

Voltti-avokuntoutuskurssit elämänhallinnan tukena nuorten kokemusten mukaan

MINNA NIEMINEN
Tampereen yliopisto
Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö
Sosiaalityön pro gradu -tutkielma
Toukokuu 2012

TAMPEREEN YLIOPISTO

Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö

NIEMINEN, MINNA: Voltti-avokuntoutuskurssit elämönhallinnan tukena nuorten kokemusten mukaan.

Pro gradu – tutkielma, 68 sivua, 2 liitesivua

Sosiaalityö

Ohjaaja: Hannele Forsberg

Toukokuu 2012

Tutkielmani tarkoituksena on selvittää, mitä Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry:n järjestämille Voltti-avokuntoutuskursseille osallistuneet nuoret kertovat oman kokemuksensa mukaan Voltti-kursseista ja niiden hyödyllisyydestä. Lisäksi kiinnostuksen kohteenani on selvittää, onko nuorten elämäntilanne muuttunut jotenkin Voltti-kurssin jälkeen, ovatko Voltti-kursseilta saadut työkalut edelleen nuorten käytössä ja ovatko Voltti-kurssit olleet tukemassa nuorten elämönhallintaa. Aineistona käytän Voltti-kursseille osallistuneiden nuorten teemahaastatteluja, joita olen analysoinut sisällönanalyysin ja teemoittelun keinoin. Tutkimukseni näkökulmana on laadullinen asianosaisarviointi ja tutkimukseni tarkoitus on tuoda esiin nuorten omat kokemukset Voltti-kursseista

Aineiston perusteella nuoret hyötyivät Voltti-kursseista hyvin eri tavoin, mutta myös yhtäläisyyksiä oli löydettävissä. Osalle nuorista Voltti-kurssi oli elämänlaatua ja elämönhallintaa parantava ja osa nuorista puolestaan koki, ettei Voltti-kurssilla ollut mitään annettavaa heille eikä heidän elämäntilanteensa muuttunut lainkaan Voltti-kurssin jälkeen.

Nuoret puhuivat Voltti-kursseista hyvin positiivisessa valossa ja voidaankin todeta, että oleminen kurssilla ja osallistuminen ryhmässä tehtäviin toiminnallisiin ohjelmiin oli jokaiselle nuorelle hyvä ja piristävä kokemus. Etenkin vertaistuen saaminen oli nuorille tärkeää. Toiset nuoret saivat kurssilta työkaluja ja uusia ajattelumalleja, joita he hyödyntävät edelleenkin arjessa toimiessaan. Toiset nuoret puolestaan palautuivat täysin samaan lähtötilanteeseen, kuin missä he olivat ennen Voltti-kurssia.

Aineiston perusteella voidaan todeta, että Voltti-kurssi oli myönteinen kokemus nuorille ja se antoi heille sysäyksen kuntoutumiselle. Nuoret toivat kuitenkin esiin tarpeensa jatkokuntoutukselle ja jatkotuelle.

Avainsanat: Nuoruus, elämönhallinta, laadullinen asianosaisarviointi, avokuntoutuskurssit, Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry

UNIVERSITY OF TAMPERE
School of Social Sciences and Humanities

NIEMINEN MINNA: Young participants' experiences of the Voltti open rehabilitation courses as a support of their life management.

Master's thesis, 68 pages, 2 appendix pages

Social Work

Supervisor: Hannele Forsberg

May 2012

The purpose of my study is to examine what the young people who participated into Voltti-rehabilitation courses organized by the registered association Pirkanmaan Ihmissuhdetyö gained and thought of the courses and their usefulness on the basis of their own experiences. Furthermore I am interested in finding out firstly whether the situation in participants' life has changed somehow after the Voltti-rehabilitation course, secondly whether the participants still use the tools achieved at the Voltti-rehabilitation course, and thirdly whether the Voltti-rehabilitation course has to some extent supported the participants' life management.

The material used in this study consists of the interviews of the participants' at the Voltti-rehabilitation courses. I have analyzed the interviews using the methods of content analyzing and theming. The viewpoint of this study is a qualitative litigant evaluation. I also want to adduce the participants' personal experiences concerning the Voltti-rehabilitation course.

On the basis of the material the participants achieved benefit from the Voltti-rehabilitation courses in different ways. However, some similarities concerning the benefits were found. For some of the participants the Voltti-rehabilitation course brought improvement into their life management and quality of life. Whereas, for some participants the Voltti-rehabilitation course did not give anything. Neither did it make their life situation any better after the course.

The feedback given by the participants on the Voltti-rehabilitation course was very positive. You can neither deny the fact that attending the course and taking part into different kinds of group tasks and activities was a refreshing and good experience for each of the participants. Especially being able to get peer support was one of the most important experiences for the participants. New tools and thinking patterns that are still used today were gained by some of the participants while some of the participants have returned to the exactly same situation they had before the Voltti-rehabilitation course.

On the basis of the material it can be affirmed that attending Voltti-rehabilitation course was a positive experience for the participants and it motivated them to rehabilitate themselves. However, the participants emphasized the fact that they would need further rehabilitation, as well as support after having finished the rehabilitation course.

Keywords: Youth, life management, qualitative litigant evaluation, open rehabilitation, Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry

SISÄLLYS

1. JOHDANTO	1
2. NUORUUS ELÄMÄNVAIHEENA	4
2.1 Pidentynyt nuoruus ja haasteellinen aikuisuus	5
2.2 Nuorten elämänhallinta ja sosiaalinen selviytyminen	7
2.3 Nuorten riski joutua yhteiskunnan marginaaliin	9
3 NUORILLE SUUNNATUT AVOKUNTOUTUSKURSSIT JA NIIDEN ARVIOINTI	14
3.1 Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry	14
3.2 Nuorten Voltti-avokuntoutuskurssien kohderyhmät, sisällöt ja työmenetelmät	15
3.3 Laadullinen asianosaisarviointi	19
3.4 Kuntoutus arvioinnin kohteena	22
3.5 Aikaisempaa tutkimusta nuorten kuntoutuksen arvioinnista	22
4. TUTKIMUSASETELMA JA AINEISTO	27
4.1 Tutkimusongelma ja tutkimuskysymykset	27
4.2 Aineistona Voltti-avokuntoutuskursseille osallistuneiden nuorten haastattelut	28
4.3 Tutkimusmenetelmänä sisällönanalyysi ja teemoittelu	32
4.4 Analyysin toteutus	33
5. NUORTEN KOKEMUS VOLTITI-KURSSEISTA	35
5.1 Nuorten puhe ajasta ennen Voltti-kurssia	36
5.1.1 Psykkinen tai fyysinen sairaus iso osa elämää	36
5.1.2 Haasteet opinnoissa ja työelämässä	38
5.1.3 Elämä ilman sisältöä ja sosiaalisia suhteita	40
5.2 Nuorten puhe ajasta Voltti-kurssin aikana	42
5.3 Nuorten puhe ajasta Voltti-kurssin jälkeen	49
5.3.1 Voltti-kurssin tuoma positiivinen muutos	49
5.3.2 Voltti-kurssi ei tuonut muutosta lainkaan nuorten elämäntilanteisiin	51
5.3.3 Voltti-kurssi mahdollisti muutoksen, mutta perusongelma on edelleen sama	53
5.4 Mikä nuoria auttoi, mitä he jäivät kaipaamaan	54

6. YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET	56
LÄHTEET	63
LIITTEET	69
Liite 1. Haastattelurunko	69
Liite 2. Kirje Voltti-kurssin käyneille nuorille	71

1.JOHDANTO

Nuoruus on oma elämänvaiheensa, jonka keskeinen tehtävä on nuoren kehittyminen fyysisesti, psyykkisesti ja seksuaalisesti aikuiseksi. Nuoruus on tärkeä ikävaihe sillä se luo pohjan yksilön myöhemmälle terveydelle ja elämäntavalle. Nuoruudessa omaksuttu elämäntapa sekä koulutus- ja elämänuran valinta ovat pohjana aikuisiän terveydelle ja hyvinvoinnille. (Rimpelä 2010, 14.) Nuorisotyön valtakunnallisen palvelu- ja vaikuttajajärjestön Allianssin tekemän tutkimuskoosteen Young People in Finland 2010 mukaan vuonna 2009 Suomen väkiluvusta 18,7 prosenttia oli 15 - 29-vuotiaita nuoria. Tutkimuskoosteen mukaan suurin osa suomalaisista nuorista voi hyvin ja nuorten enemmistön hyvinvointi on jopa lisääntynyt. Viides osa suomalaisista nuorista voi kuitenkin huonosti ja usealle heistä kasautuu vakavia ongelmia. Asunnottomien nuorten määrä on kääntynyt kasvuun, nuorten maksuhäiriöt ovat kaksinkertaistuneet, noin 200 nuorta jää vuosittain ilman peruskoulun päättötodistusta ja noin 8000 nuorta jokaisesta ikäluokasta jää ilman jatkokoulutusta. Lisäksi nuorten työttömyysaste on noussut korkealle ja edelleen neljäsosa työvoimaan kuuluvista nuorista on työttömänä. (Allianssi 2010, 5-6).

Lapsen kasvu ja kehitys kohti nuoruutta ja nuoren kehitys kohti aikuisuutta edellyttävät koko elinkaaren ajan perheen ja yhteiskunnan tukea (Opetusministeriön 2007, 10). Nuoren itsensä ja myös yhteiskunnan kannalta lasten ja nuorten hyvinvointiin ja terveyteen panostaminen on ensisijaisen tärkeää, sillä tällä tavoin investoidaan tulevaisuuden työvoimaan ja aktiiviseen kansalaisuuteen. Opetusministeriön nuorisoyksikön tavoiteasettelussa ovat esillä nuorten syrjäytymisen ehkäiseminen, uusien työllistämismahdollisuuksien paikantaminen sekä kansalaisuuden ja osallisuuden tukeminen. (Opetusministeriön 2007, 10-13.) Myös nuorisopolitiikka on 2000-luvulla tullut entistä tärkeämmäksi ja noussut politiikan keskiöön. Uudenlainen suhtautuminen lapsi- ja nuorisopolitiikkaan liittyy suureksi osaksi huoleen työvoiman riittävydestä ja kysymykseen, kuinka jokainen nuori saataisiin mukaan työ- ja yhteiskuntaelämään (Aaltonen 2011, 15).

Kohderyhmänä nuoret saattavat jäädä sosiaalityön asiakasryhmänä marginaaliin. Sosiaalityössä lapset ja varhaisnuoret huomioidaan lastensuojelun kautta, mutta nuorille aikuisille ei välttämättä löydy oikeanlaisia palveluja. Nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi on kuitenkin tarjolla erilaisia nuorisoprojekteja ja nuorten hyvinvointiin tähtääviä kursseja. Esimerkiksi Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry järjestää Kansaneläkelaitoksen rahoittamana nuorille työ- ja toimintakykyä

edistäviä avokuntoutuskursseja. Näiden kurssien tavoitteena on tukea ja vahvistaa nuorten valmiuksia, selvittää työelämän ja opiskelun haasteista, palauttaa työ- ja toimintakykyä työstämällä niitä psyykkisiä ongelmia, joiden vuoksi nuori on mahdollisesti joutunut työkyvyttömäksi. Lisäksi yhtenä tavoitteena on auttaa nuoria löytämään keinoja elämänlaadun ja toimintakyvyn kohentamiseksi. Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry:n järjestämien avokuntoutuskurssien tavoitteena on siis tukea nuorten integroitumista työelämään ja vahvistaa heidän elämänhallintaansa.

Kiinnostukseni aiheeseen nousi jo aikaisemmassa vaiheessa opintojani, kun opiskelin nuorisotyön ja nuorisotutkimuksen opintokokonaisuutta. Lisäksi tein kandidaatin tutkielmani työn ja koulutuksen ulkopuolella elävien nuorten sosiaalisista verkostoista. Kiinnostukseni nuorten hyvinvoinnin lisäämiseen on edelleen suuri ja etenkin, kun kohtaan työssäni lastensuojelun sosiaalityöntekijänä päivittäin nuoria, jotka kamppailevat oman hyvinvointinsa sekä yhteiskunnan tuomien haasteiden kanssa. Lisäksi aiheen ajankohtaisuus on yksi tekijä, joka sai minut kiinnostumaan ja tutkimaan juuri nuorten kuntoutuskurssien hyödyllisyyttä nuorten itsensä kokemina.

Tutkin tässä pro gradu -tutkielmassa laadullisen arviointitutkimuksen keinoin nuorten aikuisten kokemuksia Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry:n järjestämistä Voltti-kursseista. Tarkastelen nuorten aikuisten elämäntilannetta avokuntoutusta ennen, sen aikana ja sen jälkeen. Pyrin siis selvittämään, miten tutkittavien oman näkemyksen mukaan avokuntoutus on vaikuttanut heihin ja onko se ollut tukemassa nuorten elämänhallintaa. Keskityn tarkastelemaan nuorten aikuisten omia kokemuksia ja tulkintoja avokuntoutuksesta ja näin pyrin nimenomaan tavoittamaan heidän omat näkökulmansa Voltti-kurssien hyödyllisyydestä.

