna opinnäytetyössä ”Työ tekijäänsä opettaa: kuvaus päiväkeskus Stoorin työntekijöiden työotteesta ja työntekijöiden näkemyksiä sen terveyttä edistävästä vaikutuksista”. Haastattelun vastausten perusteella voimaannuttavan työotteen käyttäminen päiväkeskuksissa edesauttaa asiakkaiden hyvinvointia. Voimaannuttavaan työotteeseen kuuluu ohjaus ja neuvonta sekä asiakaslähtöinen ja voimavara-keskeinen ajattelutapa, jonka myötä pyritään huomioimaan asiakas kokonaisvaltaisesti. (Glad & Nurmela – Tulp 2011, 23.)

Päiväkeskuksessa kävijöiden mielipidettä on tarkasteltu Mäenpää (2007) opinnäytetyössä ”Täähän on helmi kelle vaan: asiakkaiden näkemyksiä Huittisten päiväkeskuksesta arjen tukena.” Tutkimuksen tarkoituksena on ollut selvittää millä lailla päiväkeskus on tukenut sekä auttanut asiakkaita selviytymään arjessa elämisestä sekä miten päiväkeskus on vaikuttanut asiakkaiden elämänhallintaan. Mäenpään mukaan päiväkeskustoiminnalla on merkittävä rooli päihteiden käyttäjän elämän rytmittäjänä. Päiväkeskustoiminnan vaikutus asiakkaan elämänhallintaan nousi näkyvästi esille tutkimuksessa. Vertaistuen osuus päihteettömyyden tukemisessa on suuri. (Mäenpää 2007, 36 -37.)

Opinnäytetyössä ”Yhteinen olohuone. mielenterveys- ja päihdetyön päivätoiminnan kehittämissuunnitelma ” (2014) on tutkittu teemailtojen järjestämisen merkitystä päihde-

ja mielenterveysasiakkaille. Tutkimus osoitti päiväkeskustoiminnan olevan tärkeää asiakkaiden päivittäistä elämää ajatellen, esimerkiksi tällöin heillä on mahdollisuus kohdata toisia ihmisiä ja saada sen myötä kokemuksia osallisuudesta. (Hietala & Lepikko & Toivanen 2014, 39 -40.)

Kähkönen Kimmo ja Pekkala Suvi (2009) ovat tarkastelleet pro gradu työssä päiväkeskustoimintaa otsakkeella ”Semmoisena väliportaana takaisin normaaliin elämään”: tukea päihdeettömyyteen ja toisiin mahdollisuuksiin päiväkeskuksessa”. He ovat tuoneet työssä esille päihdeongelmaisten tukemista ja auttamista sekä elämänhallintaan vaikuttavia tekijöitä. (Kähkönen & Pekkala 2009.)

## 2.5 Käytössä olevia työmenetelmiä

Päiväkeskukset järjestävät päihde- ja mielenterveysongelmaisille asiakkaille erilaista toimintaa. Päämääränä toiminnalla on arkielämän elämänrytmin sekä -sisällön muodostumisen tukeminen. Siellä voi osallistua ryhmätoimintaan, retkiin sekä erilaisiin tapahtumiin. Asiakkailta on tilaisuus ruokailla, peseytyä sekä tarvittaessa pestä omia vaatteitaan. Siellä järjestetään erilaisia ryhmä- sekä yksilökeskustelutilaisuuksia, joihin kaikilla kävijöillä on oikeus osallistua. Toimipaikoissa voi lukea päivän lehden, juoda kahvia ja käyttää tietokoneita. Työntekijät tukevat, neuvovat ja antavat ohjausta tarvittaessa. (Mielenterveys- ja päihdepalvelut. Hakupäivä 28.6.2014.)

Vapaaehtoistoiminta päiväkeskuksessa tuo väriä asiakkaiden elämään. Vapaaehtoistojat auttavat työntekijöitä järjestämään ja toteuttamaan erilaisia toimintoja. Heillä on omakohtaisia kokemuksia päihdeiden liikakäytöstä, joten vertaistuen antaminen perustuu käytännön kokemukseen. Myös päiväkeskuksessa kävijä voi voimaantua ja saada omaa elämänhallintaa takaisin siinä määrin, että hän pystyy jakamaan toisille vertaistukea ja antamaan oman osuuden erilaisten harrasteryhmien toimintaan vapaaehtoistoiminnan puitteissa. Keskusteluryhmissä jaetaan vertaistukea joko toisten ryhmäläisten tai vapaaehtoistojoiden kanssa. Eri alojen ammatti-ihmiset pitävät myös keskustelutilaisuuksia joko yksilökohtaisesti tai ryhmissä. (Heimonen 2007, 43- 44 ja 46.)

Taulukko 4. Työmenetelmät päiväkeskuksessa. (Sosiaaliportti. Hakupäivä 16.12.2013.)

<p><b>IHMISTÄ LÄHELLE VIETÄVÄ TUKI</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• paikka missä olla</li> <li>• sosiaaliset suhteet</li> <li>• tekemistä päivään</li> <li>• ruokailu</li> <li>• pyykinpesu</li> <li>• peseytymisen mahdollisuus</li> </ul>	<p><b>ERILAISET AKTIVOIVAT TOIMET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ryhmätoiminta</li> <li>• leirit</li> <li>• työtoiminta</li> <li>• harrastetoiminta</li> </ul>	<p><b>VERTAISTUKI</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kokemusasiantuntija</li> <li>• toiset kävijät</li> </ul>
<p><b>KANSALAISTOIMINTA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vapaaehtoistoiminta</li> </ul>	<p><b>VERKOSTO-VAIKUTTAMINEN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• verkostojen tukeminen</li> <li>• asuinalueen hyvinvoinnin kasvattaminen</li> <li>• kasvattaa sosiaalista vastuuta</li> <li>• seudullinen ja valtakunnallinen yhteistyö</li> </ul>	<p><b>KYTKENNÄT PALVELUKETJUUN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• palveluohjaus</li> <li>• palvelusuunnitelmat</li> <li>• lähipalvelutyö</li> </ul>

Kaikki päiväkeskuksessa kävijät eivät jää asiakkaaksi sinne, vaan tilanne voi johtua ongelmallisesta elämänvaiheesta esimerkiksi vaikea parisuhde tai kriisi lukeutuvat sellaisiin tekijöihin. Tällöin toimivan palveluketjun muodostaminen ja sosiaalisen verkoston luominen asiakkaalle on elämää eteenpäin vievä voima. Päiväkeskuksessa kävijä voidaan ohjata muun muassa kuntouttavaan työtoimintaan tai työkokeiluun, jos hänellä on siihen riittäviä resursseja. (Heimonen 2007, 44.)

Lähipalvelutyöhön kuuluu etsivä ja kotikäyntityö sekä asuinalue työ. Tämän myötä ihmisille, jotka ovat heikompitasoisia ja syrjäytyneitä, voidaan viedä neuvontaa paikkaan missä he ovat, koska useasti heillä ei ole osoitetta ja heitä on vaikea löytää. Tämän jälkeen heidän on helpompi osallistua päiväkeskustoimintaan, jossa he saavat asiaankuuluvaa tukea elämänlaadun parantamiseksi. Näin heidät saadaan takaisin ”ihmisten ilmoille” kokemaan yhteisöllisyyttä ja osallisuutta. (Juntunen 2012, 11.)

Palveluohjauksen toimivuus edellyttää toimivaa palveluverkosta, johon kuuluu paikallinen sekä seudullinen sosiaali- ja terveystoimi, työvoimatoimi sekä seurakunta. Näiden toimijoiden yhteistyöllä voidaan päiväkeskuksen asiakkaille järjestää heidän tarvitsemiin toimintoihin sekä palveluihin, joiden myötä asiakkaiden elämänlaatu saadaan parantamaan. (Työmenetelmä. Hakupäivä 1.7.2014.)

### 3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

#### 3.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää minkälaisia työmenetelmiä mielenterveys- ja päihdekuntoutujille suunnatuissa päiväkeskuksissa käytetään sekä miten asiakkaat ja työntekijät kokevat niiden hyödyllisyyden. Opinnäytetyö kuuluu kehittämishankkeeseen ”Hyvinvointi hakusessa ja riippuvuus riskinä”, jonka tarkoituksena on kehittää päihde- ja mielenterveyspalveluketjua, kuntoutusyhteistyötä ja työmenetelmiä. Hankkeen toiminta-aika on vuodesta 2013 vuoteen 2015.

Tavoitteena on tutkia Lapissa ja Oulussa yhden jo pitempään toimineen mielenterveys- ja päihdetyön päiväkeskustoiminnan työmenetelmiä. Lisäksi tavoitteena on saada tietoa Lapissa hankkeen myötä alkaneen päiväkeskuksen toiminnassa käytettävistä menetelmistä.

Tutkimuskysymykset ovat:

- 1 Mitä työmenetelmiä päiväkeskustoiminnassa käytetään asiakastyössä?
- 2 Miten asiakkaat ja työntekijät kokevat työmenetelmien käytön?

Tutkimuskysymyksillä halutaan selvittää, millaisia työmenetelmiä matalan kynnyksen paikassa käytetään ja saadanko asiakkaat osallistumaan niihin. Muun muassa käytetäänkö päiväkeskuksissa motivoivaa haastattelua ja onko sen käytöstä asiakkaiden ja työntekijöiden mielestä hyötyä. Lisäksi työvälineiden, kuten esimerkiksi palveluiden ja toimintojen käytön mielekkyys sekä niiden tarpeellisuus asiakkaiden elämässä on tärkeitä selvittää.

#### 3.2 Tutkimusmenetelmät

Tutkimusotteena on kvalitatiivinen tutkimusote. Käytännön tutkimustieto on kerätty teemahaastattelun muodossa työntekijöiltä ja mahdollisuuksien mukaan asiakkailta. Haastattelut on toteutettu yksilöhaastatteluina. Jos asiakkaiden haastattelu ei onnistunut,

niin heitä havainnoitiin käytännössä miten he osallistuvat esimerkiksi keskusteluihin sekä toimintoihin. Haastattelut, joihin on annettu lupa, on nauhoitettu.

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa pyritään ymmärtämään tutkittavana olevan asian tarkoitus ja merkitys. Toisaalta pyritään kuvailemaan jokin tapaus tai tuottamaan teoreettisesti ymmärrettävä tulkinta ilmiöstä. Tavoitteena kvalitatiivisella tutkimuksella on ymmärtää asioita ihmisen näkökulmasta katsottuna. Tutkimusaineisto kerätään todellisissa tilanteissa. Haastattelun avulla kerättävä aineisto on kvalitatiivisesti eli laadullisesti kerättyä tietoa. Haastattelun aikana pyritään saamaan selville vastaukset kysymyksiin mitä ja miten. Tutkimushaastattelun kuvataan olevan vuorovaikutuksellinen tilanne, jossa keskustellaan tutkittavan asian tiimoilta. (Eskola & Suoranta 1996, 34 ja 64.) Tietynlaisen ilmapiirin aikaansaaminen ja ensi kohtaaminen haastateltavan kanssa luo pohjan onnistuneelle vuorovaikutussuhteelle, jonka myötä haastattelija voi saada paljon hyödyllistä ja asiantuntevaa tietoa tutkittavasta asiasta. Haastattelijan tehtävänä on luoda haastattelulle myönteinen tunnelma, jossa haastateltava kokee turvallisuutta, jolloin hän pystyy vastaamaan kysymyksiin ilman turhia jännitteitä.

Haastattelun onnistumiseen vaikuttaa etukäteen suunnittelu, jolloin haastattelija on miettinyt ja kirjannut haastattelukysymykset ylös. Haastattelija pystyy pitämään koossa tilanteen saaden haastateltavat innokkaasti osallistumaan kysymysten vastaamiseen. (Eskola & Suoranta 1996, 64 - 65.) Haastatteluja tehdään tietynlaisen päämäärän saavuttamiseksi. Päämääränä tutkimushaastattelussa on saada tietoa tutkimuksen tavoitteesta sekä vastaukset tutkimuskysymyksiin. Vuorovaikutuksellisuuden säilymisen kannalta haastattelijan on huomioitava haastateltavan oikeuden vastata omin sanoin kysymyksiin eikä johdatella vastauksia omien tarkoitusperiensä vuoksi. (Ruusuvuori & Tiittula 2005, 23 ja 31.)

Teemahaastattelu on puolistrukturoitu haastattelumuoto. Puolistrukturoidussa tutkimushaastattelussa esitetään jokaiselle haastateltavalle samat kysymykset. Kysymykset voidaan esittää missä järjestyksessä tahansa ja tarvittaessa kysymysten muotoja voi muuttaa säilyttämällä kuitenkin kysymyksen sisällön. Puolistrukturoidun haastattelun kysymyksiin voi vastata täysin omin sanoin. (Tiittula & Ruusuvuori 2005, 11; Eskola & Suoranta 1996, 65.)

Teemahaastattelua käytettäessä on haastattelijalla suunnitellut etukäteen eri teemoja, jotka liittyvät tutkimuskysymykseen ja joiden myötä hän saa tutkimukseensa realistista aineistoa. Tutkijalla on myös tarkoin määritelty tutkimusjoukko, johon hän suuntaa kysymykset. Teemahaastattelua käyttäen opinnäytetyön tekijällä on mahdollisuus rakentaa erilaista keskustelua teemojen ympärille, koska teemahaastattelu antaa tietynlaisen vapauden liikkua. Hyvin suunniteltu teemahaastattelu voi antaa tutkijalle paljonkin käyttökelpoista aineistoa tutkittavasta asiasta. (Eskola 2007, 32–33.) Tutkimuksessa on käytetty puolistrukturoitua haastattelumuotoa, koska se antaa haastateltavalle mahdollisuuden tuoda vapaasti omia mielipiteitään esille.

Teemoina haastattelussa käytetään kolmea eri teemaa. Teemat ovat:

- 1 Toiminnassa käytettävät menetelmät.
- 2 Kokemukset menetelmien käytöstä.
- 3 Toiminnan sekä menetelmien kehittämisen tarve asiakkaiden sekä työntekijöiden näkökulmasta.

Haastattelut ovat yksilöhaastatteluja. Yksilöhaastattelu on ryhmähaastattelua henkilökohtaisempi. Yksilöhaastattelussa suunnataan huomio haastateltavana olevan henkilön mielipiteisiin sekä käsityksiin asioista, joita haastattelu koskee. Haastattelijalla on vuorovaikutusta ohjaavassa roolissa. Esitettävät haastattelukysymykset rakentavat kyseisen haastattelutilanteen, mutta tilanteeseen voi sopia muutakin keskustelua. (Pietilä 210, 215.)

Opinnäytetyössä tutkimusaineiston keruumenetelmänä on käytetty haastattelun lisäksi havainnointia, jos asiakkaat eivät ole halunneet haastateltavaksi. Havainnoinnissa tapahtuu asioiden sekä ilmiöiden näkemisen lisäksi tietoista tarkkailua (Vilkkä 2006, 37.) Aineistokeruu menetelmänä havainnointia voidaan käyttää monipuolistamassa tutkittavasta asiasta tarvittavaa tietoa. Osallistuvan havainnoinnin myötä sosiaalisilla vuorovaikutustilanteilla on taipumus muodostua tärkeiksi tiedonhankinta menetelmiksi. Osallistuvassa havainnoinnissa on mahdollista olla osallistumatta tai osallistua tutkittavien toimintaan. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 81- 82.)

Tutkimuksen haastattelut on nauhoitettu, mikäli tutkittavat ovat suostuneet siihen. Nauhoittamisen myötä haastattelijalla on mahdollisuus palata takaisin haastattelu tilanteeseen myöhemmässä vaiheessa. Tällöin nauhoitusta voidaan käyttää muistiapuna sekä tulkintojen tarkistajana. (Tiittula & Ruusuvuori 2005, 14.)

### 3.3 Opinnäytetyön luotettavuuden ja eettisyyden tarkastelu

Luotettavuus laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa perustuu tutkijaan ja tutkijan taitoihin, aineiston laatuun, aineiston analyysiin sekä tutkimustulosten esittämiseen. Useasti laadullisessa tutkimuksessa epäillään eniten tutkimuksen edustavuutta ja tulosten yleistettävyyttä. (Eskola & Suoranta 1996, 165 - 167.)

Haasteellisuuden tutkimukseen tekee tutkimuksen vaatimus olla eettisesti kestävä. Tutkimus, joka on eettisesti kestävä, pohjautuu tutkijan tekemään perusteelliseen pohjatyöhön, jossa hän on tutkinut tutkimuskysymyksensä eri osa-alueiden vastausten kestävyyttä. Tutkija ajattelee tutkimustulosten pitkäkestoisuutta sekä merkitystä tutkittavalle kohteelle tai asialle. Eli silloin arvioidaan tutkimuksen vaikutusta tutkittavaan asiaan. Eettisesti kestävä työ turvaa tutkittavia, tutkijaa sekä säilyttää ihmisten luottamuksen tutkimustuloksiin ja tutkijoihin. (Pohjola 2007, 12.)

Tutkimuseettinen neuvottelukunta on laatinut eettisen ohjeistuksen opinnäytetyön teki-jälle. Ohjeistus sisältää neuvoja miten eettisesti kestävä opinnäytetyö tehdään. Ohjeistus sisältää kolme erilaista näkökantaa. Ensimmäinen näkökanta kuvaa hyvän tieteellisen käytännön periaatteita. Periaatteisiin kuuluu tieteelliseen tutkimukseen sovittujen toimintatapojen seuraaminen, tieteellisen arvosteluperustan ja eettisesti kestävien tutkimusmenetelmien käyttäminen. Periaatteita ovat myös tehtyjen töiden huomioon ottaminen sekä tieteellisesti tehty tutkimustyön suunnittelu, toteutus ja raportointi. (Pohjola 2007, 13.)



Toinen näkökanta käsittelee hyvän tieteellisen käytännön periaatteiden loukkauksia ja kolmas miten toimitaan jos epäillään loukkauksia tapahtuneen. Loukkauksia ovat piittaamattomuus ja vilppi. Vilpissä kopioidaan tekstiä toisten tekemistä opinnäytetöistä tai muusta kirjallisuudesta ja esitetään ne omina. Piittaamattomuudessa on kyse välinpitämättömästä työstä, jolloin muun muassa tutkimuskysymykset ovat huonosti suunniteltuja sekä tulosten analysointi on tehty yliolkaisesti, jolloin tutkimustulokset ovat voineet vääristyä. Piittaamattomuutta on jos tutkittavaan asiaan ei ole perehtynyt tarpeeksi hyvin, jotta voi tuoda esille asiatietoa jo tutkituista tutkimuskysymykseen liittyvistä asioista. Piittaamattomuudeksi katsotaan käytettyjen lähteiden puutteellisesti laitetut lähde-merkinnät omaan työhön. Vilpin ja piittaamattomuuden myötä voi ihmisten luottamus tutkimuksiin horjua. (Pohjola 2007, 14.)

Eettisesti tehdyssä tutkimuksessa käytetään lähteitä runsaasti ja merkitään lähteet selvästi esille. Lähteiden käytön tarkoituksena on tuoda esille aiempi tieto, jota tutkittavasta asiasta on jo kerätty. Aiemman tiedon esittämisen myötä näkee onko tutkimuksen tekijä ymmärtänyt tutkittavasta asiasta oleellisen ja osaa tuoda sen esille omin sanoin. (Pohjola 2007, 15.) Eettisessä tutkimuksessa on kunnioitettava tutkittavien henkilöiden ihmisarvoa ja oikeuksia. Tämä asettaa rajoituksia sille, minkälaisia tutkimuksia voidaan tehdä ja mistä asiasta. Tutkittavaa aihetta miettiessä on syytä tarkastella miksi haluaa tutkia juuri tätä aihetta ja mitä seurauksia tutkimuksella tulee olemaan sekä tutkittavalle asialle sekä ihmisille että tutkijalle itselleen. (Pohjola 2007, 17, 23 - 24.)