Tutkimukseni etenee siten, että luvussa kaksi käyn läpi nuoruuden käsitettä, nuoruutta elämänvaiheena sekä niitä haasteita, joita nuoret kohtaavat aikuiseksi kasvaessaan. Erityisesti olen pyrkinyt nostamaan esiin niitä haasteita, joita nuoret kohtaavat silloin, kun heillä on pulmia mielenterveyden sekä työ- ja opiskeluhaasteiden kanssa. Luvussa kolme käsittelen nuorille suunnattuja avokuntoutuskursseja Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry:n järjestämien Voltti-kurssien valossa. Lisäksi avaen laadullisen asianosaisarviointin käsitettä ja tuon esiin niitä seikkoja, joita kuntoutuksen arviointi pitää sisällään. Luvussa kolme tuon myös esiin aikaisempien tutkimusten valossa nuorten kuntoutuksen arviointia ja niiden tutkimustuloksia.

Luvussa neljä kerron tutkimukseni tavoitteista ja käyn läpi tutkimustehtävääni. Lisäksi esittelen käyttämäni analyysimenetelmät ja aineiston. Aineistoni koostuu kuuden nuoren teemahaastatteluista, joissa nuoret saivat melko vapaasti kertoa omista elämäntilanteistaan ja ajatuksistaan Voltti-kurssista. Lähtökohtana tälle tutkimukselle on ajatus siitä, että Voltti-kurssin käyneet nuoret ovat oman kuntoutumisensa asiantuntijoita ja juuri heidän kertomat tarinat ja arviointi Voltti-kurssien hyödyllisyydestä on tärkeää. Luvussa viisi tuon esiin tutkimukseni tuloksia ajan näkökulmaa hyödyntäen kolmen pääteeman avulla. Pyrin esittelemään tutkimukseni tulokset, siten, että tutkimukseeni osallistuneiden nuorten ääni pääsee mahdollisimman kuuluvaksi. Loppukappaleessa esittelen tutkimukseni tulokset ja pohdin niitä laajemmasta näkökulmasta tuoden myös esiin kehittämisideoita Voltti-kursseille.

2. NUORUUS ELÄMÄNVAIHEENA

Tässä tutkimuksessa mukana olleet nuoret elävät nuoruuden ja aikuisuuden välimaastossa. Heitä voisi kutsua nuoriksi aikuisiksi sillä he omaavat paljon elementtejä aikuisuudesta, mutta ovat kuitenkin ikänsä puolesta luokiteltaviksi nuoriksi. Nuorisolain (72/2006) 2 §:n mukaan nuorilla tarkoitetaan kaikkia alle 29-vuotiaita. Tämä on hyvin laaja ikäryhmä ja se pitää sisällään koko kehitysvaiheen lapsuudesta aikuisuuteen. Käytän myös tässä tutkimuksessa termiä ”nuori” tarkoittamaan täysi-ikäisiä nuoria aikuisia, jotka osallistuivat Voltti-kursseille.

Nuoruus on liukuva käsite ja nuorison määrittelyt ovat vaihdelleet jonkin verran eri aikakausina. Arkielämässä nuoruudella kuitenkin tarkoitetaan ikävaihetta lapsuuden ja aikuisuuden välillä (Allianssi 2010, 7). Nuoruus voidaan siis nähdä eräänlaisena siltana lapsuuden ja aikuisuuden välillä, jolloin nuori irtaantuu lapsuudestaan ja vanhemmistaan ja aloittaa oman elämänsä suunnittelun ja identiteetin muodostamisen. Ihmisen kasvuun lapsuudesta nuoruuteen ja siitä taas aikuisuuteen vaikuttavat monet tekijät. Ympäristöllä on hyvin suuri vaikutus nuoriin sekä heidän kehitykseensä, mutta nuori myös itse muovaa ympäristöään. Nuori etsii vaikutteita etenkin ystäväpiiriin ja vapaa-ajan vieton välityksellä, mutta kehitystä suuntaavia tekijöitä ovat myös kotikasvatus, perhesiteet, nuoren sosiaalinen verkosto ja psyykinen hyvinvointi. (Hoikkala 1991/1993, 38.) Nuoruus voidaan nähdä myös kronologisesti, jolloin nuoruutta katsotaan ikävuosien mukaan. Tämä tulee merkitykselliseksi esimerkiksi silloin, kun pohditaan millaisia oikeuksia ja velvollisuuksia henkilö saa kussakin ikävaiheessa. Rajanvetoina voidaan pitää esimerkiksi ikää, jolloin henkilö katsotaan ikänsä puolesta olevan rikosoikeudellisessa tai taloudellisessa vastuussa tekemisistään tai hänellä on oikeus solmia avioliitto. Suomalaisessa yhteiskunnassa merkittävä raja on täysi-ikäisyyden saavuttaminen, jolloin nuori saa aikuisen oikeudet ja velvollisuudet. (Aapola & Kaarninen 2003, 13.)

Suomen nuorisoyhteistyö Allianssi ry on koonnut tutkimuskoosteen nuorista, heidän elinoloistaan ja asemastaan Suomessa vuonna 2010. Kuten jo johdannossa toin esiin julkaisun mukaan suurin osa suomalaisista nuorista voi hyvin. Kuitenkin noin viidesosa kaikista suomalaisista nuorista voi aiempaa huonommin. Julkaisun mukaan muun muassa syrjäytyneiden nuorten määrä on kasvanut, lasten ja nuorten psykiatrian, sijoitusten ja lastensuojelun avohuollon toimien käyttö on kasvanut nopeasti, masennuksen takia sairauseläkkeelle jäävien nuorten määrä on kovassa kasvussa, asunnottomien nuorten määrä on kasvanut ja nuorten työttömyysaste on noussut ja edelleen neljäsosa työvoimaan kuuluvista nuorista on työttömänä. (Allianssi 2010, 5-6). Voltti-kursseille

osallistuneet nuoret voidaan määritellä, ainakin joillain elämän osa-alueilla, hyvinvoivien nuorten ulkopuolelle. Tutustuttuani Voltti-nuoriin ja dokumentteihin heidän taustoistaan ja nykypäivän tilanteistaan pystyn sanomaan, että hyvin monella heistä on kasautuvia ja hyvin monenlaisia ongelmia elämässään. Suurin osa nuorista kärsii psyykkisistä ongelmista ja usealle heistä oli diagnosoitu keskivaikea tai vaikea masennus. Lisäksi nuorilla oli havaittavissa ongelmia sosiaalisten suhteiden kanssa sekä heillä oli koulutuksen ja työelämän kanssa isoja haasteita.

Sen lisäksi, että nuoruus on hyvin tärkeä vaihe ihmisen kasvun ja kehityksen kanalta, nuoruus on myös yhteiskuntakehityksen kannalta hyvin tärkeä ikävaihe aikuisuuden kynnyksellä. Kun ajatellaan tulevaisuutta yhteiskunnan kannalta, on hyvin merkittävää kiinnittää huomiota siihen, että nykypäivän nuoret ovat huomisen aikuisia. Nuorten kasvu yhteiskunnallisiksi toimijoiksi ja osallistuminen yhteiskunnan kehittämiseen on ensiarvoisen tärkeää. (Hämäläinen 2006, 47.)

2.1 Pidentynyt nuoruus ja haasteellinen aikuisuus

Nuoruuden ja aikuisuuden välinen raja on melko häilyvä ja onkin hyvin vaikea määritellä, mitkä asiat nyky-yhteiskunnassamme kuuluvat juuri nuoruuteen ja mitkä aikuisuuteen. Selkeää rajaa nuoruuden ja aikuisuuden välille on vaikea vetää. Aikuisuuteen vahvasti liitetyt taitekohdat kuten työelämään siirtyminen ja perheen perustaminen ovat siirtyneet yhä myöhemmäksi. Useat nuoret viipyvät koulutuksen parissa pidempään ja hyvin yleistä on myös perheen perustaminen myöhemmällä iällä. (Nurmi 1995, 256-257.)

Lapsuuden ja aikuisuuden väliin jää yhä enemmän tilaa, jossa nuorten täytyy omaa elämäänsä suunnitella ja rakentaa. Lisäksi nuorille muotoutuu yhä enemmän rooleja ja rooliodotuksia sillä heidän täytyy taiteilla nuoruuden ja aikuisuuden välimaastossa. Tommi Hoikkala (1993, 19-20, 239-244, 247-252) käsittelee väitöskirjassaan niin sanottuja rooliodotuksia, joita yhteiskunnassa odotetaan tietyn ikäisiltä. Rooliodotukset liittyvät siihen, miten tietyn ikäisen ihmisen pitäisi käyttäytyä, mitä ihmisille voidaan sallia ja mitä heiltä voidaan odottaa. Hoikkalan mukaan tämän mallin mukaan aikuisuuteen kasvetaan siinä vaiheessa, kun nuori päättää opintonsa ja kiinnittyy ammatti-, työ-, asunto- ja parisuhdemarkkinoille. Hoikkala kuvaa tätä aikuistumisen instituutioksi ja kulttuurimalliksi, joka kuvaa miten yksilöiden tulisi kulkea lineaarisesti asemasta toiseen. Hoikkala kuitenkin toteaa, että nuoruudesta aikuisuuteen siirtyminen ei ole näin selväpiirteistä sillä

ikävaiheiden rajat liikkuvat päällekkäin. Myös Sinikka Aapola (2005) toteaa, että siirtymät nuoruudesta aikuisuuteen ovat aina osittaisia ja hankalasti hahmotettavia. Iän perusteella tehtäviä ja eri elämänalueita painottavat määrittelyt ovat Aapolan mukaansa ristiriitaisia. Esimerkiksi nuori nainen voi tulla äidiksi, jolloin hän ylittää aikuistumisen kulttuurimallin ja saavuttaa näin aikuisen sosiaalisen statuksen ainakin jollain elämänalueellaan. (Aapola 2005, 254.)

Kun ihminen ikääntyy ja kehittyy, muuttuvat myös häneen kohdistuvat ympäristön odotukset ja vaatimukset. Aikuistuvalla nuorella annetaan uusia oikeuksia ja samalla häneltä odotetaan ja hyväksytään eri asioita kuin ennen. (Rönkä 1992, 3.) Aikuisuuteen liittyy myös tiettyjä tavoitteita ja ehtoja, joita nuoren odotetaan saavuttavan aikuistumiseen siirtyessään (Aapola 2005, 277). Perinteisiä aikuistumisen tavoitteita ovat muun muassa itsenäistyminen lapsuudenkodista, ammatin hankkiminen ja perheen perustaminen. Lisäksi asumisen ja toimeentulon järjestäminen, elämäntyylin vakiinnuttaminen, ystävyysuhteiden muodostaminen ja omasta elämästä vastuunkantaminen ovat aikuistumisen tavoitteita. Erilaiset perinteet ja tavat ovat kuitenkin menettäneet merkitystään elämänkulun järjestäjinä, jolloin yksilöllisille ratkaisuille jää aikaisempaa enemmän tilaa. Enää ei siis ole olemassa mitään tiettyä kaavaa, jonka mukaan nuori voisi rakentaa ja suunnitella tulevaisuuttaan, vaan jokainen nuori valitsee omat tapansa rakentaa aikuisuuttaan ja toteuttaa tavoitteitaan. (Aapola 2005, 257-258.)

Ilpo Kuronen (2010) nostaa väitöskirjassaan esiin niitä riskejä, jotka ovat olemassa, kun nuoret nyky-yhteiskunnassamme aikuistuvat, tekevät valintoja ja rakentavat elämäänsä. Voidaan ajatella, että jos nuori osaa valita tiensä oikein ja tehdä niin sanottuja oikeita ratkaisuja elämänsä suhteen, hän myös menestyy aikuisiässä. Nämä niin sanotut oikeat valinnat liittyvät usein koulutuksen ja työelämän teemoihin sillä, jos nuori putoaa koulutuksen ja työelämän ulkopuolelle, nähdään se selvänä uhkana yhteiskunnasta syrjäytymiselle (Kuronen 2010, 51). Nuorten omien valintojen ja yksilöllisen elämänkulun rinnalla nuorten hyvinvointiin ja menestymiseen elämässä vaikuttavat tietysti myös ulkoapäin tulevat tekijät kuten kasvuympäristö ja sosiaaliset suhteet. Esimerkiksi perhetausta vaikuttaa suuresti nuoren koulutusvalintaan (Kuronen 2010, 54). Myös yhteiskunnalliset muutokset heijastuvat nuorten aikuisten elämään, sillä nuorten tekemät ratkaisut ovat riippuvaisia ympäristön tarjoamista mahdollisuuksista ja vallitsevista arvoista (Rönkä 1992, 4).

Keskeisiä nuorta yhteiskuntaan kiinnittäviä tekijöitä ovat koulutus, työelämä ja sosiaalisen elämän elementit (Kuronen 2010, 28). Aapola ja Ketokivi (2005, 8) toteavat, että 2000-luvun yhteiskunnassa monet makrotason rakenteelliset tekijät ja prosessit, erityisesti koulutusjärjestelmä,

työmarkkinat ja perheinstituutio, ovat voimakkaassa murroksessa ja vaikuttavat monin tavoin ihmisten elämään. Monet muutokset yhteiskunnassa ja sen rakenteissa asettavat myös nuorille ja nuorille aikuisille erilaisia vaatimuksia kuin aikaisemmalle sukupolvelle. Elämä on yksilöllistynyt perhesuhteiden, koulutuksen ja työelämän muutosten myötä. Tiet kohti aikuisuutta ovat monimutkaistuneet ja valinnan mahdollisuudet ovat lisääntyneet. Myös eri elämänvaiheiden väliset suhteet ovat muuttuneet, nuoruuden katsotaan pidentyneen ja aikuisuuden muuttuneen epävarmemmaksi. (Kuronen 2010, 43-45). Yksilöllisyys, valinnan vapaus ja päätösten tekeminen oman elämän suhteen voi muotoutua nuorille haasteeksi. Enää ei ole olemassa mitään tiettyä valmista kaavaa, jonka mukaan elämää tulisi elää, vaan aikuisuuteen valmistautuessaan nuoren täytyy tehdä muun muassa koulutukseen, ammatinvalintaan, elämäntapaan ja ihmissuhteisiin liittyviä valintoja hyvin itsenäisesti (Nurmi 1995, 256-257). Tämä voi johtaa siihen, että joidenkin nuorten on todella vaikeaa löytää selvää suuntaa elämälleen.

2.2 Nuorten elämänhallinta ja sosiaalinen selviytyminen

Elämänhallinnalla tarkoitetaan niitä tapoja ja keinoja, joilla ihminen pyrkii ratkaisemaan ongelmiaan ja selviytymään elämän ristiriidoista (Jyrkinen 1989, 292). Vahva elämänhallinta tarkoittaa sitä, että henkilöllä on tunne siitä, että hän pystyy vaikuttamaan elämäänsä, eikä ole vain ulkoisten olosuhteiden armoilla. Turvattomuutta tunnetaan siinä vaiheessa, kun elämä ei ole enää hallinnassa. (Kotakari & Rusanen 1996, 177.) Yksilön hyvinvointiin vaikuttavat monet erilaiset hänen ulkoiseen elämänhallintaansa liittyvät seikat, mutta myös monet hänen sisäiseen elämänhallintaansa liittyvät tekijät. Nuorten ulkoisiin elämänhallintatekijöihin voidaan luetella sosiaalinen tausta, koulunkäynnistä selviäminen ja työmarkkinoille sijoittuminen. Sisäisiä elämänhallintatekijöitä ovat muun muassa nuoren käsitys itsestään ja kyvyistään. (Korhonen 1999, 72).

Ihmisen voimavaroilla on hyvin suuri merkitys elämänhallintaan ja selviytymiseen (Kotakari & Rusanen 1996, 177). Ihmiset voivat saada voimavaroja omaan elämänhallintaansa monesta eri lähteestä. Erityisesti ihmisen sosiaalinen verkosto ja erilaiset ihmissuhteet sekä niiden kautta välittyvä tuki ovat tärkeitä voimavarojen lähteitä. Elämänhallintaan voi ammentaa voimavaroja myös koulutuksesta, työelämästä ja harrastuksista. Kun puhutaan nuorten hyvinvoinnista ja elämänhallinnasta, on tärkeää ottaa huomioon kokonaisvaltaisesti nuoren eri elämänalueet ja niiden

muutosten vaikutus nuoren hyvinvointiin. Yksi tärkeimmistä yksilön hyvinvointiin ja sosiaaliseen selviytymiseen liittyvistä seikoista on yksilön ja hänen ympäristönsä yhteensopivuus eli se, miten yksilö kykenee vastaamaan jokapäiväiseen ympäristöönsä ja toteuttamaan siinä itseään ja omia tavoitteitaan (Korhonen 1999, 71). Nuorten hyvinvointi ja elämänhallinta koostuu tavallisesta ja turvallisesta arjesta, hyvästä itsetunnosta ja hyvästä ihmissuhdeverkostosta. Erityisesti heikot ihmissuhteet ja kasvuympäristön väkivaltaisuus, sosiaaliset ongelmat, psyykkinen kuormittuminen ja mielenterveyden häiriöt sekä koulutuksen ja työelämän ulkopuolelle jääminen luovat paljon haasteita nuoren elämänhallinnalle. (Kuronen 2010, 53). Sosiaalinen verkosto ja etenkin sosiaalinen tukiverkosto edistää jokapäiväistä selviytymistä. Sosiaalinen eristyneisyys, yksinäisyys ja heikot ihmissuhteet lisäävät ja ilmentävät vaikeuksia elämänhallinnassa. Koulutus ja osallistuminen työelämään ovat keskeisiä elämänalueita, jotka vaikuttavat ihmisten elämänhallintaan. Työttömyys ja kouluttautumattomuus aiheuttavat turvattomuutta, ulkopuolisuuden tunnetta ja heikentävät näin yksilön elämänlaatua. (Laurinkari & Niemelä 1999, 14-17.)

Anna Rönkän mukaan (1992) aikuistumisen kulkua suuntaa suuresti yksilön lapsuus ja nuoruus, jolloin selviytymiskeinojen perusta rakentuu ja jolloin tehdään esimerkiksi koulutukseen liittyviä valintoja. Siirtymävaihe nuoruudesta aikuisuuteen on pidentynyt, yksilöllistynyt ja tullut epävarmemmaksi. Ikävaiheessa, jolloin yksilö hakee omaa paikkaansa aikuistumisen maailmassa, esiintyy paljon epävarmuustekijöitä. (Rönkä 1992, 3-5.) Usein nuorten työsuhteet ovat katkonaisia, nuori voi karsiutua työelämästä tai opiskeluista hetkellisesti tai jopa kokonaan. Lisäksi nuoren täytyy hakea omaa itseään ja elämäntyyliään usein monien kokeilujen ja erehdysten kautta. Aapolan ja Ketokiven (2005, 23) mukaan nuoruuden pidentyminen merkitsee monille nuorille tiettyä epävarmuutta, jolloin omaa itseään ja identiteettiään vielä etsitään ja yritetään rakentaa hyvää tulevaisuutta ristiriitaisten ja epäselvien odotusten ja sääntöjen varassa. Itsenäinen ja yksilöllinen elämän suunnittelu voi muotoutua joillekin nuorille todelliseksi haasteeksi ja jopa stressitekijäksi.

Yksilöllistymisellä onkin nähty olevan hyvät ja huonot puolensa. Toisaalta ihmiset ovat vapaita valitsemaan oman elämäntyyliinsä ja kerätä omaan elämäänsä sisältöä monista erilaisista mahdollisuuksista. Yhteiskuntamme on muuttunut sallivammaksi ja ihmisten erilaiset tavat elää ja toteuttaa itseään hyväksytään helpommin. Kääntöpuolena on kuitenkin se, että yhteisöllisyys sekä sosiaaliset ja kulttuuriset siteet ovat heikentyneet eivätkä yksilöt välttämättä enää saa yhteisöltään tarvitsemaansa tukea, vaan hänen on selviydyttävä monessa asiassa itsenäisemmin. (Rönkä 1992, 6.) Nuoret joutuvat tekemään paljon ratkaisuja ja päätöksiä siirtyessään nuoruudesta aikuisuuteen sekä myös ymmärrettävä niiden monitahoiset seuraukset tulevaisuuden kannalta (Aapola &

Ketokivi 2005, 26). Yhteiskunnan odotusten, vallitsevien arvojen ja normien sekä nuoren omien tarpeiden välille voi kuitenkin syntyä ristiriitaisuuksia, epävarmuutta ja hämmennystä siitä, mikä on oikein. Yhteiskunta asettaa etenkin työhön, koulutukseen ja sosiaalisiin suhteisiin tietynlaisia odotuksia ja velvollisuuksia. Etenkin korkeasti kouluttautuminen ja työelämään panostaminen nähdään aikuiselämän selkärankana. Ihmissuhteet ja niihin liittyvät tarpeet ovat hyvin yksilöllisiä ja ne muuttuvat elämäntilanteen mukaan. Tutkijat ovat yksimielisiä siitä, että ihmiset tarvitsevat sosiaalisia suhteita muun muassa niiden tuoman sosiaalisen tuen vuoksi. Erityisen tärkeäksi ihmissuhteet muodostuvat siinä vaiheessa, kun ihminen on vaikeuksissa ja tarvitsee selviytyäkseen apua ja tukea. (Rönkä 1992, 13.)

Nuoruudesta aikuisuuteen siirryttäessä ja kehittyessä tapahtuu usein paljon muutoksia. Nuoren täytyy osata sopeutua muuttuneisiin olosuhteisiin, mutta myös nähdä muutoksen tuoma mahdollisuus, jonka siirtymävaihe voi tuoda tullessaan. (Rönkä 1992, 40-41.) Yhteiskunnalliset mutta myös alueelliset muutokset ja mahdollisuudet luovat reunaehdot nuoren selviytymiselle. Esimerkiksi taloudellisen laman aikana nuorten siirtyminen työelämään ja itsenäiseen elämään on hankalampaa kuin nousukausina. Ihmisen elämäntilanne muodostuu hyvin monenlaisista kokemuksista ja tapahtumista. (Rönkä 1992, 49-50.) Elämäntilanteen varrella monet joutuvatkin kohtaamaan myös tilanteita, joista voi olla haasteellista selviytyä ja jatkaa eteenpäin. Näitä tilanteita voi ilmetä missä tahansa elämän osa-alueella esimerkiksi syrjäytyminen työelämästä tai sairastuminen. Ihmiset suhtautuvat hyvin eri tavoin elämässä eteen tuleviin haasteisiin ja vaikeuksiin, toiset selviytyvät niistä paremmin kuin toiset. Ihmisten selviytymiseen vaikuttavat monet tekijät ja ne selviytymisresurssit, joita hänellä on, jotka liittyvät sosiaalisiin, aineellisiin ja psyykkisiin tekijöihin. Terveys, työkyky, raha, asunto, sosiaalinen tuki, koulutus ovat muun muassa niitä seikkoja, jotka edesauttavat selviytymistä. Myös se, miten yksilö itse uskoo tilanteesta selviytyvänsä ja kuinka motivoitunut hän on, vaikuttaa suuresti selviytymiseen. (Rönkä 1992, 16-18.)

2.3 Nuorten riski joutua yhteiskunnan marginaaliin

Zygmunt Baumanin (1998, 83) mukaan jokainen yhteiskunta määrittää sellaiset elämäntavat, joita suositaan ja pidetään hyväksyttävänä. Marginaaliin määrittyvät silloin ne ihmiset tai ryhmät, jotka poikkeavat yleisesti vallitsevasta sosiaalisesta järjestyksestä eivätkä onnistu elämään asetettujen

normien mukaisesti. Marginaali on siis valtavirran ja ennen kaikkea vallan käsite. Marginaali tuotetaan erilaisuutena ja poikkeavuutena tavanomaisesta. Suomalaisessa yhteiskunnassa koulutus ja palkkatyöhön osallistuminen ja sitä kautta yhteiskuntaan integroituminen on muotoutunut ihmisten hyvinvoinnin ja elämönhallinnan perustaksi. Työmarkkinoiden ja koulutuksen reunalle joutuminen tai jääminen voi siis muodostua ihmistä leimaavaksi tekijäksi. (Suutari 2002, 35-40.)

Marginaalin käsite pitää sisällään selviytymisen ja integroitumisen mahdollisuuden. Yhteiskunnan marginaalissa elävä nuori voi olla täysin tasapainoinen ja hallita elämäänsä täydellisesti, mutta hän voi olla myös vaarassa joutua yhteiskunnan reuna-alueille ja pahimmassa tapauksessa syrjäytyä kokonaan yhteiskunnasta. Koulupudonneisuus, työttömyys tai psyykkinen oireilu etenkin pitkittyessään voi sulkea nuoren ulos monista mahdollisuuksista, jotka ovat normaalia elämää muille nuorille. Työttömyys voi lisätä nuoren riskiä syrjäytyä, sillä useimmille nuorille palkkatyö ja ammatinhankinta ovat edelleen tärkeitä identiteetin rakennusaineita. Koulutuksen ulkopuolella olemisen, työttömyys ja psyykkiset ongelmat voivat myös vähentää sosiaalisten kontaktien määriä ja voi tutkimusten mukaan johtaa yksinäisyyteen ja eristäytymiseen. Marginaalin käsite pitää sisällään myös mahdollisuuden liikkua reunalta kohti keskustaa. Marginaalissa elävät nuoret voivat siis liikkua reuna-alueen ja keskustan välillä kaiken aikaa ja voivat yhtenä hetkenä olla vaarassa syrjäytyä, kun taas olla toisessa hetkessä lähellä yhteiskuntaan ankkuroitumista. (Svedberg 1995, 44.) On mielenkiintoista pohtia, miksi juuri jotkut nuoret joutuvat yhteiskunnan marginaaliin, kun taas toiset nuoret selviytyvät hyvin ja saavat luotua vakaan maaperän aikuisuudelle. Voidaan sanoa, että Voltti-kursseille osallistuneet nuoret ovat monellakin tapaa yhteiskunnan marginaalissa ja osa heistä koki olevansa jopa syrjäytynyt. Itse en kuitenkaan päätenyt käsittelemään tässä tutkimuksessa syrjäytymisen käsitettä, vaan olen päätenyt käsittelemään marginaalin käsitettä. Voltti-kurssin käyneet ovat vielä nuoria ja haluan uskoa, että heillä on hyvä mahdollisuus olla vielä mukana yhteiskunnassa eikä syrjäytyneenä yhteiskunnan ulkopuolella.