Tutkimuksen tehtävänä on tuoda esille uusia asioita tutkittavasta asiasta sekä auttaa ihmisiä ymmärtämään syitä mistä asiat voivat johtua ja mihin tietyt asiat voivat johtaa. Tutkimuskysymystä miettiessä kannattaa miettiä miksi haluaa tutkia juuri tätä asiaa ja mitä hyötyä tutkittavasta asiasta on sekä kenelle tutkija suuntaa tutkimuksen. Eli on tärkeää miettiä mitä tarkoitusta varten tutkimusta tehdään. (Pohjola 2007, 28.)

Opinnäytetyössä on noudatettu hyvän tieteellisen käytännön periaatteita. Tutkimuskysymys nousi esiin ajatuksesta, että voidaanko matalan kynnyksen paikassa käyttää motivoivaa haastattelua. Motivoivan haastattelun avulla voitaisiin opastaa päiväkeskuksessa kävijöitä pohtimaan oman elämäntyylin muuttamista. Tutkimuskysymyksen sana-

muoto laajeni lopulta muotoon päiväkeskuksessa käytettävät työmenetelmät. Tutkimuslupahakemus ja tutkimussuunnitelma on lähetetty kolmeen päiväkeskukseen huhtikuussa 2014. Haastattelut tehtiin touko – kesäkuun aikana 2014.

Haastateltavilta kysyttiin suostuvatko he haastattelun nauhoittamiseen. Heidän toiveitaan kunnioitettiin, jos he eivät halunneet haastattelua äänitettävän ja heidän vastaukset kirjattiin ylös. Haastattelu kierroksen jälkeen nauhoitukset kirjoitettiin luettavaan muotoon. Haastattelut on kuunnellut ainoastaan opinnäytetyöntekijä. Kerätty aineisto on säilytetty suljetussa tilassa. Opinnäytetyössä ei tuoda esille mitään tietoa, jonka myötä haastateltavien henkilöllisyys voi paljastua. Eri lähteitä on käytetty runsaasti ja lähteet on merkitty asianmukaisesti tekstiin sekä lähdeluetteloon.

#### 3.4 Haastattelujen toteutus

Päiväkeskuksia lähestyttiin sähköpostin muodossa, jossa kyseltiin innokkuutta osallistua haastateltavaksi opinnäytetyön tekemistä varten. Sähköpostissa kerrottiin opinnäytetyön aihe sekä tuotiin esille että tarkoituksena on haastatella työntekijöitä ja asiakkaita. Asiakkaita havainnoidaan, jos vain yksi tai ei kukaan heistä suostu haastateltavaksi. Paikkojen tarkentuessa heille lähetettiin tutkimussuunnitelma ja tutkimuslupahakemus.

Aineistoa on kerätty kolmesta eri paikasta: kahdesta pitempään toimineesta päiväkeskuksesta sekä yhdestä hankkeen ” Hyvinvointi hakusessa, riippuvuus riskinä” myötä alkaneesta päiväkeskuksesta. Haastattelumuotona on käytetty teemahaastattelua ja toteutusmuotona oli yksilöhaastattelu. Jokaisessa paikassa haastateltiin työntekijöitä sekä asiakkaita. Haastattelut toteutettiin touko – kesäkuun aikana 2014.

Haastattelusarja on aloitettu päiväkeskus A:sta 7.5.2014. Päiväkeskus A on suunnattu mielenterveyskuntoutujille. Siellä tehdään ennaltaehkäisevää, korjaavaa sekä vahvistavaa mielenterveystyötä Päiväkeskuksen toiminnan merkityksellinen tapahtumakeskus oli iso, viihtyisä olohuone. Olohuoneessa oli asiakkaita sekä työntekijä juttelemassa asiakkaan kanssa. Huoneessa oli myös kolikoilla toimiva kahviautomaatti, josta sai halutessaan ottaa kahvia. Lisäksi siellä oli jääkaappi, mikroaaltouuni, tv, radio ja hierontatuoli. Haastatteluun osallistui kaksi työntekijää sekä yksi asiakas. Työntekijän ja asiak-

kaan haastattelu tehtiin samassa tilassa, missä asiakkaat oleskelivat, joten haastattelun aikana saattoi havainnoida myös heidän toimintaansa. Asiakkaat osallistuivat innokkaasti eri ryhmien toimintaan, käyttivät kahviautomaattia sekä istuivat hierontatuolissa. Vilkas puheensorina kuului koko ajan, joten keskusteltavaa heillä riitti runsaasti. Toisen työntekijän haastattelu tehtiin sähköpostin välityksellä, koska hän ei voinut osallistua haastatteluun kyseisenä päivänä.

Päiväkeskus B:n haastattelu tapahtui 15.5.2014. Päiväkeskuksessa oli useampi huone, joissa kaikissa oli toimintaa. Ruokailu oli juuri loppunut, joten paikalla oli useampi asiakas. Kaksi työntekijää pelasi korttia asiakkaan kanssa, biljardin peluu oli käynnissä eri huoneessa. Ilmapiiri vaikutti kotoisalta ja viihtyisältä. Olohuoneen, jossa oli muun muassa televisio, tietokone ja lehtiä, ikkunasta aukeni upea jokimaisema. Haastatteluun suostui kaksi työntekijää sekä kolme asiakasta. Haastattelut tehtiin erillisessä huoneessa. Havainnointiin ei ollut tarvetta, koska haastateltavia asiakkaita oli runsaasti.

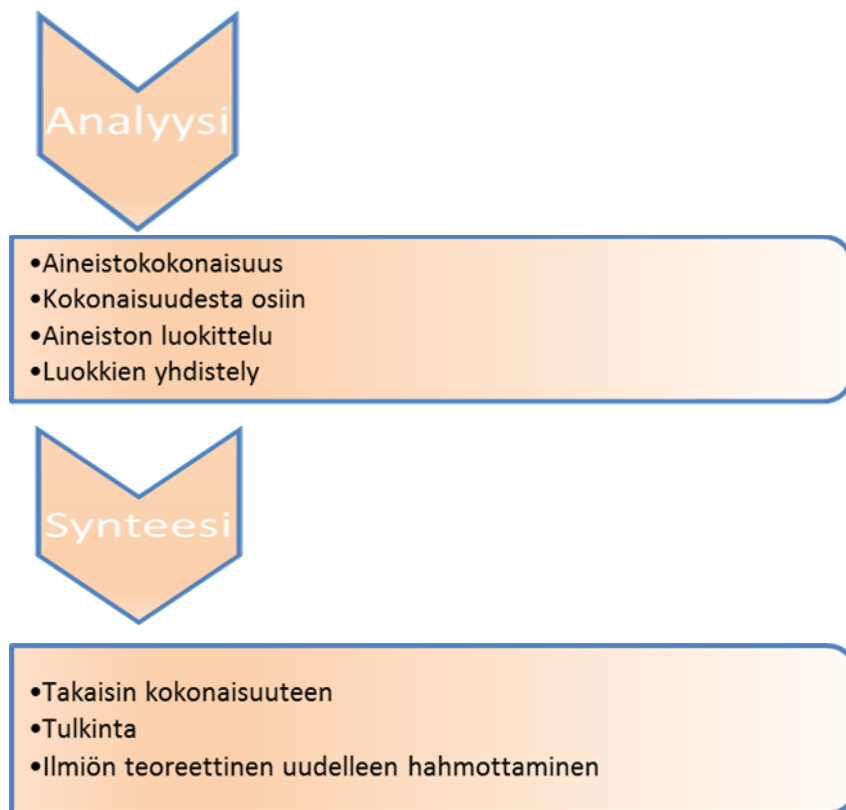
Viimeisenä haastattelun kohteena oli päiväkeskus C, jossa haastattelu tapahtui 5.6.2014. Ennen varsinaista tutustumista kohteeseen C, haastateltiin kaksi yksikön työntekijää. Tilat päiväkeskuksessa olivat avarat ja viihtyisät. Olohuoneessa oli keskeisellä paikalla kulmasohva. Siellä oli mahdollista juoda kahvia pientä korvausta vastaan. Päiväkeskustoiminta oli aloitettu marraskuussa 2013. Haastatteluhetkellä oli suunnitteilla toimitilojen vaihtaminen toiseen paikkaan. Kolme asiakasta suostui haastateltavaksi. He osallistuvat innokkaasti haastatteluun ja haastattelutilanteet olivat miellyttäviä sekä antoisia. Haastattelut toteutettiin eri huoneessa. Kolmas työntekijä osallistui haastatteluun sähköpostin välityksellä.

### 3.5 Aineiston analysointi

Laadullisen analyysin tunnusmerkkeinä on tiivis vuoropuhelu aineiston ja tutkimuskysymysten kesken (Ruusu vuori & Nikander & Hyvärinen 2010, 13).

Analyysiin lukeutuu useampi vaihe. Analyysin myötä aineistoa eritellään ja luokitellaan. Synteesin avulla tapahtuu kokonaiskuvan luominen sekä tutkittavan asian esille tuominen uudessa perspektiivissä. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 143.)

Taulukko 5. Haastatteluaineiston muokkaaminen analyysistä synteisiin. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 144.)



Nauhoitetun aineiston avulla haastattelut voidaan muuttaa luettavaan muotoon eli litteroida (Ruusu vuori ym 2010, 13). Tällöin on helpompi hajottaa aineistokokonaisuus osiin, luokitella se eli jakaa pienempiin osiin, joiden avulla voidaan aineistoa vertailla keskenään. Luokittelun jälkeen aineisto yhdistellään uudestaan kokonaisuudeksi ja lopulta tulkinnan myötä hahmotetaan ilmiö teoreettisesti uudelleen. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 147 - 152.)

Analyysiotteena on teemoittelu. Litteroinnin jälkeen aineisto luokiteltiin ja koodattiin. Haastatellut työntekijät merkittiin T1, T2, T3 jne. Haastateltavat asiakkaat koodattiin merkeillä A1, A2, A3 jne. Haastattelija merkittiin koodilla H. Päiväkeskukset eroteltiin kirjaimilla A, B ja C.

Teemoittelun valinta analyysiotteeksi oli luontevaa, koska haastattelut oli suoritettu teemahaastattelun muodossa. Teemoittelun myötä teemojen sisältöä voidaan esittää aineistoon kuuluvien alkuperäisten lainauksien avulla. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 173.)

## 4 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimuskysymyksinä opinnäytetyössä ovat ”Mitä työmenetelmiä päiväkeskustoiminnassa käytetään asiakastyössä?” ja ”Miten asiakkaat ja työntekijät kokevat työmenetelmien käytön?” Tutkimukseen sisältyy kolme teemaa, jotka ovat toiminnassa käytettävät menetelmät, kokemukset menetelmien käytöstä ja toiminnan sekä menetelmien kehittämisen tarve asiakkaiden sekä työntekijöiden näkökulmasta.

Tutkimusaineisto on kerätty kolmesta eri päiväkeskuksesta haastatellen sekä työntekijöitä että asiakkaita. Seitsemän työntekijää sekä seitsemän asiakasta suostuivat haasteltavaksi.

### 4.1 Toiminnassa käytettävät menetelmät

#### 4.1.1 Päiväkeskus A

Päiväkeskus A:han voi vapaasti mennä viettämään aikaa. Siellä on mahdollisuus olla olohuoneessa, juoda kuppi kahvia ja lukea lehtiä sekä jutella toisten ihmisten kanssa. Päivittäin kokoontuu ryhmiä, joihin ei välttämättä tarvitse ilmoittautua etukäteen.

Menetelmien tarjonta päiväkeskus A:ssa oli runsasta. Asiakkaat käyttivät niitä monipuolisesti. Olohuoneessa toisten asiakkaiden kanssa keskusteleminen oli suosittua.

*”paljon on osallistuja, jotka eivät osallistu toimintaan eikä retkiin, vaan oleskelevat mielellään olohuoneessa” T1*

*”Olohuonetoiminta keskeinen osa toimintaa, voi tulla vapaasti keskustelemaan, päivystävä työntekijä aina paikalla...” T2*

Ryhmätoimintaan asiakkaat osallistuivat myös mielellään. Tarjolla oli keskustelu-, vertaistukiryhmiä ja toiminnallisia ryhmiä.

*”Olen osallistunut moniin ryhmiin...” A1*

*”keskusteluryhmät, yleiset keskusteluryhmät joissa voi puhua vaikka mistä asioista tai-  
vaan ja maan välillä....vertaistukiryhmiä, toiminnalliset ryhmät, kitaran soittamisen  
ryhmä, vapaaehtoisten kanssa suunnitellaan...” T1*

Olohuoneessa havainnoitiin asiakkaiden toimintaa, moni asiakas kävi hakemassa kahvia automaatista, istui hetken olohuoneessa, jutteli toisten kanssa ja meni sen jälkeen osal- listumaan ryhmätoimintaan. Hierontatuolia käytettiin paljon.

Taulukko 6. Päiväkeskus A:ssa käytettävät menetelmät ja niiden käyttö

1 Toiminnassa käytettävät menetelmät	
Vertaistuki	KÄYTTÖ
Auttava keskustelu	
Ohjaus- ja neuvontatyö	Olohuoneessa olemista
Koulutus- ja kurssitoiminta,	ohjausta
infotilaisuudet ja tietoiskut	vertaistukea
Retket, tapahtumat, yleisötilaisuudet	hierontatuoli
Olohuoneessa oleminen	keskusteluryhmiä
Hierontatuoli	toiminnallisia ryhmiä
vapaaehtoistyö	retkiä
ryhmätoiminta	tapahtumat
keskusteluryhmät	kurssit
toiminnalliset ryhmät	

Työntekijä totesi, että päiväkeskus A:ssa tehdään laajaa yhteistyötä eri sektoreiden kanssa.

*”Verkostoyhteistyö laajaa, tehdään yhteistyötä eri oppilaitosten ja kaupungin kanssa.”  
T1*

Samoin hän mainitsi ohjaus- ja neuvontatyöstä, että tarvittaessa asiakkaita ohjataan palveluiden piiriin, joita he tarvitsevat.

*”Ohjataan eteenpäin jos ei saa riittävää tukea tai toisin päin.” T1*

*”Palvelunohjaus, toimitetaan hakemuksia Kelaan...” T2*

Toimintaa suunnitellaan yhdessä asiakkaiden kanssa.

*”Yhdessä suunnitellaan toimintaa.” T2*

#### 4.1.2 Päiväkeskus B

Päiväkeskus B on avoin kohtaamispaikka kaikille sitä tarvitseville. Siellä on mahdollisuus ruokailla, pestä pyykkiä, pelailla sekä osallistua hartaushetkiin. Heillä on myös mahdollisuus vaikuttaa itse järjestettäviin toimintoihin.

*”Pihatalkoot, laulattaminen kevyempää musiikkia, retkiä, joka torstai on hartaus, rentoutusta kerran viikossa, tuolijumppaa (tauolla), korvaushoitolaisille alkaa kurssi, pilkkimässä ovat käyneet, asiakkaiden kanssa on yhteisökokous viikottain, jos on toiveita mitä asiakkaat haluavat tehdä, keilaamassa käyvät kerran kuukaudessa..” T2*

*”Asiakas voi ehdottaa toimintaa tms.” T1*

Taulukko 7. Päiväkeskus B:ssä käytettävät menetelmät ja niiden käyttö

KÄYTTÖ	
Ruokailu	
Ohjaus- ja neuvontatyö	Olohuoneessa olemista
Tapahtumat	ohjausta
Vertaistuki	vertaistukea
Retket	Harrastetoiminta
Olohuoneessa oleminen	keskusteluryhmiä
Ratkaisukeskeinen työmenetelmä	toiminnallisia ryhmiä
vapaaehtoistyö	retkiä
ryhmätoiminta	tapahtumat
keskusteluryhmät	Ruokailu
toiminnalliset ryhmät	



Asiakkaiden osallistuminen päiväkeskuksessa järjestettäviin toimintoihin tapahtuu asiakkaan sen hetkisen taloudellisen tilanteen ja kunnon perusteella.

*”osallistuminen riippuu mielentilasta...ja sen hetkinen kunto, jos ei kiinnosta se ei silloin kiinnosta... yhtenä päivänä kiinnostaa toisena ei.” T2*

Ruokailu on ehdoton ykkönen kaikille päiväkeskuksessa kävijöille. Samoin kortin sekä biljardin pelaaminen kuuluu suosittuihin tapoihin saada aika kulumaan.

*”harrastustoiminta, ruokailu, korttien peluu....pistepokka, biljardin peluu, vapaamuotonen keskustelua muiden kanssa..” A2*

Päiväkeskus B:ssä käytetään ratkaisukeskeistä työmenetelmää. Ratkaisukeskeisyydellä tarkoitetaan pyrkimystä ratkaista ongelmia ilman että niiden syntyhistoriaa tunnetaan. Tavoitteena on saada ihmiselle uusia näkökulmia, joiden avulla häntä kannustetaan menemään elämässä eteenpäin. Keskeistä ajattelussa on suuntautuminen tulevaisuuteen sekä toivon ja voimavarojen löytyminen. (Ratkaisukeskeinen työote-menetelmä. Haku päivä 31.7.2014.)

*”Ratkaisut tekee asiakas, ei työntekijä, ovat vain tukena asiakkaille.” T1*

Palvelunohjaus ei sisälly päiväkeskus B:n toimintaan.

*”Palvelunohjausta ei tehdä, papereita ei tehdä, katsotaan asiakkaan tarpeet, yksilölliset tarpeet....” T1*

Asiakkaan elämänhallintaa tuetaan erilaisilla käytännön elämistä helpottavilla toimenpiteillä.

*”Elämänhallintaa voi tukea asunnon hankinnassa, tai ohjaamalla palvelujen piiriin, varaa ajan tk:n” T1*

#### 4.1.3 Päiväkeskus C

Päiväkeskus C on aloittanut toimintansa marraskuussa 2013. Sen toiminta löysi paikansa neljän ensimmäisen kuukauden aikana. Kävijöitä päiväkeskuksessa on viidestä

kymmeneen henkilöä yhtenä päivänä viikossa. Päiväkeskuksen ja nuorten työpajan välillä on toimiva yhteistyö.

Toimintoja ja palveluita on päiväkeskus C:ssä, alkamisen ajankohdan huomioon ottaen, runsaasti.

*”keskustelu ,käsillä tekemistä, askartelua, liikuntaa, ruoanlaittoa, tapahtumat ystävänpäivän karaoketanssit...itse asiakkaat järjesti.....yhdessäolo....mahdollisuus, jos joku asiakas haluaisi keskustella kahden kesken ...verkostotoiminta” T1*

*”Meillä täällä erilaisia teemapäiviä ollut.... ruoanlaitto, jumppaa, ulkoilua isommalla porukalla, viettää ulkoilupäivää vaikka työntekijöiden kanssa.” A3*

*”Työpajanpojat käyneet porisemassa asiakkaiden kanssa, yksi asiakkaista on työllistynyt kuntouttavan työtoiminnan pariin.” T2*

Osallistuminen on innokasta ja asiakkaat odottavat seuraavaa kertaa, jolloin voivat mennä käymään päiväkeskuksessa.