Nuoruus nähdään usein mahdollisuuksien, valintojen ja vapauden aikana. Kuitenkin nuoriin ja nuoruuteen liitetään usein myös tietynlaisia uhkakuvia, joiden vaikutukset nähdään heijastuvan myös pitkälle aikuisuuteen. Esimerkiksi sairastuminen, koulupudonneisuus tai työelämän ulkopuolelle jääminen ovat tämän kaltaisia uhkakuvia, joiden vuoksi nuorten pelätään syrjäytyvän normaalista elämäntilasta. (Kuronen 2010, 51). Ongelmien kasaantuminen tai usealta elämäntilanteelta kumpuava huono-osaisuus koskettaa pientä osaa nuorista ja juuri heitä, joilta puuttuu selviytymisresursseja ja – taitoja. Siirtymävaiheet lapsuudesta nuoruuteen ja nuoruudesta aikuisuuteen ovat tärkeitä vaiheita ihmisen elämässä sillä tuolloin yksilö muuttuu niin biologisesti,

psykologisesti kuin sosiaalisestikin. Toisinaan nuoruus nähdään ainoastaan ikävaiheena, jonka tarkoituksena on kasvattaa ja ohjeistaa yksilöä aikuisuuteen ja niin sanotusti ”kunnon kansalaisuuteen”. Voidaankin puhua normaalista aikuistumiskehityksestä, joka pitää sisällään näkemyksen siitä, millaista on aikuistua nyky-yhteiskunnassa ja millaisia rooliodotuksia, riskitekijöitä ja ongelmia se voi pitää sisällään.

Suomalaisessa yhteiskunnassa korostuu vahvasti koulutuksen ja palkkatyöhön osallistumisen tärkeys. Kuitenkin yhä suurempi osa väestöstä joutuu kokemaan työttömyyden jossakin elämänvaiheessa. Myös nuorisotyöttömyys on noussut Suomessa hyvin korkealle tällä vuosikymmenellä ja osaa nuorista uhkaa syrjäytyminen työmarkkinoilta. Työelämän ulkopuolelle jääminen voi usein johtaa moniin ongelmiin kuten taloudelliseen huono-osaisuuteen eli köyhyyteen ja velkaantumiseen. (Laurinkari & Niemelä 1999, 7.) Hyvinvointikatsauksen mukaan nuorten työttömyys kaksinkertaistui vuosina 2008-2009 ja työttömistä nuorista suurin osa oli alle 25-vuotiaita ja heitä oli tuolloin 32 000 nuorta. Nuorisotyöttömyyden raju kasvu on saatu kuitenkin pysäytettyä ja nuorisotyöttömyys on käänntynyt hitaaseen laskuun. (Keinänen 2010.)

Koulunkäynti luo nuorelle yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä antaa mahdollisuuden toteuttaa itseään. Koulun kautta nuori saa myös tarvitsemiaan tietoja ja taitoja. Koulutuksen ulkopuolelle jääminen ei siis heikennä pelkästään nuoren mahdollisuuksia pärjätä työmarkkinoilla, vaan myös nuoren elämänhallintaa ja sosiaalisten suhteiden laatua. Allianssin tekemän tutkimuskoosteen mukaan nuorten jääminen yhteiskunnan ulkopuolelle liittyy oleellisesti koulutuksen keskeytymiseen. Peruskoulun päättötodistus jää saamatta noin 200 nuorelta vuosittain. Ammatillisen koulutuksen keskeytti lukuvuonna 2008-2009 kymmenen prosenttia nuorista, lukio-opinnot lähes viisi prosenttia, ammattikorkeakoulun yhdeksän prosenttia ja yliopistokoulutuksen kuusi prosenttia nuorista. Tutkimuskoosteen mukaan miehet keskeyttävät opinnot naisia useammin ja noin 8000 nuorta jokaisesta ikäluokasta jää ilman jatkokoulutusta. (Tilastokeskus 2010.)

Yksilö saa valtavasti voimavaroja ja yhteenkuulumisen ja liittymisen tunnetta erilaisista yhteisöistä kuten perheestä, työ-, koulu-, asuinyhteisöistä sekä erilaisista vapaa-ajan yhteisöistä. Eriytyminen ihmissuhteista esimerkiksi työn ja koulutuksen ulkopuolelle jäämisen tai sairastumisen seurauksena voi olla hyvin kohtalokasta, sillä ihmissuhteiden kautta yksilö integroituu yhteisöjen edustamiin kulttuurijärjestelmiin. Erityisesti perhe toimii puskurina nuoren ja yhteiskunnan välillä. Perhesuhteiden heikkeneminen lisääkin erityisesti lasten ja nuorten syrjäytymisen riskiä. Lasten ja

nuorten syrjäytymiseen liittyy usein vanhempien haluttomuus tai kyvyttömyys hoitaa kasvatustehtäviään. (Laurinkari & Niemelä 1999, 7-8.)

Nuorten psyykkiset ongelmat ovat yksi suuri tekijä, joka voi johtaa siihen, että nuori ajautuu yhteiskunnan marginaaliin. Opetusministeriön nuorisoyksikön lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämisohjelman mukaan neljäsosalla opiskelijoista esiintyy psyykkisiä ongelmia. Altistuminen jo lapsuudessa tai nuoruudessa mielenterveydenongelmille vaikuttaa suuresti myös aikuisiän mielenterveyteen ja hyvinvointiin. Tyypillisiä nuorten mielenterveyteen liittyviä ongelmia ovat erilaiset ahdistuneisuushäiriöt, syömishäiriöt, masennustilat ja stressioireet. Nuorten psyykkiset oireet vaikuttavat suuresti nuoren opiskelukyvyn alenemiseen ja näin myös nuoren tulevaisuuteen, hänen työkykyensä ja mahdollisuuteen toimia aktiivisena kansalaisena. (Opetusministeriön 2007, 66). Masentuneisuus ja ahdistuneisuushäiriöt ovat nuorten yleisimpiä psyykkisiä häiriöitä. Vuonna 2008-2009 keskivaikeaa tai vaikeaa masentuneisuutta esiintyi 18 prosentilla yläasteikäisistä tytöistä ja 8 prosentilla pojista. Lukioikäisillä tytöillä masentuneisuutta esiintyi 13 prosentilla ja pojilla 7 prosentilla (Luopa & Lommi & Kinnunen & Jokela 2010, 29-30). Ahdistuneisuushäiriöitä esiintyy noin 6-10 prosentilla nuorista ja ahdistuneisuushäiriöiden ryhmään luetaan muun muassa sosiaalisten tilanteiden pelko, julkisten paikkojen pelko ja muut pelko-oireiset häiriöt. Lisäksi ahdistuneisuushäiriöiden ryhmään kuuluvat paniikkihäiriö, eroahdistushäiriö sekä traumaperäiset häiriöt. (Ranta 2006, 67.)

Kelan Sosiaalivakuutus-lehdessä huhtikuussa vuonna 2009 ilmestyneen artikkelin mukaan mielenterveyden häiriöt aiheuttavat nuorille yhä enemmän sairauspoissaoloja. Tutkimusprofessori Raimo Raitasalo ja pääsuunnittelija Kaarlo Maaniemi tuovat esiin tutkijoiden huolta nuorten työkyvyttömyydestä mielenterveyden häiriöiden vuoksi sekä niiden kasvusta 2000-luvulla. Artikkelin mukaan Kela korvasi vuonna 2008 nuorille alle 30-vuotiaille yli 400 000 sairauspäivää mielenterveyden häiriöiden perusteella ja määrä oli 44 % suurempi kuin vuonna 2004. Suurin muutos on tapahtunut 16-19 -vuotiaiden miesten ikäryhmässä, joissa sairauspäiväraha-kausien määrä on lisääntynyt 75 %. Vuonna 2008 mielenterveyden häiriöiden vuoksi työkyvyttömyyseläkkeelle siirtyi 1 848 alle 30-vuotiasta. Artikkelissa Raitasalo ja Maaniemi toteavat, että nuorten mielenterveyden ja käyttäytymishäiriöiden lisääntymisen taustalla on useita tekijöitä. Erityisenä taustavaikuttajana on nuorten sosiaalisen turvaverkon, joka pitää sisällään perheen, koulun, opiskelun, työn ja terveydenhuollon muodostaman kokonaisuuden, haurastuminen. Mitä aikaisemmin nuoret tavoitetaan koulu- ja työterveydenhuollon kautta ja saadaan avunpiiriin, sitä vähemmän mielenterveyden häiriöt haittoja nuorille aiheuttavat ja sitä kauemmin nuoret pystyvät

toimimaan työkykyisinä ja aktiivisina kansalaisina. Raitasalo ja Maaniemi toteavat myös, että huomiota tulee kiinnittää lisäksi perheiden turvallisuuteen, koulujen ja opiskeluympäristön sujuvuuden sekä työelämän joustavuuden kehittämiseen. (Raitasalo & Maaniemi 2009, 22-24.)

3 NUORILLE SUUNNATUT AVOKUNTOUTUSKURSSIT JA NIIDEN ARVIOINTI

Avokuntoutus eroaa laitosmuotoisesta kuntoutuksesta siten, että laitosmuotoiseen kuntoutukseen liittyy aina laitosjaksoa, johon sisältyy majoitus. Avokuntoutus ei siis sisällä majoitusta vaan muodostuu kuntoutujan käynneistä esimerkiksi kuntoutuslaitoksessa. Kansaneläkelaitoksen avo- ja laitosmuotoisen kuntoutuksen standardin mukaan avomuotoinen kuntoutus on kuntoutusta, joka sisältää avojaksoja tai käyntikertoja. Avokuntoutus voi myös pitää sisällään avojaksojen ja käyntikertojen yhdistelmiä tai laitosjaksojen ja avojaksojen yhdistelmiä. Avokuntoutuksen käyntikerta voi tarkoittaa myös kuntoutujan omaisen käymistä kuntoutuspaikassa tai palveluntuottajan edustajan tai asiantuntijan käyntiä kuntoutujan kotona, työpaikalla tai lähiverkostossa. (Kelan 2011, 9-10.)

Seuraavaksi esittelen tutkimukseni kannalta merkittävän Tamperelaisen yhdistyksen, joka tuottaa ja tarjoaa erilaisia avokuntoutuskursseja eritilanteissa oleville ihmisille.

3.1 Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry

Pirkanmaa Ihmissuhdetyö ry on yhdistys, joka on perustettu Tampereella vuonna 1992, ja jonka tavoitteena on kehittää uusia perinteisiä toimintamuotoja täydentäviä terapia-, kuntoutus-, työnohjaus- ja työsuojelupalveluja. Päällimmäisenä pyrkimyksenä on ihmisten toimintakyvyn ylläpitäminen muuttuvissa yhteiskunnallisissa oloissa sekä syrjäytymisen ja ongelmien kriisiytymisen ehkäiseminen. Tarkoituksensa toteuttamiseksi yhdistys järjestää kuntoutuskursseja, tarjoaa yksilö-, pari- ja ryhmäterapiatoimintaa sekä järjestää työnohjaus-, koulutus- ja työyhteisön kehittämistilaisuuksia. Lisäksi yhdistys tekee tutkimustoimintaa oman toimintansa seuraamiseksi ja kehittämiseksi, kehittää uusia toimintamuotoja ja työskentelytapoja ihmissuhdetyöhön tekemällä esityksiä ja aloitteita, järjestää esitelmä- ja keskustelutilaisuuksia sekä on yhteistyötoiminnassa viranomaisten ja muiden alan järjestöjen kanssa. (Pirkanmaan 2012)

Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry toimii palvelujen tuottajana Kansaneläkelaitoksen (jäljempänä Kela) rahoittamalle psyykkistä työ- ja toimintakykyä, elämäntaitoja, vuorovaikutus- ja tunnetaitoja, voimavaroja ja henkistä hyvinvointia tukevalle avokuntoutukselle. Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry tarjoaa avokuntoutusta neljänä erilaisena kurssimuotona, joiden lähtökohdat poikkeavat hieman toisistaan. Kaikki neljä avokuntoutuskurssia tähtäävät kuitenkin ihmisten työ- ja toimintakyvyn

parantamiseen ja kehittämiseen. Lisäksi kaikki kurssit edellyttävät osallistujien omaa aktiivisuutta ja kykyä toimia ryhmässä. (Pirkanmaan 2012.)

Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry:n järjestämä avokuntoutuskurssi *Paluu työelämään - voimavaroja elämään* on suunnattu masennuksen tai uupumuksen vuoksi työkyvyttömänä olleille henkilöille tai henkilöille, joita uhkaa työkyvyttömyys psyykkisistä syistä. Kurssin tarkoituksena on palauttaa työ- ja toimintakykyä työstämällä niitä psyykkisiä ongelmia, joiden vuoksi henkilö on joutunut työkyvyttömäksi. *Paluu työelämään* on avokuntoutuskurssi, jonka tavoite on sama kuin edellä mainitun avokuntoutuskurssin. Kurssi on kuitenkin tarkoitettu ainoastaan niille henkilöille, jotka ovat olleet yhtäjaksoisesti vähintään kuukauden masennuksen vuoksi työkyvyttöminä. *Voimavaroja elämään*-kurssi on tarkoitettu puolestaan henkilöille, joilla on vaikeuksia työssä jaksamisen ja selviytymisen kanssa. Lisäksi kurssille voivat osallistua henkilöt, jotka ovat palaamassa aktiiviseen työelämään, tarvitsevat tukea ja uusia näkökulmia elämäntilanteeseensa sekä henkilöt, jotka tarvitsevat tukea psyykkisten voimavarojen vahvistamiseen. (Pirkanmaan 2012). Neljäs avokuntoutuskurssi on *Nuorten Voltti*, jonka esittelen seuraavaksi hieman yksityiskohtaisemmin. Aineistona olen käyttänyt organisaatiota koskevia dokumentteja sekä Voltti-kurssien ohjaajien tekemiä muistiinpanoja Voltti-kursseille osallistuneista nuorista ja kurssien sisällöistä ja työmenetelmistä.

3.2 Nuorten Voltti-avokuntoutuskurssien kohderyhmät, sisällöt ja työmenetelmät

Nuorten Voltti on avokuntoutuskurssi, joka on tarkoitettu 18 - 28-vuotiaille naisille ja miehille, jotka tarvitsevat tukea työelämään tai opiskeluun siirtymisessä tai työ- ja opiskeluyhteisössä selviämisessä. Kurssi on suunnattu nuorille, joilla on tarve työstää työ- tai opiskeluelämään sekä sosiaalisiin suhteisiin liittyviä kysymyksiä sekä heille, jotka tarvitsevat psyykkistä varhaiskuntoutusta. Avokuntoutuskurssin tavoitteena on vahvistaa valmiuksia selvitä työelämän ja opiskelun haasteista, kehittää nuorten itsetuntemusta ja itseluottamusta ja tähdätä siihen, että nuoret oppisivat ymmärtämään sosiaalisten ryhmien pelisääntöjä esimerkiksi työyhteisöissä ja opiskelijaryhmissä. Nuorten Voltti pyrkii myös siihen, että nuoret löytäisivät itselleen myönteisiä rooleja erilaisten ryhmien jäsenenä sekä löytäisivät niitä esteitä, jotka ovat työssä tai opiskeluissa jaksamisen, selviämisen ja mielekkyyden löytämisen tiellä.

Nuorten Voltti-avokuntoutuskurssi on järjestetty ensimmäistä kertaa vuonna 2007, jonka jälkeen kurssi on järjestetty joka vuosi. Osallistujia kursseilla on ollut yhteensä 40 ja jokaiselle kurssille mahtuu kerrallaan kahdeksan nuorta. Ainoastaan pieni osa kursseille päässeistä nuorista on keskeyttänyt kurssin. Voltti-kursseille osallistuneet nuoret kärsivät kaikki jollakin tapaa psyykkisistä ongelmista. Lähes kaikilla nuorilla on diagnosoitu masennus ja ahdistuneisuus. Sairauden myötä heille on kehittynyt huono itsetunto ja heikko toimintakyky. Lisäksi heillä on selviä ongelmia elämänhallinnassa. Psyykkiset ongelmat ovat vaikuttaneet nuorten elämään melko kokonaisvaltaisesti ja ongelmia heillä on etenkin opiskeluiden, työelämässä pärjäämisen ja sosiaalisten tilanteiden kanssa. Monella nuorella ihmissuhteet ovat kärsineet ja opinnot ovat keskeytyneet tai viivästyneet. Joillakin nuorilla on myös ongelmia päihteidenkäytön kanssa ja psyykkisten ongelmien lisäksi he kamppailevat fyysisen hyvinvoinnin kanssa. Osa nuorista elää melko eristäytyneenä elämää eikä heillä ole positiivisia tulevaisuuden näkymiä. Monen nuoren kohdalla vaikea tilanne lapsuuden kodissa, koulukiusatuksi tuleminen tai muu lapsuuden ajan trauma vaikuttavat heihin vielä tänä päivänäkin. Muutaman nuoren kohdalla on esiintynyt myös itsetuhoista käytöstä ja puhetta itsemurhasta. Kaikilla nuorilla on ollut ennen Voltti-kurssille tuloa jokin hoitotaho ja usein nuoret ovatkin ohjautuneet sitä kautta Voltti-kursseille. Yleisin Voltti-nuorten hoitotaho on opiskelijoille suunnattu terveystalo. Muita hoitotahoja ovat muun muassa mielenterveystoimisto ja psykiatrin poliklinikka.

Jokainen Voltti-kurssi kestää yhteensä 17 päivää ja niiden ohjelma on hajautettu useampaan jaksoon. Esimerkiksi neljäs Voltti-kurssi oli jaettu kuuteen jaksoon A, B, C, D, E ja F ja jaksot ajoittuivat kestävänsä vuoden 2010 toukokuun lopusta joulukuun puoleen väliin. Jokainen jakso piti sisällään eri teemoja ja aihealueita, joita nuoret käsittelevät ryhmän kanssa. Voltti-kurssin tapaamiset järjestetään Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry:n tiloissa ja yhden tapaamispäivän kesto on noin seitsemän tuntia. Jokainen Voltti-kurssi on myös järjestänyt elämysmatkoja nuorille kuten koskenlaskua ja maatilamatkailua. Kurssit alkavat siten, että yhteisesti ryhmän kanssa käydään läpi kurssin tavoitteet ja esitellään kurssin sisältöä. Tämän jälkeen ohjelma jatkuu tutustumisella, ryhmäytymisellä ja kuntoutuksen henkilökohtaisten tavoitteiden asettamisella. Ryhmän kanssa käsiteltäviä aihealueita ovat nuoren elämäntilanteen kartoitus, itsetuntemuksen ja itsearvostuksen työstäminen sekä oman elämänpiirin työstäminen. Lisäksi nuoret saavat pohtia omia sosiaalisia verkostojaan ja omaa vointiaan verkostossa sekä omia muutos- ja kehittämiskohteita. Tulevaisuutta käsittelevien ryhmätehtävien avulla nuoret pohtivat ulkoisten vaatimusten ja omien sisäisten toiveiden ristiriitaa sekä henkilökohtaisia tavoitteita omaan elämäntilanteeseen liittyen. Kurssin lopussa nuoret arvioivat yhdessä ohjaajien kanssa jatkotuen tarvetta.

Voltti-kursseilla on kaksi ohjaajaa ja heidän osaamisalueensa ovat hyvin monipuoliset. Toinen ohjaaja on koulutukseltaan psykologi ja hänellä on myös psykodraamaohjaajan ja psykoterapeutin pätevyys. Toinen ohjaajista on psykoterapiakoulutuksessa oleva sosiaalityöntekijä, joka on myös psykodraamaohjaaja. Hakuprosessi Voltti-kurssille vaihtelee hyvin suuresti. Kelan mukaan haku kursseille päättyy kolme kuukautta ennen kurssin alkua, mutta todellisuudessa hakijoita kursseille on tullut vielä päivän tai kaksi päivää ennen kurssin alkua. Voltti-kurssin ohjaaja Katariina Ylä-Raution mukaan on hyvin harmillista, että nuoria lähettävät tahot heräävät liian myöhään motivoimaan nuoria kursseille. Voltti-kurssille hakiessaan nuoret tekevät Kelalle kuntoutushakemuksen, jonka liitteenä on aina lääkärinlausunto. On hyvin yleistä, että nuoret täyttävät kuntoutushakemuksen yhdessä sen hetkisen hoitoahon työntekijän kanssa. Näiden hakemusten ja lääkärinlausuntojen pohjalta tehdään lopulliset valinnat kuntoutuskursseille osallistujista. Hakupapereiden perusteella Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry:n työntekijät haastattelevat yleensä kaikki hakijat. Osa hakijoista joudutaan jättämään pois heidän huonon kuntonsa vuoksi. Haastatteluiden jälkeen Voltti-kurssien vetäjät suosittelevat Kelan työntekijöille niitä nuoria, jotka heidän näkemyksensä mukaan hyötyisivät Voltti-kursseista. Lopullisen valinnan kursseille osallistuneista nuorista tekevät Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry yhdessä Kelan kanssa. Valintaan vaikuttavat nuoren sen hetkinen elämäntilanne ja sopivuus kurssille sekä nuoren oma motivaatio ja halu osallistua ja olla mukana. Kaikille hakijoille lähetetään kotiin kirjeitse tieto siitä, ovatko he tulleet valituiksi kurssille vai ei.

Kuntoutuksen alussa nuoret allekirjoittavat suostumuksensa osallisuudestaan kurssille sekä täyttävät terveystarkastus -, tavoitteiden asettaminen – ja masennuskysely -lomakkeen. Lisäksi nuoret täyttävät itsestään alkutietolomakkeen alkuhaastattelun yhteydessä. Lomakkeiden avulla nuoret saavat miettiä monipuolisesti omaa hyvinvointiaan ja elämäntilannettaan. Kuntoutuskurssin jälkeen nuoret saavat arvioida omaa elämäntilannetta ja hyvinvointia uudestaan ja miettiä, vaikuttiko kurssi heidän elämäänsä ja mitä mahdollisia muutoksia se toi. Kuntoutuksen jälkeen nuoret saavat osallistumistodistukset jokaisesta kuntoutumiskurssin jaksosta erikseen.

Voltti-kurssilla käytetyt menetelmät edellä mainittujen tavoitteiden saavuttamiseksi ovat monipuoliset ja ryhmäpainotteiset. Psyko- ja sosiodraama ovat yhtenä työn viitekehyksenä, jonka lisäksi työmenetelminä käytetään toiminnallisia ryhmätöitä, erilaisia kehotyöskentelyjä sekä seikkailupedagogiikkaa. Toiminnan johtajan Arja Hämäläisen mukaan psykodraama on oivallinen työmenetelmä nuorten kanssa toimiessa, sillä sen avulla nuorten elämäntilanne konkretisoituu.

Psykodraama auttaa nuorta tarkastelemaan omaa elämäntilannettaan ulkoapäin, jolloin nuori voi saada uusia näkökulmia tilanteeseensa. Lisäksi psykodraaman avulla nuoren oma roolirepertuaari laajenee ja koko ryhmä hyötyy yhdessä ja yhtä aikaa. (Hämäläinen 2011.) Lisäksi kurssin sisältö koostuu luennoista, keskusteluista, pienryhmätyöskentelyistä, rentoutuksesta sekä toiminnallisista retkistä.

Kuntoutuksen aikana nuoret saavat pohtia hyvin aktiivisesti omaa hyvinvointiaan ja minuuttaan. Jokaisen kurssipäivä alussa nuoret täyttävät tunnetila – lomakkeen, johon he voivat kuvailla sen hetkistä vointiaan ja mielialaansa sekä kirjata ylös päivän tavoitteita. Voltti-kurssien vetäjät pitävät jokaisesta kurssipäivästä päiväkirjaa ja kirjaavat ylös niitä asioita, joita päivän aikana on käsitelty ja työmenetelmät joita on käytetty. Päiväkirjaan kirjataan myös huolenaiheita, kysymyksiä ja ajatuksia jokaiseen nuoreen liittyen, joita käsitellään jokaisen nuoren kanssa henkilökohtaisesti.

Nuorten Voltti-kurssi saa toiminnalleen kehikon Kelan asettamista yleisistä periaatteista sekä laitospuotoisen kuntoutuksen/mielenterveyden häiriöitä sairastavien kuntoutuskurssien laatuvaatimuksista. Kelan on määritellyt omat laatuvaatimuksensa kuntoutuskursseille tavoitteenaan taata kuntoutujilleen laadullisesti hyvää kuntoutusta ottaen samalla huomioon kuntoutujien oikeudet. Kelan asettamat tavoitteet aikuisten ja nuorten kursseille ovat esitetty selkeästi Kelan laitospuotoisen kuntoutuksen standardissa, jossa ovat määriteltyinä kuntoutuskurssien sisällöt ja rakenteet.

Palveluntuottajan tulee ottaa kaikessa toiminnassaan huomioon Kelan asettamat standardit ja toteuttaa kuntoutusta standardien mukaisesti pyrkien mahdollisimman suureen kuntoutuksen vaikuttavuuteen. Kuntoutuksen järjestäminen perustuu hyvään kuntoutuskäytäntöön, joka tarkoittaa sitä, että kuntoutusta toteuttaessa huomioon otetaan aina kuntoutujan yksilölliset kuntoutustarpeet ja -tavoitteet sekä työ- ja elämäntilanne. Näiden edellä mainittujen asioiden lisäksi standardissa annetaan ohjeistuksia liittyen muun muassa kuntoutuskurssien tavoitteisiin, kohderyhmään, rakenteisiin ja kurssien henkilöstöön. (Kelan laitospuotoisen kuntoutuksen standardi. Versio 15/2008.)

Kela määrittelee kurssien tavoitteet seuraavasti: *Tavoitteena on osana asiakkaan hoito- ja kuntoutusprosessia tukea sairaudesta toipumista ja löytää konkreettisia keinoja työ- ja toimintakyvyn sekä elämänlaadun parantamiseksi.* Päättävöitteen lisäksi Kela listaa vielä joitakin osatavoitteita, joita ovat esimerkiksi omien voimavarojen tunnistaminen, itsetuntemuksen ja

arvostuksen vahvistaminen sekä sosiaalisen tukiverkoston vahvistaminen ja sosiaalisten valmiuksien lisääminen. Kela määrittelee kuntoutuskurssien kohderyhmän siten, että kuntoutuskurssit on tarkoitettu nimenomaan niille henkilöille, jotka sairastavat psyykkisiä, sosiaalisia tai fyysisiä rajoituksia aiheuttavaa mielenterveyden häiriötä. Tarvittaessa kurseille voi osallistua myös työelämästä poissa olevia henkilöitä, joille tarkoitettut kurssit tulee kuitenkin suunnitella omana kokonaisuutenaan. Kaikille kurseille osallistuvilta edellytetään halua käsitellä ongelmiaan ryhmämuotoisessa kuntoutuksessa. (Kelan laitospuoleisen kuntoutuksen standardi. Versio 15/2008.)