*”Kaikkeen harrastustoimintaan osallistun, innolla olen mukana” A1*

*”osallistun kaikkeen, naisten ryhmässä mukana...osallistun keskusteluryhmään..kahvi ja tee, laitettu ruokaa, tanssittu ystävänpäivänä...pukeuduttu.....yhdelle päivälle viikossa on tarkoitus” A3*

Taulukko 8. Päiväkeskus C:ssä käytettävät menetelmät ja niiden käyttö.

KÄYTTÖ	
<b>Ohjaus- ja neuvontatyö</b>	Olohuoneessa olemista
<b>Tapahtumat</b>	ohjausta
<b>Vertaistuki</b>	vertaistukea
<b>Retket</b>	Harrastetoiminta
<b>Olohuoneessa oleminen</b>	keskusteluryhmiä
<b>Kahvi</b>	toiminnallisia ryhmiä
<b>vapaaehtoistyö</b>	retkiä

ryhmätoiminta	tapahtumat
keskusteluryhmät	Kahvi
toiminnalliset ryhmät	

Asiakkaat voivat vaikuttaa toiminnan suunnitteluun esittämällä ehdotuksia.

*”Toimintaa suunniteltu asiakkaan toiveiden pohjalta, päiväkirja, johon on saanut kirjoittaa toiveita ja mietteitä....” T2*

Vertaistukea asiakkaat saavat yhdessä olon myötä keskustelemalla omista kokemuksistaan.

*”Vertaistuki tulee luonnostaan kun asiakkaat jakavat asioita yms. Ei organisoitua vertaistukea vielä päivätupatoiminnassa. Vapaaehtoistoiminnan osuus on vielä vähäinen.” T3*

Palvelunohjausta ja suunnitelmia ei käytetä päiväkeskus C:ssä.

*”Eivät sisälly päivätuvan toimintaa.” T3*

## 4.2 Kokemukset menetelmien käytöstä

### 4.2.1 Päiväkeskus A

Päiväkeskus A:ssa olohuonetoiminta on sekä työntekijöiden että asiakkaiden mielestä hyödyllistä.

*”kohtaamispaikka olohuoneessa hyvää: mahdollistaa erilaisissa elämäntilanteissa olevien ihmisten vapaamuotoisen kohtaamisen.” T1*

*”Olohuonetoiminta on mielekästä, koska kaikille ei sovi ryhmätoimintaan osallistuminen.” T2*

Retket, esimerkiksi Ikeassa ja Pikku-Syötteellä käynti, on koettu olevan tarpeellisia, koska kaikilla asiakkailla ei ole mahdollisuuksia lähteä käymään kauempana, esimerkiksi ostoksilla.

*”Retket ja muut tapahtumat mahdollistavat virkistystä niillekin, joilla ei olisi itse muutoin taloudellisesti varaa vastaavaan toimintaan” T2*

Ryhmätoiminta koetaan molemmista näkökulmista katsottuna tarpeelliseksi. Esimerkiksi vertaisryhmätoiminta katsotaan olevan yhtä tärkeää asiakkaiden kuntoutumisen kannalta kuin hoitokin.

*”saadun palautteen pohjalta vertaisryhmät koetaan ainakin yhtä merkityksellisiksi kuntoutumisen kannalta kuin hoitokin” T2*

Taulukko 9. Päiväkeskus A:n toiminnassa hyväksi ja huonoksi koetut asiat

<b>Hyvät:</b>		Hyvät:
<b>Olohuone toiminta</b>		Olohuone toiminta
<b>Vertaistuki</b>		Ryhmätoiminta
<b>Kohtaamispaikka</b>		
<b>Auttava keskustelu</b>		Huonot:
<b>Kokemusasiantuntijuus</b>		Aukioloajat
<b>Vapaaehtoistoiminta</b>		
<b>Vaihtelua arkeen</b>		
<b>Huonot:</b>		
<b>Aukioloajat</b>		
<b>Ajanvaraus keskusteluun</b>		

Päiväkeskus A:n toiminnassa koetaan huonoksi vähäinen aukioloaika niin työntekijöiden kuin asiakkaiden taholta.

*”Aukioloajat, toivotaan että on enemmän auki viikonloppuisin” T1*

*”Aukioloajat eivät ole riittävät, kun ei ole illalla auki” A1*

#### 4.2.2 Päiväkeskus B

Päiväkeskus B:ssä koetaan monien menetelmien olevan toimivia ja hyviä.

*”Päiväkeskukseen aamusta nykyään tulen, kotona olisin neljän seinän sisällä pelkäämään, jos kävis kylillä helposti johtaisi juomiseen.” A2*

*”Uusia tuttavuuksia...ruokailu on hyvä, kotona ei kehtais niin monipuolisesti kuin mitä täältä saa... tietokone on hyvä olla, kun itellä ei ole.” A1*

*”Lähtökohtaisesti hyvät säännöt, minkä mukaan ollaan, luo turvallisuutta ei tarvi pelätä mitään.” A3*

*”Aina sellaisia ihmisiä paikalla, jos haluaa jutella, ei jää yksin.” A2*

Työntekijät puolestaan ovat tyytyväisiä nähdessään asiakkaan onnistuvan jossakin asiassa.

*”Tyytyväisyyden tunne kun asiakas löytää ratkaisun.” T1*

*”Asiakkaan onnistuminen, esimerkiksi leipomisessa.” T2*

Taulukko 10. Päiväkeskus B:n toiminnassa hyväksi ja huonoksi koetut asiat.

<b>Hyvät:</b>	Hyvät:
<b>Olohuone toiminta</b>	Olohuone toiminta
<b>Vertaistuki</b>	Ruokailu
<b>Kokemusasiantuntijuus</b>	Uudet tuttavat
<b>Vapaaehtoistoiminta</b>	Säännöt
<b>Retket</b>	Keskustelu mahdollisuus
<b>Kaikki mitä tehdään</b>	paikka missä olla
	Tietokone
<b>Huonot:</b>	
<b>Kiire</b>	Huonot:
	Aukioloajat

Päiväkeskus B:ssä asiakkaat kokivat huonoksi aukioloajat. Työntekijät puolestaan toivat esille kiireen.

*”Aukioloajat... aamusta herään..viikonloppuisin ei ole auki tulee katko käynnissä, muukki toiminnot paikoissa ne keskittyy viikolle, viikonloppuna hiljainen hetki, jolloin on mahdollisuus ajautua ryyppäämään.” A2*

*”ei ole lauantaina auki” A1*

#### 4.2.3 Päiväkeskus C

Päiväkeskus C:ssä asiakkaat toivoivat toiminnan jatkuvan, koska he kokivat sen olevan kokonaisvaltaisesti tärkeää heille. Asiakkaiden näkökulma teemapäivien asiantuntijoista oli myönteinen.

*”Positiivisesti tuoneet asioita esille, myönteisyys on hyvin tärkeä ihmiselle.” A1*

*”tosi hyviä kokemuksia, tarpeellista täällä” T2*

Taulukko 11. Päiväkeskus C:n toiminnassa hyväksi ja huonoksi koetut asiat

<b>Hyvät:</b>	Hyvät:
<b>Olohuone toiminta</b>	Olohuone toiminta
<b>Vertaistuki</b>	kahvi
<b>Asiakkaiden palaute</b>	Teema päivät
<b>Retket</b>	Ohjaajat
	yhdessä olo
<b>Huonot:</b>	paikka mihin mennä
<b>Toiminnan rahoitus</b>	
<b>aukioloajat</b>	Huonot:
	Aukioloajat
	leimautumisen pelko

Huonoksi päiväkeskustoiminnassa koettiin leimautuminen, aukioloajat sekä rahoitus.

*”Leimautumisen pelko pienellä paikkakunnalla, kynnys monesti korkeampi.” T1*

*”Toiminnalle ei ole ollut määriteltyä budjettia.” T2*

Asiakkailla huonoja kokemuksia ei ollut vaan he olivat tyytyväisiä toimintaan.

### 4.3 Toiminnan sekä menetelmien kehittämisen tarve asiakkaiden sekä työntekijöiden näkökulmasta

#### 4.3.1 Päiväkeskus A

Päiväkeskus A:ssa työntekijöiden mielestä päiväkeskustoimintaa voitaisiin kehittää lisäämällä vapaaehtoisten työnkuvaa sekä lisäämällä varsinaisia työntekijöitä. Myös aukioloaikoja voisi lisätä. Kehittämisen tarpeena nähtiin myös kokemusasiantuntijoiden osuuden lisääminen päiväkeskustoiminnan suunnittelussa ja esittelyssä.

*”Vapaaehtoisten rooli olohuone toiminnassa” T1*

*”Talon aukioloajat, lisää työntekijä resursseja, lisätä vapaaehtoistyöntekijöitä” T2*

*”vielä enemmän kokemusasiantuntijoita mukaan yhdistyksen toiminnan suunnitteluun ja esittelyyn” T2*

Päiväkeskus A:ssa oli käytössä auttava keskustelu, joka voidaan rinnastaa motivoivaan haastatteluun.

*”auttavan keskustelun voi rinnastaa motivoivaan haastatteluun” T2*

Taulukko 12. Päiväkeskus A:n kehittämisen tarve

**3 Toiminnan sekä menetelmien kehittämisen tarve työntekijöiden sekä asiakkaiden näkökulmasta**

Työntekijöitä lisää	Enemmän liikuntaryhmiä
Vapaaehtoisia lisää	Työntekijöitä lisää
Aukioloajat	
Motivoiva haastattelu/ auttava keskustelu	
Kokemusasiantuntija	

Asiakkaan mielestä päiväkeskukseen voisi palkata lisää ammattitaitoisia työntekijöitä, jotta kaikki asiakkaat saisivat riittävästi huomiota. Hän esitti myös toiveen liikuntaryhmien lisäämisestä.