Tutkimuslupaa myöntäessään Kela esitti kirjallisesti myös minulle toivomuksia ja ohjeistuksia tutkimukseni tekemiseen. Ohjeistukset liittyivät ennen kaikkea käytännön järjestelyihin sekä eettisiin asioihin. Tärkeimmäksi asiaksi nousi tutkimukseeni osallistuvien nuorten hyvinvointi sekä heidän eettinen ja hyvä kohtelunsa. Lisäksi toiveena oli, ettei tutkimukseni teko aiheuta häiriötä kuntoutukseen osallistuneiden nuorten elämään. Kela painotti, että tutkimukselle tulee osoittaa ohjaaja, joka on tutkijan ja oppilaitoksen kanssa yhdessä vastuussa siitä, että tutkimus on asianmukainen. Lisäksi ohjeistuksissa mainittiin, että kuntoutujille on kerrottava selkeästi, mitä heidän kuntoutuksessa antamia tietoja käytetään tutkimustarkoitukseen. Lisäksi kuntoutujille on annettava selkeästi tieto siitä, ettei tutkimus liity heidän kuntoutukseensa, eikä tutkimuksesta kieltäytyminen vaikuta heidän kuntoutukseensa.

3.3 Laadullinen asianosaisarviointi

Arviointitutkimus pitää sisällään hyvin monenlaisia teoreettis-metodologisia suuntauksia eikä arviointitutkimukselle ole yhtä ainoa oikeaa määritelmää (Jerkedall 2005, 21.) Michael Pattonin (1997, 24) mukaan arviointia ja arviointitutkimusta tehdään ennen kaikkea päätöksenteon ja kehittämistyön tueksi. Arviointia voidaan toteuttaa monella eri tavalla ja monesta eri näkökulmasta riippuen paljon siitä, mihin arvioinnilla pyritään. Tässä tutkimuksessa tarkastelen Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry:n järjestämiä Voltti-kursseja laadullisen asianosaisarvioinnin näkökulmasta. Tutkimuksestani nousee esiin osallistuva ja vuorovaikutteinen arviointi, jota toteutan siten, että Voltti-kurseille osallistuneet nuoret saavat itse omien kokemusten pohjalta arvioida kurssien hyödyllisyyttä.

Michel Scriven tekemän jaottelun mukaan arviointitutkimus voidaan jakaa summatiiviseen ja formatiiviseen arviointiin. Summatiivisessa arvioinnissa tutkimus kohdistuu vaikutusten ja lopputulosten arviointiin ja formatiivisessa arvioinnissa hankkeen tai organisaation prosessiin. (Linnosuo 2004, 14.) Oma arviointitutkimukseni tulee kohdistumaan summatiiviseen arviointiin sillä olen kiinnostunut nimenomaan Voltti-kursseille osallistuneiden nuorten kokemuksista kurssien hyödyllisyydestä ja siitä, ovatko nuoret saaneet sellaisia työkaluja ja apuvälineitä, jotka vaikuttavat vielä nykypäivänäkin heidän elämänhallintaansa. Nuorten Voltti-kursseja arvioimalla pyrin siihen, että nuorten elämänhallintaa ja selviytymistä pystyttäisiin parantamaan kehittämällä Voltti-kurssien sisältöjä vastaamaan niitä tarpeita, joita Voltti-kursseilla osallistuneilla nuorilla on. Pyrin tutkimuksellani kehittävään ja hyödyntävään arviointiin. Tällä tarkoitan sitä, että kerään tietoa kuntoutustoiminnasta ja tuloksista nuorten itsensä kokemina sekä pyrin siihen, että tuloksia voitaisiin jatkossa myös hyödyntää Voltti-kurssien parantamiseksi ja kehittämiseksi. Erityisesti toivon tämän tutkimuksen avulla saavani kerättyä sellaista tietoa, jota Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry ja Kela voivat tulevaisuudessa hyödyntää Voltti-kurssien kehittämiseksi.

Arviointitutkimus on kehittynyt ja saanut alkunsa Yhdysvalloissa vuosisadan alkupuoliskolla ja arviointitutkimus laajeni merkittävästi heti toisen maailman sodan jälkeen. Arviointitutkimus tuli kuitenkin vasta näkyväksi vuonna 1960 suurten yhteiskunnallisten uudistusohjelmien myötä, jolloin arviointitutkimus alkoi kehittyä myös Pohjoismaissa. Samalla kun yhteiskunta tuotti uusia ja erilaisia tapoja reagoida ihmisten tarpeisiin ja ongelmiin, haluttiin tutkimustietoa arvioimaan sosiaalisten palvelujen toimivuutta. Nyky-yhteiskunnassa asetetaan suuria toiveita ja tavoitteita sosiaalisten ongelmien ennaltaehkäisyyn ja erilaisiin interventio-ohjelmiin. Niiden hyödyllisyydestä esimerkiksi nuorison sosiaalistamisessa on kuitenkin vaikea saada näyttöä ilman tieteellistä tiedonkeruuta ja arviointia. Arviointi onkin kehittynyt aihealueena voimakkaasti viime vuosikymmenien aikana. Arviointi voidaan nähdä olevan julkisella sektorilla ja julkisia palveluita tuottavien organisaatioiden kohdalla normaalia toimintaa ja yksi osa jatkuvaa oman toiminnan kehittämistä. (Holmila 1999, 48-50.)

Arviointi tai arviointitutkimuksen tekeminen ei ole arvostelua, vaan lähtee liikkeelle täysin toisenlaisista lähtökohdista. Arvioinnin tarkoitus ei ole tuottaa puutelistoja tai arvostella toimintaa, vaan tuottaa havaintoja, johtopäätöksiä ja kehittämissuosituksia arvioitavan kohteen vahvuuksista ja parantamisalueista (Virtanen 2007, 25). Lisäksi arvioinnilla saadaan uutta tietoa tutkittavasta kohteesta ja myös jäsenetään olemassa olevia käsityksiä (Saarinen 1999, 66). Arviointien tekemisessä kyse on arvottamisesta, jolloin lähtökohtana on siis toiminnan arvottaminen tai sen

tarkastelu arvottamisen näkökulmasta (Scriven 1991, 139-141). Arviointien arvo syntyy niiden hyödyllisyyden myötä ja arviointitutkimuksessa tiedon hyödyntäminen on nähty ensisijaisen tärkeäksi (Patton, 1997, 4).

Arviointi voidaan määritellä monin eri tavoin riippuen esimerkiksi siitä, miten sitä tehdään, millaisia kysymyksiä siinä painotetaan ja missä vaiheessa sitä tehdään. Arviointitutkimuksella ei ole omia tutkimusmenetelmiä, vaan se on soveltavan tieteen muoto, joka pyrkii selvittämään ja tuottamaan tietoa vaikuttavuuteen ja muutokseen tähtäävän ohjelman tai projektin toiminnasta, toimivuudesta ja vaikuttavuudesta (Laitinen 2008, 59). Monitieteisyyden vuoksi ei voida sanoa, että on olemassa arviointitutkijoita, vaan on olemassa arviointitutkimusta tekeviä tutkijoita, jotka ovat ensisijaisesti sitoutuneet omaan tutkimusalaansa (Rajavaara 1999,40). Arviointitutkimuksen ensisijainen tavoite ei ole uuden tiedon tuottaminen, kuten ehkä monilla muilla tutkimuksen aloilla, vaan tutkia, miten olemassa olevaa tietoa hyödynnetään ohjaamaan käytännön toimintaa. (Laitinen 2008, 59.)

Julkisesti rahoitettujen ohjelmien, projektien ja hankkeiden arvioinnin peruslähtökohta on hyvin selkeä ja se voidaan helposti hahmotella viiden peruskysymyksen avulla. Ensimmäinen kysymys on, *milloin arviointia tehdään*. Tehdäänpö sitä ennen arvioitavaa toimintaa, arvioinnin kohteena olevan toiminnan aikana vai arvioitavan kohteen toteutuksen päätyttyä. Tässä tutkimuksessa arviointi on tehty Voltti-kurssin päätyttyä siten, että kursseille osallistuneet nuoret ovat jälkikäteen arvioineet kurssien hyödyllisyyttä omien kokemusten kautta. Arviointi voi siis olla etukäteisarviointia, jatkuvaa arviointia/väliarviointia tai jälkikäteisarviointia. Toinen kysymys liittyy siihen, *missä arviointi tehdään ja miten arviointi kohdistetaan*. Tämä kysymys on tärkeä, kun mietitään, millaista aineistoa halutaan kerätä ja kenen mielipiteistä ollaan kiinnostuneita. Tämän tutkimuksen tärkein lähtökohta on Voltti-kursseille osallistuneiden nuorten mielipiteiden ja äänen esille tuominen. Nuoret toimivat arvioijina ja oman asiansa asiantuntijoina, joten arvioinnin kohdistaminen juuri heihin on ensisijaisen tärkeää. (Virtanen 2007, 22-24.)

Kolmas tärkeä kysymys puolestaan liittyy siihen, *kenelle arviointia tehdään*. Arvioinnilla voi olla useita tahoja, jotka ovat kiinnostuneita siitä, millaista tietoa arviointi tuottaa arvioitavasta kohteesta. Pyrin tekemään arviointia Voltti-kurssien hyödyllisyydestä ennen kaikkea Pirkanmaa Ihmissuhdetyö ry:lle. Lisäksi Kela tulee varmasti olemaan kiinnostunut siitä, mitä tietoa ja tuloksia Voltti-kursseista saadaan. Myös oma kiinnostukseni aihetta kohtaan ja se, että nuoret saavat tuoda esiin omia näkökulmiaan on tärkeä lähtökohta. Neljäs kysymys on, *mitä täsmällisesti ollaan*

arvioimassa. Tämä kysymys liittyy siihen, onko arvioinnilla tavoitteena arvioida toiminnan merkitystä, pysyvyyttä, tuloksellisuutta, tehokkuutta vaikutuksia tai vaikuttavuutta. Viimeinen eli viides kysymys käsittelee puolestaan sitä, *mitä kaikkia motiiveja arviointiin liittyy.* Esimerkiksi omassa tutkielmassani esiin nousseita motiiveja ovat tiedon lisääminen, palautteen antaminen ja kuntoutukseen osallistuneiden nuorten näkemysten esiin tuominen. (Virtanen 2007, 22-24.)

3.4 Kuntoutus arvioinnin kohteena

Kuntoutuksen tuloksia, toiminnan hyötyjä ja vaikuttavuutta koskeva kiinnostus on lisääntynyt viime vuosina. Saadaanko kuntoutuksella aikaan mitään hyödyllistä, on perustavanlaatuinen kysymys. Kuntoutuksella pyritään parantamaan ihmisten elämänhallintaa ja selviytymistä sekä takaamaan ammattitaitoisen ja työkelpoisen työvoiman saanti yhteiskunnassa. (Järvikoski & Härkäpää & Nouko-Juvonen 2001, 4-5.) Yhteiskunnan muutokset sekä väestön muuttuvat kuntoutustarpeet ovat syitä siihen, miksi kuntoutusta tulee jatkuvasti kehittää ja uudistaa. Kuntoutuksen tutkimus ja arviointi sijoittuvat eri tieteenalojen leikkauskohtaan, ja sen piirissä on näin ollen luontevasti tilaa erilaisille lähestymistavoille ja menetelmällisille ratkaisuille. Kuntoutuksen arvioinnilla voidaan tarkoittaa muun muassa sitä, että tieteellisin menetelmin empiirisesti kuvataan ja arvioidaan kuntoutustoimintaa, -toimenpiteitä ja toimintaprosessia sekä toiminnan vaikuttavuutta, hyötyjä ja tehokkuutta koskevaa johtopäätösten tekoa. Kuntoutus on silloin vaikuttavaa, kun se tuottaa ”kuntoutumista” eli muuttaa toivottuun suuntaan ihmisten selviytymistä, toiminta- ja työkykyä, hyvinvointia sekä elämänhallintaa ja elämänlaatua. Kuntoutuksen vaikutukset voivat myös näkyä siten, että hoitokustannukset tai sosiaalipalvelujen tarve tai käyttö vähenee. Kuntoutukseen liittyvää arviointitutkimusta tehdään, jotta voidaan vastata kysymyksiin: kannattaako kuntoutus ja mitkä ovat kuntoutuksen vaikutukset ja onko arviointitutkimuksista mitään hyötyä kuntoutuksen kehittämisessä? (Emt. 2001, 5-11.)