*”kaikilla ohjaajilla voisi olla jonkunlainen tutkinto, auttaa kohtaamaan ihmisiä.” A1*

#### 4.3.2 Päiväkeskus B

Päiväkeskus B:n kehittämisen tarpeet kohdistuivat työntekijöiden lisäämiseen. Tällöin vältettäisiin työssä vallitsevaa kiirettä. Myös erilaisten ryhmien muodostamiseen olisi tarvetta.

*”Lisää vakituksia työntekijöitä, olisi hyvä jos keittäjäkin olisi vakituinen” T1*

*”ryhmiä, naisille oma ryhmä, korvaushoitolaisille oma ryhmä kokemusasiantuntija pitämään niitä... vertaistukea, joka on kokenut itse saman ymmärtää paremmin” T1*

Kysymykseen motivoivan haastattelun käytöstä, työntekijä vastasi, että heillä tehdään sitä ja sille on myös tarvetta.

*”on tarvetta ja sitähan täällä tehdäänkin , hirveän tärkeää motivoiva haastattelu” T1*

Päiväkeskustoimintaan kaivattiin myös lisää rahoitusta.



*”Enemmän rahaa, jotta pystyis vielä paremmin palvelemaan näitä asiakkaita.....” T2*

Taulukko 13. Päiväkeskus B:n kehittämisen tarve

<b>Kehittäminen:</b>	
<b>Uusia ryhmiä</b>	Aukiolo ajat
<b>Motivoivan haastattelun käyttö</b>	Musiikin soittotila
<b>Rahoitus</b>	Toimintaa viikonloppuisin
<b>Lisää työntekijöitä</b>	
<b>Lisää vapaaehtoisia</b>	

Asiakkaat puolestaan toivoivat toimintaa viikonlopuksi, esimerkiksi ulkoilua ja retkillä käymistä.

*”Viikonloppuna muutaman tunnin auki vaikka....” A1*

*”Viikonloppu hommaa, olis viikonloppunaki paikka mihin mennä ja se motivois pysymään selvillä.....” A2*

Asiakkaat osallistuivat jo motivoivan haastattelun käyttöön eri instanssissa. Heidän mielestään sellaiselle, joka ei käy hoidossa, mutta tulee päiväkeskukseen käymään, motivoivan haastattelun järjestäminen olisi hyvä asia.

*”olisi hyvä jos olisi mahdollisuus sellaisille, jotka ei käy varsinaisessa hoidossa” A3*

#### 4.3.3 Päiväkeskus C

Päiväkeskus C:n työntekijöillä oli paljon ajatuksia kehittämisestä. Haastatteluhetkellä päiväkeskuksessa oli ajankohtaisena asiana toimitilojen vaihtaminen.

*”ruokaryhmää kehitelty, pyykkikone, ompelukone...yhdessä työpajalaisten kanssa...suunniteltu enemmän....tilat tulee pienemmän tarjottu pikkutiloja” T1*

*”Kunnon toimitilat, pysyvyys toiminnalle, rahoitus pystytään kehittämään toimintaa....” T2*

Vakituisen työntekijän palkkaaminen päiväkeskukseen toisi jatkuvuutta toiminnalle, jolloin toimintaa pystyttäisiin kehittämään paremmin. Verkoston sitouttamisella ja tiiviillä yhteistyöllä sekä ohjausryhmän avulla saataisiin päiväkeskustoimintaa kehitettyä enemmän.

*”Pitäisi saada yksi vakituinen työntekijä...” T1*

*”Pystytään kehittämään toimintaa...kunta palkkaa työntekijän.” T2*

*”Verkostoa pitäisi sitouttaa ja koordinoijan työtakkaa vähentää. Päivätuvalla olisi hyvä olla yhteinen ohjausryhmä työpajan kanssa. Ohjausryhmä koordinoisi toimintaa, hoitaisi juoksevia asioita, huolehtisi budjetoinnin onnistumisesta ja edunvalvonnasta.” T3*

Ryhmätoimintaa ja erilaisia teemapäiviä toivottiin järjestettävän tulevaisuudessakin. Varsinkin asiakkaiden keskuudessa ilmeni kiinnostusta teemapäiviä kohtaan.

*”Erilaista ryhmätoimintaa, lisää erilaisia teemapäiviä” A2*

*”Ryhmäkeskustelujen myötä saa uutta katsantokantaa...” A1*

*”eri teemoilla jatkoa....” A3*

Päiväkeskus C kehittäisi yhteistyötä toisten kuntien päiväkeskusten kanssa

*”yhteistyö... aukaistiin päiväkeskus, saatiin kutsu avajaisiin .....kuinka paljon voitaisiin tehdä yhteistyötä päiväkeskusten välillä....19.6 kutsuttiin päiväkeskus....alueellinen yhteistyö, kesäleiri, viikonloppu leiri...” T2*

Taulukko 14. Päiväkeskus C: kehittämisen tarve

<b>Kehittäminen:</b>	
Lisää työntekijöitä	Aukiolo ajat

<b>Tiivis yhteistyö, kehittää verkostoa</b>	Toiminnan jatkuminen
<b>Rahoitus, budjetointi</b>	Keskusteluryhmiä lisää
<b>Toiminnan laajentaminen</b>	Motivoiva haastattelu
<b>Kunnon toimitilat</b>	
<b>Ohjausryhmä</b>	
<b>Edunvalvonta</b>	
<b>Motivoiva haastattelu</b>	

Motivoivan haastattelun käytölle olisi tarvetta sekä työntekijöiden että asiakkaiden mielestä.

*”Varmaan olisi käyttöä ja tarvetta.” T2*

*”Motivoivan haastattelun käytölle voisi olla tarvetta....asiakas itse haluaa useasti keskustella tai puhua.” T1*

*”....osallistuisin haastatteluun....” A1*

Asiakkaat toivoivat päiväkeskustoiminnan jatkuvan, koska se on tuonut merkityksen heidän elämään.

*”Toiminnan jatkuvuus” A2*

*”Mahdollisuus toiminnan jatkumiseen.... tiettyjä asioita mitä on ollut olis mukava niitä jatkaa...” A3*

#### 4.4 Tulosten analysointi

Mielenterveys – ja päihdeongelmallisille suunnattu päiväkeskustoiminta on matalan kynnyksen kohtaamispaikka, jossa huomioidaan asiakkaan tarpeet kokonaisvaltaisesti. Fyysisiä, sosiaalisia, psyykkisiä ja hengellisiä asioista tarkastellaan asiakkaan sen hetkisen elämäntilanteen perusteella. Päiväkeskustoiminta on avointa ja sinne voi saapua yksin

tai esimerkiksi a- klinikan tai muun auttavan tahon ohjaamana. Ainoana vaatimuksena on päihteettömänä olo. (Heimonen 2007, 19.) Haastattelujen myötä selvisi, että päiväkeskus on päihde- ja mielenterveysongelmallisille tärkeä ja tarpeellinen paikka. Päiväkeskukseen voi saapua ilman velvoitteita osallistua toimintaan. Asiakkaille on tärkeää että heillä on paikka mihin mennä. Päiväkeskuksessa käyminen ja toimintaan osallistuminen ovat vapaaehtoista. Vapaaehtoisuus alentaa kynnystä osallistua toimintaan. Tämän johdosta asiakkaat saapuvat sinne mielellään ja viihtyvät siellä. Päihteettömänä olo takaa turvallisuuden asiakkaille sekä työntekijöille.

Päiväkeskuksessa asiakkaalle tarjotaan tukea. Hänelle annetaan mahdollisuus osallistua erilaisen aktivoivien toimenpiteiden piiriin. Päiväkeskuksessa on myös mahdollisuus osallistua kansalaistoimintaan. Vertaistukea asiakas saa toisilta asiakkailta sekä kokemusasiantuntijoilta. Päiväkeskuksessa tehdään verkostoyhteistyötä, joka luo ja ylläpitää asiakkaan tarvitsemia verkostoja. Päiväkeskuksen tehtävänä on myös tukea asiakasta palveluketjujen muodostamisessa. (Heimonen 2007, 20.)

Opinnäytetyön tulosten perusteella päiväkeskustoiminta tukee asiakkaiden elämänhallintaa sekä rytmittää heidän elämää normaaliin arkielämään sopivaksi. Päiväkeskustoiminta tukee asiakkaan pyrkimystä päihteettömään elämään. Siellä he saavat hyväksyntää sekä vertaistukea toisilta asiakkailta. Asiakkaiden keskuudessa syntyy myös uusia tuttavuuksia sekä kavereussuhteita. Päiväkeskuksessa asioiden hoitaminen sujuu helposti puhelimella sekä tietokoneella. Työntekijät, vapaaehtoiset ja vertaistuelliset opastavat, neuvovat sekä tukevat asiakkaita asioiden hoitamiseen, hoitoon hakeutumiseen, arkielämän hallintaan ja elämänlaadun parantamiseen.

Jokaista koskevat tasa-arvoiset säännöt takaavat asiakkaalle oman rauhan olla ja osallistua halutessaan päiväkeskustoimintaan. Ketään ei pakoteta osallistumaan toimintaan. Asiakkaiden toiveita kuunnellaan ja niitä pyritään mahdollisuuksien mukaan toteuttamaan, jos toimintaan varattu budjetti sen sallii.

Päiväkeskustoiminta mahdollistaa mielenterveys – ja päihdeongelmaisen elämänhallinnan ja hyvinvoinnin lisäämisen luomalla eteenpäin vievää toivoa asiakkaiden elämään.

Vuorovaikutussuhteiden ylläpitäminen ympäröivään maailmaan edesauttaa asiakkaan mahdollisuuksia päästä eroon omaa elämää vainoavista ahdistavista ajatuksista, jotka ajavat asiakkaita käyttämään päihderippuvuuden lisäksi päihteitä.. Lapsena vanhempien taholta kaltoinkohtelua kokeneen ihmisen ei ole koskaan liian myöhäistä rakentaa toimivia ihmissuhteita. Toivottomia ”tapauksia” ei ole olemassa. (Lund 2006, 71 - 74.) Päiväkeskuksessa ohjataan ja neuvotaan asiakkaita ottaen huomioon heidän yksilölliset tarpeet. Ratkaisukeskeinen työmenetelmä antaa asiakkaalle mahdollisuuden löytää itseltään millä hän voi parantaa omaa elämänhallintaa ja – laatua.