3.5 Aikaisempaa tutkimusta nuorten kuntoutuksen arvioinnista

Nuorisoa koskeva tutkimus on ollut melko laajaa ja 1990-luvun puolivälin jälkeen Suomessa on julkaistu lukuisia nuorisoa koskevia artikkeleita, artikkelikokoelmia, väitöskirjoja ja muita tutkimuksia. Suomen lisäksi myös kansainvälinen nuorisotutkimus on ollut laaja-alaista ja

tuottoisaa. Nyky-yhteiskuntamme ja sen muutokset ovat luoneet pohjan sille, että nuorisotutkimukseen ja nuorisoa koskevaan keskusteluun on noussut uusia puheenaiheita. Erityisesti monikulttuurisuus on noussut tärkeäksi tutkimuksen aihealueeksi tutkittaessa suomalaisia nuoria. Toinen merkittävä tutkimusalue on nuorisotyön henkilö- ja rahoitusresurssien heikentyminen 1990-luvulta lähtien. Hyvinvointivaltion kriisiytymisen myötä kunnallinen nuorisotyö on muuttunut ja vähentynyt. Tämän muutoksen seurauksena on perustettu monia kymmeniä nuorisotyöprojekteja, joiden avulla nuorisotyön muotoja on pyritty kehittämään. Viime vuosina on myös ilmestynyt paljon tutkimusta liittyen nuorisotyöprojektien arviointiin, joiden mukaan projektit ovat olleet enenevin määrin tehokkaita ja onnistuneita. (Puuronen 2006, 7-9.)

Nuorten parissa tehtävää yhteiskunnan hallinto- tai kasvatusrakenteista lähtevää kehittämis- ja auttamistyötä tullaan suurella todennäköisyydellä arvioimaan tulevaisuudessa yhä entistä enemmän sillä uusia nuorisotyön muotoja tai nuorten elämään ylipäättään vaikuttavia toimia on vaikea perustella ilman minkäänlaista arviointia niiden hyödyllisyydestä. Tämän näkemyksen mukaan arviointitutkimukselle on varmasti tilausta nuorisotutkijoiden piirissä. (Holmila 1999, 47.) Nuorille suunnattuja erityisprojekteja ovat nimenomaan ongelmanuoriin, syrjäytyneille tai syrjäytymisvaarassa oleville nuorille suunnatut kurssit ja projektit, kuten myös Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry:n järjestämä Voltti-kurssi, jonka tarkoituksena on saada yhteiskunnan marginaalissa elävien nuorten elämä takaisin raiteilleen.

Nuorten kuntoutukseen liittyvää arviointia on Suomessa tehty jonkin verran. Pekka Karjalainen ja Sanna Blomgren käsittelevät Joensuussa toteutetun Nuotta-projektin arviointia vuonna 2004 julkaistussa loppuraportissaan Oikorata vai mutkatie? Sosiaalista kuntoutusta ja työelämäpolkuja nuorille. Karjalainen ja Blomgren tuovat loppuraportissaan esiin Nuotta-projektin lähtökohtia, arvioinnin toteutustapaa ja arvioivat projektin tuloksellisuutta ja vaikuttavuutta. Nuotta-projekti toteutettiin vuosina 2000-2003 ja se oli suunnattu 17-24-vuotiaille joensuulaisille nuorille, joilla oli heikko motivaatio työhön ja koulutukseen ja siten heidän katsottiin olevan syrjäytymisuhan alaisia. Yhteensä projektiin osallistui 160 nuorta. Nuotta-projektin tavoitteena oli vaikuttaa nuorten elämäntilanteisiin moniammatillisella työotteella ja hankkeen lähtökohtana oli huoli nuorten työttömyydestä ja elämänhallinnan pulmista. Arviointiprosessi alkoi maaliskuussa 2001, jolloin tutkijat alkoivat seurata nuorten elämänhallinnan muutoksia ja projektin vaikuttavuutta yksilötasolla. (Karjalainen & Blombgren 2004, 17.)

Karjalainen ja Blomgren käyttivät arvioinnissaan realistisen arvioinnin mallia, jonka avulla he pyrkivät selvittämään millaisilla työ- ja menettelytavoilla voidaan parhaiten vastata syrjäytymisvaarassa olevien nuorten tilanteisiin, kumppaneiden odotuksiin sekä saavuttaa hankkeen monitasoiset tavoitteet (Karjalainen & Blomgren 2004, 51). Nuotta-projektin loppuraportissa Karjalainen ja Blomgren tuovat esiin, että nuorten saattaminen koulutukseen ja työmarkkinapoluille edellyttää pitkäjänteistä sosiaalista tukemista. Sosiaalityöntekijän ja työvoimaneuvojan muodostama työpari työskentely nuorten tueksi osoittautui toimivaksi ja sen avulla voitiin paneutua moniongelmaisten nuorten tilanteisiin, jotka eivät ole olleet minkään palvelun piirissä. (Karjalainen & Blomgren 2004, 106)

Muita Suomessa nuoriin kohdistuvia arviointitutkimuksia ovat tehneet muun muassa Asko Suikkanen, Sirpa Martti ja Ritva Linnakangas tutkimuksessaan Homma hanksaan sekä Juha-Pekka Halonen, Tuula Aaltonen, Anneli Hämäläinen, Sirkka Karppi, Juha Kaukinen, Anja Kervilä, Marjatta Lehtinen, Erkki Pere, Pauli Puukka, Ville Siitonen, Sirpa Silvennoinen ja Seija Talo tutkimuksessaan Syrjäytymisvaarassa olevien vajaakuntoisten nuorten kuntoutustarpeen arviointi.

Suikkasen, Martin ja Linnakankaan tutkimus Homma hanksaan piti sisällään nuorten kuntoutuskokeilun arviointia. Tutkimuksessa mukana olivat 18 projektia eri puolilta Suomea. Tutkimuksen tavoitteena oli tarkastella, kuinka syrjäytymisvaarassa olevia nuoria voidaan tukea ja onko nuorten tukeminen mahdollista moniammatillisena yhteistyönä ja normaalin palvelujärjestelmän puitteissa. Tutkimuksen kohderyhmänä olivat 15-17 -vuotiaat nuoret, jotka olivat keskeyttäneet peruskoulun tai ammatilliset opinnot tai jotka olivat suorittaneet peruskoulun huonoilla arvosanoilla. Tutkimuksen näkökulmana toimi realistinen arviointi, jonka tavoitteena on selvittää, mikä vaikuttaa kenenkin kohdalla ja millaisissa olosuhteissa ja toimintaympäristöissä. Tutkimuksessa selvitettiin myös realistisen monitahoarvioinnin avulla eri osapuolten, kuten vanhempien, nuorten ja työntekijöiden näkemyksiä projektien toiminnasta ja vaikuttavuudesta. Tutkimuksen tarkoituksena oli siis tuottaa tietoa yksittäisten projektien toiminnasta, eri tahojen välisen yhteistyön hyvistä käytännöistä ja kehittämistarpeista nuorten syrjäytymisen ehkäisemiseksi. (Suikkanen & Linnakangas 2004, 15-23.)

Selkeäksi tutkimustulokseksi nousi esiin varhaisen puuttumisen tärkeys. Tutkimuksen mukaan parhaiten onnistuttiin niissä tilanteissa, joissa nuorelle annettiin tukea ja apukeinoja melko pian sen jälkeen, kun ongelmia koulussa tai arjessa alkoi ilmaantua. Lisäksi tutkimuksen mukaan motivoituneita nuoria kyettiin auttamaan ja tukemaan paremmin kuin niitä nuoria, joilla ei ollut

omaa motivaatiota avun vastaanottamiseen. Ne nuoret, joilla ei ollut motivaatiota oman elämänsä eikä tulevaisuutensa parantamisen suhteen eivät olleet autettavissa tutkimukseen osallistuneiden kuntoutuskokeilujen keinoin. Vähiten motivoituneet nuoret olivat juuri niitä nuoria, joilla oli paljon kasautuvia ja vakavia ongelmia. Runsas kaksi kolmesta projekteissa olleista nuorista saivat apua ja heidän elämäntilanteissaan tapahtui merkittävää parannusta. Nuoret kokivat, että tuki koulunkäyntiin, opastus tulevaisuuden suunnitteluun, ystävien ja uusien ihmissuhteiden saaminen projektien kautta edesauttoivat elämänhalun parantumista ja autoivat hyvin kokonaisvaltaisesti heidän elämäntilanteen selkiytymistä. Tutkimuksen mukaan hyviä työkäytäntöjä syrjäytymisvaarassa olevien nuorten kanssa työskentelyssä ovat erityisesti kokonaisvaltainen ja yksilölähtöinen työote ja yksilöllisen kuntoutussuunnitelman laatiminen jokaiselle nuorelle. Nuorten tukemiseen tarvitaan moniammatillisuutta, nuorten aktivointia ja tulevaisuusorientaation ja sosiaalisten siteiden vahvistamista sekä saattaen vaihtamista, joka tarkoittaa sitä, ettei nuoret jää tyhjän päälle vaan saavat tarvitsemaansa tukea keskeytyksettä. (Suikkanen & Linnakangas 2004, 220-223.)

Nuorten työttömyydellä on todettu olevan selvä yhteys muun muassa psyykkisten ja sosiaalisten ongelmien lisääntymiseen, terveystalvelujen käyttöön, somaattiseen sairastavuuteen ja yhteiskunnasta vieraantumiseen. Jukka-Pekka Halonen, Tuula Aaltonen, Anneli Hämäläinen, Sirkka-Liisa Karppi, Juha Kaukinen, Anja Kervilä, Marjatta Lehtinen, Erkki Pere, Pauli Puukka, Ville Siitonen, Sirpa Silvennoinen ja Seija Talo toteuttivat syrjäytymisvaarassa olevien vajaakuntoisten nuorten kuntoutustarpeen arvioinnin seurantatutkimuksen vuosina 2001 ja 2002. Tavoitteena oli saada kokemusta vajaakuntoisten nuorten kuntoutustutkimusten tekemisestä laitospalvelujen piirissä sekä selvittää arviointiin osallistuvien nuorten elämäntilanteita ja niitä syitä, jotka olivat johtaneet nuoria uhkaavaan syrjäytymiseen. Lisäksi tutkimuksen tavoitteena oli selvittää monipuolisesti nuorten mahdollisuuksia kuntoutua. Hankkeeseen osallistui 58 Koho-projektin käynnystä nuorta. Nuorten ikähaarukka oli 17-25 vuotta ja kaikilla heillä oli todettu fyysisiä, psyykkisiä tai sosiaalisia toimintarajoitteita, jotka estivät heitä olemasta työmarkkinoiden käytössä. Hankkeessa tehtiin syrjäytymisvaarassa olevalle nuorelle kuntoutustutkimus Kelan kuntoutuksen palveluyhtiössä. (Halonen & Aaltonen & Hämäläinen & Karppi & Kaukinen & Kervilä & Lehtinen & Pere & Puukka & Siitonen & Silvennoinen & Talo 2007, 10-19)

Kyseessä oli moniammatillinen tutkimus, johon käytettiin toimintakyvyn biopsykososiaalisen arviointi- ja edistämismallia. Tämä malli on kehitetty ohjaamaan toimintakyvyn laaja-alaista ja moniulotteista arviointia käytännön työssä sekä kehittämään arviointiin perustuvaa kuntoutus- ja

toimenpidesuunnitelman laadintaa ja palvelujen tarjontaa. Tutkimusaineisto kerättiin nuoria haastatteleamalla ja 10 tutkimuspäivän aikana erilaisia tehtäviä ja ryhmätehtäviä tekemällä, havainnoimalla ja arvioimalla sekä nuorten kanssa asioista keskustelemalla. Kuntoutustutkimukseen osallistuivat lääkäri, sairaanhoitaja, sosiaalityöntekijä, psykologi ja fysioterapeutti, jotka arvioivat kukin omalla toiminta-alueellaan nuorten hyvinvointia, toimintakykyä ja sen hetkistä elämäntilannetta.

Tutkimuksen mukaan nuorten integroitumisprosessin kannalta toimintakyvyn laaja-alainen tarkastelu moniammatillisena yhteistyönä kuntoutustutkimuksessa on välttämätöntä. Tutkimuksen mukaan vajaakuntoisten ja syrjäytymisvaarassa olevien nuorten tarvitseman avun ja tuen varhainen tunnistaminen ja nuorten ohjaaminen avun piiriin edellyttää nykyistä parempaa yhteistyötä kouluviranomaisten, terveydenhuollon, sosiaalihuollon ja kodin välillä. Huomiota tulisi erityisesti kiinnittää pitkäaikaissairaana ja toimintakyvyttömän nuoren siirtymävaiheeseen peruskoulusta aikuisuuteen, ammatilliseen koulutukseen ja työelämään. Tutkimuksen mukaan nuoret tarvitsevat tukihenkilön, joka vastaa siitä että nuori saa kaiken tarvitsemansa tuen ja avun. Nuorten lisäksi vanhemmat tarvitsevat entistä enemmän tukipalveluja, joiden avulla vanhemmat voivat olla nuorten tukena elämän laadun parantamisessa ja yhteiskuntaan kiinnittymisessä. Joustavien työelämän sääntöjen ja mielenterveyspalvelujen kehittäminen sekä se, että nuoret pääsisivät nykyistä helpommin Kelan kuntoutuksen piiriin, vaikka heillä ei olisi todettu sairautta tai vammaa ovat ensisijaisen tärkeitä seikkoja. (Emt., 15-69.)