Työntekijät tukevat, neuvovat ja antavat ohjausta tarvittaessa. (Mielenterveys- ja päihdepalvelut. Hakupäivä 28.6.2014.) Tutkimuksessa selvisi, että työntekijät ovat ammattilaisia omassa työssään. He pitävät työtä mielenterveys- ja päihdeongelmaisten parissa hyödyllisenä. Toisaalta jokaiseen päiväkeskukseen toivottiin lisää työntekijöitä, jotta asiakkaita voidaan tukea, neuvoa ja ohjata entistä tehokkaammin.

## 5 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimuskysymyksinä opinnäytetyössä ovat:

1 Mitä työmenetelmiä päiväkeskustoiminnassa käytetään asiakastyössä?

2 Miten asiakkaat ja työntekijät kokevat työmenetelmien käytön?

Kaikissa kolmessa päiväkeskuksessa tarjotaan samanlaisia mahdollisuuksia osallistua toimintaan, mutta tarjonnan laajuudessa on eroja paikkakunnasta riippuen. Kaupunkien tarjonta, joissa toimintaa järjestävät yhdistykset, on suurempaa kuin kunnan järjestämä toiminta.

Päiväkeskustoiminnassa työmenetelmät toimivat käytännössä asianmukaisella tavalla ja asiakkaat hyötyvät niistä. Erilaiset aktivoivat toimet, esimerkiksi ryhmä- ja harrastetoiminta, koettiin olevan hyödyllisiä sekä asiakkaiden että työntekijöiden näkökulmista katsottuna. Verkostovaikuttamisessa verkostojen luominen ja niiden säilyttäminen katsottiin olevan tärkeitä asiakkaan hyvinvoinnin lisäämisen suhteen.

Päiväkeskuksissa on ammattitaitoisia työntekijöitä, jotka hallitsevat menetelmien käytön. Lisäksi päiväkeskustoiminnassa on mukana vapaaehtoistyöntekijöitä ja kokemus-asiiantuntijoita, joiden työpanosta voidaan pitää tarpeellisena.

Jokaiseen päiväkeskukseen toivotaan lisää ammattitaitoisia työntekijöitä. Myös vapaaehtoistyöntekijöiden ja kokemusasiiantuntijoiden osuutta lisättäisiin mielellään. Työmenetelmät ovat samanlaisia, mutta alueellisten erojen myötä niiden toteuttaminen käytännössä tapahtuu eri tavalla.

Haastattelussa kysyttiin sekä työntekijöiltä että asiakkailta, miten he suhtautuisivat motivoivaan haastatteluun, jos sitä käytettäisiin työmenetelmänä päiväkeskuksessa. Motivoivaa haastattelua kuvataan asiakaskeskeiseksi ohjausmenetelmäksi. Motivoivalla eli motivaatiota selvittävällä haastattelulla pyritään vaikuttamaan ihmisen sisäisen motivaati-

tion muuttamiseen tutkimalla ja selvittämällä ongelmakäyttämisen syitä. (Motivoiva haastattelu. Hakupäivä 29.7.2014.) Motivoivan haastattelun myötä, jos sitä toteutetaan useampaan kertaan, asiakkaan ajattelussa voi tapahtua muutosta. Jatkuvuuden huolehtiminen tuo asiakkaalle tunteen, että hänestä välitetään. (Lappalainen-Lehto ym. 2007, 158 - 159.)

Yhdessä haastatelluista päiväkeskuksista on käytössä auttava keskustelu, jonka voi rinnastaa motivoivaan haastatteluun. Ratkaisukeskeistä työote-menetelmää käyttävässä päiväkeskuksessa asiakkaalla on mahdollista osallistua halutessaan motivoivan haastattelun käyttöön. Katkaisu- ja vieroitushoidossa kulkevat päiväkeskuksen asiakkaat eivät kokeneet tarvitsevansa motivoivaa haastattelua, koska he osallistuivat siihen muualla. Marraskuussa 2013 toimintansa aloittaneessa päiväkeskuksessa motivoivaa haastattelua pidettiin tarpeellisen ja asiakkaat osallistuisivat siihen mielellään.

Mahdollisuus käydä päiväkeskuksessa iltaisin ja viikonloppuisin on monen asiakkaan toive. Aukioloaikojen lisäämistä toivotaan. Toiminta iltaisin ja viikonloppuisin tarjoaa asiakkaalle paikan mihin mennä. Heidän ei tarvitse olla yksin kotona eikä ajautua kylille/ kaupungille ”ryyppäämään” kavereiden kanssa.

Työmenetelmät päiväkeskuksissa ovat asialliset ja toimivat. Työntekijät ovat ammattitaitoisia ja he suhtautuvat asiakkaisiin palveluhenkisesti. Asiakkaat kokevat tarpeelliseksi olohuonetoiminnan, ruokailun sekä mahdollisuuden keskustella asioista työntekijöiden ja toisten asiakkaiden kanssa. Ryhmä- ja harrastetoiminnat tuovat väriä asiakkaan elämään.

## 6 POHDINTA

Päiväkeskustoiminta on eräänlainen portti päihteidenkäyttäjille kohti normaalia elämää. Siellä he voivat olla rauhassa, pohtia omaa elämää työntekijöiden ja toisten asiakkaiden kanssa. Päiväkeskuksessa heille tarjotaan muun muassa mahdollisuus ruokailuun, peseytyä ja käyttää tietokonetta. Kaiken tämän tarkoituksena on tukea asiakkaan elämänhallintaa ja parantaa heidän elämänlaatuaan. Kuitenkin päihteiden käytön viehätys vie välillä ihmismielestä voiton ja he ajautuvat takaisin vanhaan elämäntyyliin. Osaltaan tähän vaikuttaa kaveripiiri missä he liikkuvat.

Ennaltaehkäisevään työhön pitäisi panostaa nykyistä enemmän. Korjaava työ tuntuu monelta osin olevan riittämätöntä, koska ihmiselle on jo kertynyt paljon ahdistusta ja epätoivoa aiheuttavia asioita, joiden myötä päihteiden käyttö pysyy ennallaan tai lisääntyy johtaen jopa kuolemaan. Päihdeongelmaisen olisi tärkeää huomata itsessään olevan heikkouden ja myöntää se itselle, ilman että syyttää ”ryyppyputken” alkamisen johtuvan muista sillä hetkellä hänen elämässään olevista ihmisistä ja asioista.

Toisaalta ihmisten asenteet päihteiden käyttäjiä kohtaan voisivat pikkuhiljaa muuttua toisenlaiseksi. Asennemuutoksen myötä ihmiset puuttuisivat läheisiensä päihteidenkäyttöön entistä varhaisemmassa vaiheessa. Päihteiden käyttö tuotaisiin esille eikä siitä tehtäisi salattavaa asiaa. Toisin sanoen häädettäisiin ”virtahepo olohuoneesta” pois

Naisten osuuden lisääntyessä päiväkeskuksen kävijämäärässä on hälyttävää. Tämä kertoo naisten lisääntyneestä päihteiden käytöstä. Naiset voivat huonosti, joten miten heidän lapsensa mahdollisesti voivat?

Työmenetelmänä käytettävällä motivoivalla haastattelulla voitaisiin jo varhaisessa vaiheessa ennaltaehkäistä ja auttaa päihdekierteeseen joutunutta ihmistä, jos asiakkaalla on riittävästi omaa halua ja tarvetta pyrkiä eroon päihteiden käytöstä. Päiväkeskuksissa motivoivaa haastattelua voitaisiin käyttää ilman että mitään kirjattaisiin ylös. Asiakas voisi vapaasti työntekijän kanssa puhua omia ajatuksiaan, kertoa menneisyydestään ja pohtia miten voi parantaa omaa elämänlaatua ja -hallintaa.

Kaiken kaikkiaan päiväkeskustoiminta matalan kynnyksen paikkana on mitä mainioin mahdollisuus koettaa päästä eroon elämää hallitsevista syistä, jotka ajavat ihmistä käyt-



tämään päihteitä. Päiväkeskustoimintaan osallistuminen on vapaaehtoista, jolloin siihen ei sisälly mitään velvoitteita asiakkaan taholta. Vapaaehtoisuuden luulisi lisäävän motiivia parantaa omaa elämänlaatua.

Päihteiden käytön syitä valaisee hyvin kirja ”On rakkautes ääretön”, joka on koskettava kuvaus sukupolvien läpi jatkuvasta toiminnasta, jota ei saada loppumaan. Syitä käyttää päihteitä on todellakin monia, mutta päihteiden käytön malli saadaan lähipiiristä joko omien vanhempien taholta tai kaveriporukan myötä.

Nykyään masennus on lisääntynyt elinolosuhteiden ollessa turvattomat ja epävakaat. Usko tulevaisuuteen horjuu ja toivo paremmasta elämästä katoaa. Elämässä pitää olla haaveita, toiveita ja uskallusta elää. Päiväkeskustoiminta antaa virikkeitä ja tarkoitusta muuten tyhjälle elämälle, jota hallitsee riippuvuus jotakin päihdettä kohtaan.

## LÄHTEET

Eskola, Jari 2007. 6-8? (Teema)haastattelututkimuksen toteuttamisesta. Teoksessa Viinämäki, Leena & Saari, Erkki (toim.). Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Tammi. Helsinki. Sivut 32 - 46.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha 1996. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Lapin Yliopisto. Rovaniemi.

Glad, Tania & Nurmela-Tulp, Anu 2011. Työ tekijäänsä opettaa : kuvaus päiväkeskus Stoorin työntekijöiden työotteesta ja työntekijöiden näkemyksiä sen terveyttä edistävästä vaikutuksista. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak etelä Helsinki. Sairaanhoidaja (AMK).

”Hyvinvointi hakusessa, riippuvuus riskinä”-hanke.2013. Hakupäivä 5.4.2014. <<http://www.sosiaalikallega.fi/hankkeet/hyvinvointi-hakusessa>>

Hietala, Miska & Lepikko, Rita & Toivanen, Kaisa 2014. ”Yhteinen olohuone” mielen-terveys- ja päihdetyön päivätoiminnan kehittämissuunnitelma. Diakonia ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma.

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2001. Tutkimushaastattelu teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Yliopistopaino. Helsinki.

Ihalainen, Jarmo & Kettunen, Terttu 2011. Turvaverkko vai trampoliini sosiaaliturvan mahdollisuudet. Wsoypro. Helsinki

Juntunen, Asta 2012. Lähellä ihmistä – palvelut sujuvasti meille kaikille. Teoksessa Juntunen, Asta (toim.). Lähipalveluita kaikille – totta vai tarua? Sininauhaliitto. Multiprint. Sivut 8 - 13.

Kuhanen, Carita & Oittinen, Pirkko & Kanerva, Anne & Seuri, Tarja & Schubert, Carla 2010. Mielenterveys hoitotyö. Wsoypro Oy. Helsinki.

Kunnas, Kirsi 2004. Hakupäivä 1.6.2014. < <http://www.kysy.fi/kysymys/mita-tarkoittaa-sanonta-happamia-sanoi-kettu-pihlajanmarjoista> >

Kähkönen, Kimmo & Pekkala, Suvu 2009. ”Semmoisena väliportaana takaisin normaaliin elämään”: tukea päihteettömyyteen ja toisiin mahdollisuuksiin päiväkeskuksessa. Pro gradu- tutkielma. Lapin yliopisto.

Lappalainen-Lehto, Riitta & Romu, Maija-Liisa & Taskinen, Mailis 2007. Haasteena päihdeet ammatillisen päihdetyön perusteita. Wsoy oppimateriaalit Oy. Helsinki.

Low-threshold 2013. Hakupäivä 6.5.2014. <[http://www.pksotu.fi/pksotu/wp-content/uploads/2014/02/ENPI\\_Low-threshold\\_24022014.pdf](http://www.pksotu.fi/pksotu/wp-content/uploads/2014/02/ENPI_Low-threshold_24022014.pdf)>

Low threshold places 2014. Hakupäivä 15.8.2014. <[http://www.pksotu.fi/pksotu/wp-content/uploads/2014/02/ENPI\\_Low-threshold\\_03032014\\_PPT.pdf](http://www.pksotu.fi/pksotu/wp-content/uploads/2014/02/ENPI_Low-threshold_03032014_PPT.pdf)>

Lund, Pekka 2006. Torjuttu toivottomuus. WS Bookwell oy. Juva.

Liukko Eeva 2009. PERUSSOSIAALITYÖN MAHDOLLISUUKSIA – helsinkiläisten projektien näkökulmia sosiaalityön ammatillisiin käytäntöihin. Helsingin yliopisto. Yhteiskuntapolitiikan laitos. Sosiaalityön ammatillinen lisensiaatintutkimus

Matalan kynnyksen palvelut 2014. Hakupäivä 1.6.2014. <[http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/neuvoa-antavat-fi/matalan-kynnyksen-palvelut](http://www.thl.fi/fi_FI/web/neuvoa-antavat-fi/matalan-kynnyksen-palvelut)>

Mielenterveys- ja päihdepalvelut 2014. Hakupäivä 28.06.2014.  
 <<http://www.hel.fi/www/Helsinki/fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/mielenterveys-ja-paihdepalvelut/toiminta/>>

Motivoiva haastattelu 2011. Hakupäivä 29.7.2014.  
 <<http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/644-motivoiva-haastattelu>>

Mäenpää, Marketta 2007. "Täähän on helmi kelle vaan" : asiakkaiden näkemyksiä Huit-  
 tisten päiväkeskuksesta arjen tukena. Satakunnan ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja ter-  
 veysalan Porin yksikkö. Sosionomi(AMK).

Oittinen, Satu 2011. Arkea Toimarissa, Toimaria arjessa: päiväkeskus Toimarin merki-  
 tys asiakkaiden arjessa. Mikkelin ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.

Pietilä, Ilkka 2010. Ryhmä- ja yksilöhaastattelun diskursiivinen analyysi. Kaksi aineis-  
 toa erilaisina vuorovaikutuksen kenttinä. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna & Tiittula,  
 Liisa (toim.). Haastattelu tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Gummerus kirjapaino oy.  
 Jyväskylä. Sivut 212 - 241.

Pohjola, Anneli 2007. Eettisyyden haaste tutkimuksessa. Teoksessa Viinamäki, Leena  
 & Saari, Erkki (toim.). Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen.  
 Tammi. Helsinki. Sivut 11 – 31.

Paihdelinkki 2011. Hakupäivä 2.6.2014. <<http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/111-alkoholinkaytto-suomessa>>

Päihderiippuvuus 2014. Hakupäivä 14.8.2014.  
 <<http://www.myllyhoito.fi/riippuvuudesta-toipumiseen/paehderiippuvuus>>

Ratkaisukeskeinen työmenetelmä 2006. Hakupäivä 31.7.2014.  
 <[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=onn00012&p\\_teos=onn&p\\_selaus=9510](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=onn00012&p_teos=onn&p_selaus=9510)>

Ruusuvuori, Johanna & Nikander, Pirjo & Hyvärinen, Matti 2010. Haastattelun analyysin vaiheet. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna & Nikander, Pirjo & Hyvärinen, Matti (toim.). Haastattelun analyysi. Vastapaino. Tampere. Sivut 9 – 39.

Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa 2005. Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa (toim.). Haastattelu tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Gummerus kirjapaino oy. Jyväskylä. Sivut 22 – 56.

Sosiaaliportti 2013. Hakupäivä 16.12.2013. <<http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/hyvakaytanto/kuvaus/?PracticeId=4217a197-42f8-46e4-9eae-6c1675b2845b>>

Tiittula, Liisa & Ruusuvuori, Johanna 2005. Johdanto. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa (toim.). Haastattelu tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Gummerus kirjapaino oy. Jyväskylä. Sivut 9 – 21.

Tilasto- ja indikaattoripankki SOTKANet. Katkaisuhoidoasemat, asiakkaita vuoden aikana, kunnan kustantamat palvelut. Tulostettu 30.6.2014.  
 <<http://uusi.sotkanet.fi/portal/page/portal/etusivu/hakusivu/tulossivu?regionCount=1&currentEvent=getData&sexCount=2&setId=p85c1a784c430d8f8dd35a84a2d490a8e32835e19e936bc&indCount=1&yearCount=4>>

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Gummerus kirjapaino Oy. Jyväskylä.

Työmenetelmä 2014. hakupäivä 1.7.2014  
 <<https://www.innokyla.fi/web/malli189268/toimintamalli/-/kommentointi/muokkaa/1/0/0>>

Vilka, Hanna 2006. Tutki ja havainnoi. Tammi. Helsinki.

## LIITTEET

## OPINNÄYTETYÖN HAASTATTELURUNKO JA HAVANNOINNINKOhteet

Tutkimuskysymykset:

- 1 Mitä menetelmiä päiväkeskustoiminnassa käytetään asiakastyössä?
- 2 Miten asiakkaat ja työntekijät kokevat menetelmien käytön?

Toteutan haastattelun teemahaastattelun muodossa.

Alustavat tiedot työntekijä:

- ✚ Mikä koulutus sinulla on?
- ✚ Onko sinulla työkokemusta päihdetyön/mielenterveystyön yksiköistä?
- ✚ Kuinka kauan olet ollut töissä päiväkeskuksessa?
- ✚ Onko sinulla koulutusta päiväkeskuksessa käytettäviin menetelmiin?

## 1 Toiminnassa käytettävät menetelmät

- ✚ Mitä menetelmiä päiväkeskuksessa käytetään?
- ✚ Ketkä voivat osallistua päiväkeskus toimintaan?
- ✚ Huumeiden käyttäjät, voivatko he tulla päiväkeskukseen?
- ✚ Miten asiakkaat käyttävät menetelmiä?
- ✚ Millä tavalla asiakkaat suhtautuvat menetelmien käyttöön?
- ✚ käytetäänkö toiminnassa vertaistukea ja vapaaehtoistoimintaa?
- ✚ verkostoyhteistyö, mitä kattaa ja kuinka on laajaa?
- ✚ Palvelunohjaus ja suunnitelmat, miten toimivat käytännössä?
- ✚ Mitä menetelmiä käytätte elämäntilanteen parantamiseksi?
- ✚ Minkälaista ryhmätoimintaa järjestätte?
- ✚ Järjestättekö asiakkaille sosiaali-ohjausta?
- ✚ Onko asiakkaalla mahdollisuutta osallistua toiminnan suunnitteluun?

Kysymykset asiakas

- ✚ Mihin harrastustoimintaan osallistut?
- ✚ Osallistutko keskustelu ryhmiin?
- ✚ Käytätkö mahdollisuutta ruokailla ja peseytyä?
- ✚ Luetko päivän lehden ja käytätkö tietokonetta?
- ✚ Oletko saanut ohjausta asioihin?

### Havainnointi asiakas

- ✚ Miten asiakas osallistuu menetelmien käyttöön?
- ✚ Onko asiakas innostunut toiminnasta?
- ✚ Asiakkaan asenne käytettäviin menetelmiin ja toimintaan?

### 2 Kokemukset menetelmien käytöstä

#### Työntekijä

- ✚ Millaisia kokemuksia sinulle on kertynyt menetelmien käytöstä?
- ✚ Hyvät?
- ✚ Huonot?

#### Asiakas

- ✚ Mitä hyviä kokemuksia sinulla on päiväkeskuksesta?
- ✚ Mitä huonoja kokemuksia sinulla on päiväkeskuksesta?