4. Tutkimusasetelma ja aineisto

Tutkimukseni lähestymistapa on laadullinen asianosaisarviointi. Tarkoitukseni on tutkia Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry:n toteuttamia nuorten avokuntoutuskursseja ja sitä, mitä nuoret kertovat niiden hyödyllisyydestä heidän työ- ja toimintakykynsä ja samalla myös heidän elämänhallintaansa. Tutkimusotteeni on lähtökohdiltaan fenomenologis-hermeneuttinen, jonka tutkimuskohteena on ensisijaisesti inhimillinen kokemus, tutkittavien tietoisuudessa liikkuvat merkitykset ja subjektiivinen elämismaailma (Komonen 2001, 65). Erityisesti fenomenologiassa on keskeistä tutkia ihmisen suhdetta omaan elämäntodellisuuteen. Kokemus muotoutuu merkitysten mukaan ja merkitykset ovatkin fenomenologisen tutkimuksen varsinainen kohde. Hermeneuttinen ulottuvuus astuu kuvaan fenomenologisen tutkimuksen tulkinnan tarpeen myötä. Hermeneutiikalla tarkoitetaan siis teoriaa ymmärtämisestä ja tulkinnasta. Tutkimusaineisto kerätään yleensä haastatteluiden avulla ja tutkimus etenee siten, että haastateltava kertoo kokemuksensa vaikkapa juuri avokuntoutuskursseille osallistumisesta, jonka jälkeen tutkija pyrkii löytämään haastateltavien puheesta mahdollisimman oikean tulkinnan. (Laine 2007, 29-31.) Fenomenologis-hermeneuttisen tutkimusperinteen erityispiirteenä on siis se, että siinä ihminen on tutkimuksen kohteena ja tutkijana. Millainen ihminen on tutkimuskohteena ja miten ihmisestä tutkimuskohteena voi saada tietoa ja millaista tämä tieto on luonteeltaan, ovat fenomenologis-hermeneuttisen tutkimusperinteen filosofisia ongelmia. (Tuomi & Sarajärvi 2003, 33-34.) Mielestäni fenomenologis-hermeneuttinen näkökulma sopii tutkimukseeni hyvin, sillä tämän tutkimuksen kautta pyrin ymmärtämään tutkimukseeni osallistuvien nuorten sen hetkistä merkitysmaailmaa, jonka kautta kokemus muotoutuu.

4.1 Tutkimusongelma ja tutkimuskysymykset

Tutkimukseni tutkimuskysymykset ovat:

- Mikä on Voltti-kursseille osallistuneiden nuorten kokemus Voltti-kursseista ja niiden hyödyllisyydestä?

- Ovatko Voltti-kurssit olleet tukena nuorten elämäntilanteiden parantumisessa ja elämänhallinnassa?
- Onko nuorten elämäntilanne muuttunut jotenkin Voltti-kurssin jälkeen?

Tavoitteenani on tarkastella nuorten elämäntilanteiden parantumista avokuntoutuksesta ennen, sen aikana ja sen jälkeen. Pyrin siis selvittämään, miten tutkittavien oman näkemyksen mukaan avokuntoutus on hyödyttänyt heitä. ”Ennen ja jälkeen” – asetelman kautta pyrin löytämään vastauksia siihen, mitä mahdollisia muutoksia kuntoutuskurssit ovat nuorten elämään tuoneet ja ovatko kuntoutuskurssit olleet tukemassa nuorten elämänhallintaa. Tiedostan tutkimustani tehdessä kuitenkin sen, että mahdollisten muutosten toteutumiseen ovat voineet vaikuttaa monet muutkin taustatekijät kuin vain Voltti-kurssi. En voi siis varmuudella sanoa, että juuri Voltti-kurssi on ollut syy nuorten elämäntilanteiden muuttumiseen. Pyrin kuitenkin haastatteluiden avulla selvittämään niitä seikkoja, jotka nuoret kokevat merkityksellisinä ja juuri Voltti-kurssin tuomina positiivisina muutoksen mahdollistajina.

Keskityn tarkastelemaan nuorten omaa puhetta ja tulkintoja avokuntoutuksesta ja näin pyrin nimenomaan tavoittamaan heidän omat näkökulmansa. Pyrin tutkimuksessani siihen, että kerään ja analysoin tietoa niin, että nuorten kokemukset, näkemykset ja äänet pääsevät mahdollisimman hyvin esiin. Tiedostan kuitenkin, että tutkijana tulkiten ja jäsenän nuorten kokemuksia aikaisempien tutkimusten avulla. Tutkimukseni idea on tehdä katsaus nuorten tilanteeseen hetkellä, kun kuntoutuksesta on jo kulunut aikaa. On mielenkiintoista tarkastella, onko kuntoutuksesta saadut työkalut oman elämäntilanteen parantamiseksi edelleen nuorten käytössä ja onko nuorten näkemyksen mukaan kuntoutuksesta ollut pidemmällä aikavälillä hyötyä.

4.2 Aineistona Voltti-avokuntoutuskursseille osallistuneiden nuorten haastattelut

Nuorten kokemuksiin ja käsityksiin perustuvan aineistoni olen kerännyt haastatteluiden avulla. Vesa Puurosen (2006, 18) teoksesta nousee esiin, että tutkimukseen, joka kohdistuu nuorisoon, sopivat parhaiten sellaiset menetelmät, jotka perustuvat tutkijan ja tutkittavan suoralle kommunikaatiolle kuten esimerkiksi haastattelumenetelmät. Tämä oli yksi syy siihen, miksi valitsin haastattelut aineistonkeruumenetelmäksi. Yhtenä painavana syynä oli myös se, että halusin selvittää nimenomaan Voltti-kursseille osallistuneiden nuorten omia kokemuksia Voltti-kurssista ja selvittää,

vaikuttiko kurssi heidän elämäänsä, onko kursseista ollut todellista hyötyä heidän arjessa selviytymiseen ja oliko se jonkinlainen käännekohta heidän elämässään. Tavoitteenani oli suhteellisen vapaamuotoisen teemahaastattelun avulla kerätä tietoa nuorten elämäntilanteista ennen Voltti-kurssia, kurssille tulosta ja siellä olemisesta, kokemuksista Voltti-kurssien sisällöistä, hyödyllisyydestä sekä nuorten asettamien tavoitteiden toteutumisesta. Lisäksi pyrin saamaan tietoa nuorten nykyisestä elämäntilanteesta ja mahdollisista muutoksista, joita Voltti-kurssi sai aikaan.

Tein haastattelut vuoden 2011 aikana. Haastatteluihin osallistuneista nuorista puolet oli miehiä ja puolet naisia. Kaikki heistä olivat myös käyneet Voltti-kurssin alusta loppuun. Haastatteluhetkellä Voltti-kurssin loppumisesta nuorilla oli aikaa puolesta vuodesta kolmeen vuoteen. Nuorten ikähaarukka oli haastatteluhetkellä 22-31 vuotta. Haastattelemani nuoret olivat pääosin masentuneita, mutta lisäksi he kärsivät ahdistuneisuudesta ja alakuloisuudesta. Haastatteluhetkellä neljällä nuorella oli opiskelupaikka, yksi nuori kävi töissä ja yksi nuori ei käynyt töissä eikä hänellä ollut opiskelupaikkaa. Kenelläkään nuorista ei ollut lapsia ja yksi nuorista eli parisuhteessa.

Mietimme yhdessä Voltti-kurssin ohjaaja Katariina Ylä-Raution kanssa, kuinka nuoria olisi syytä lähestyä ja kertoa tutkimuksesta sekä mahdollisuudesta osallistua haastatteluihin. Olin jo Kandidaatin tutkielmaa tehdessäni törmännyt haasteeseen saada nuoria osallistumaan haastatteluihin. Tulimme Ylä-Raution kanssa siihen tulokseen, että laadimme yhdessä kirjeen, jonka lähetämme Ylä-Raution nimissä kaikille Voltti-kursseille osallistuneille nuorille. Tähän päätökseen vaikutti suuresti myös se, että Kela oli antanut ohjeistukseksi seuraavaa: ”Yhteydenotossa kuntoutujiin tulee noudattaa tietosuojaan liittyviä lakeja ja säädöksiä. Oppilaitos tai tutkija ei voi olla suoraan yhteydessä kuntoutujiin. Yhteydenottajana voi olla kuntoutuspalveluntuottaja”. Pidimme myös hyvänä ajatuksena sitä, että ensimmäinen yhteydenotto tulee nuorille jo tutuksi tulleelta henkilöltä, jolloin kynnys lähteä mukaan tutkimukseen olisi matalampi. Laitoimme kirjeeseen minun yhteystietoni, mutta annoimme nuorille myös mahdollisuuden olla aluksi yhteydessä Katariina Ylä-Rautioon mahdollisten kysymysten ja ajatusten esittämiseksi. Suurin osa nuorista oli suoraan minuun yhteydessä sähköpostitse, jolloin meidän oli helppo yhdessä sopia haastattelutapaamisen ajankohta ja paikka.

Ainoastaan kuusi nuorta otti minuun yhteyttä ja kertoivat halukkuutensa olla mukana haastatteluissa. Kirjeen lähettämisen jälkeen melko pian minuun oli yhteydessä kolme nuorta, joiden kanssa sain sovittua haastatteluajat. Enempää haastatteluja en saanut tuolloin sovittua. Kun kirjeen lähettämisestä oli kulunut jo aikaa enkä ollut saanut kuin kolme nuorta haastatteluihin,

sovimme Ylä-Raution kanssa, että hän laittaa nuorille muistutusviestit mahdollisuudesta osallistua haastatteluihin. Tämän jälkeen minuun oli yhteydessä vielä kolme nuorta. On melko mielenkiintoista pohtia, mikseivät nuoret halunneet osallistua tutkimukseeni. Kaiken kaikkiaan Voltti-kursseille on osallistunut 40 nuorta, joten kuusi nuorta on aika pieni osuus kaikista osallistujista. Kandidaatin tutkielmani käsitteli koulutuksen ja työelämän ulkopuolella eläviä nuoria ja heitä oli myös lähes mahdotonta saada mukaan haastatteluihin. Voiko juuri koulutuksen ja työelämän haasteissa elävät nuoret olla sen tyyppinen ryhmä, jolla on vaikeuksia ottaa osaa yhteiskunnan toimintaan. Osa Voltti-kursseille osallistuneista nuorista asuivat Tampereen ulkopuolella, joten myös se voi olla yhtenä syynä haluttomuudelle osallistua haastatteluihin. Vesa Puuronen (2006, 18) toteaa teoksessaan, että tutkittaessa nuoria yksi keskeisimmistä metodologisista haasteista voi olla juuri se, etteivät nuoret ole halukkaita osallistumaan tutkimukseen ja olemaan yhteistyössä tutkijoiden kanssa. Nuoret saattavat kokea tutkijat liian aikuisten maailmaan kuuluviksi ja instituutioiden edustajiksi.

Tapasin kaikki nuoret kerran ja haastattelut kestivät keskimäärin tunnin. Nauhoitin kaikki haastattelut eikä kukaan nuorista pitänyt nauhurin käyttöä epämiellyttävänä. Kaikki olivat suostuvaisia siihen, että haastattelut nauhoitetaan eivätkä nuoret omien sanojensa mukaan edes huomanneet nauhuria haastattelutilanteessa. Ennen haastattelujen alkua esittelin itseni ja tutkimukseni haastateltaville. Kävin läpi myös aihealueita, joita haastattelu piti sisällään sekä kerroin, etteivät heidän nimet tai muut henkilötiedot tule näkyviin tutkimuksessani. Kerroin myös, että tulen käsittelemään haastattelut luottamuksellisesti ja tuhoamaan nauhoitetun materiaalin tutkimukseni teon jälkeen.

Haastattelin kaikki nuoret Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry:n tiloissa. Tiesin, että paikka oli nuorille tuttu ja sieltä järjestyi myös jokaiselle kerralle rauhallinen tila haastatteluiden tekoon. Annoin nuorille myös mahdollisuuden itse valita haastattelupaikan, mutta kaikki nuoret olivat tyytyväisiä siihen, että tapasimme Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry:n tiloissa. Jokainen nuori saapui sovitusti haastattelutapaamiseen ja kertoi minulle melko avoimesti elämästään ja osallisuudestaan Voltti-kursseille. Suurimman osan kanssa haastattelutilanteet sujuivat hyvin rennosti ja ne etenivät keskustelunomaisesti ja nuoret kertoivat hyvin laaja-alaisesti itsestään ja elämästään. Osa nuorista kertoi kysymättä myös lapsuudestaan ja siitä, kuinka lapsuuden aikaiset tapahtumat vaikuttavat vielä nykyäänkin heidän elämäntilanteisiinsa. Osa nuorista vastasi hyvin lyhytsanaisesti esittämiini kysymyksiin ja näiden nuorten kanssa ei ollut mahdollisuutta sen syvällisempään keskusteluun. Esitin nuorille kysymyksiä haastattelurungon (liite 2) mukaisesti, mutta osa nuorista kertoi niin

laaja-alaisesti elämästään, ettei minun tarvinnut esittää kaikkia kysymyksiä kaikille, koska sain niihin vastaukset jo edellisten kysymysten yhteydessä. Nuoret, joilla oli kulunut jo aikaa Voltti-kurssin käymisestä, muistelivat ja palauttivat mieliinsä hieman pidempään ajatuksiaan ja kokemuksiaan Voltti-kursseista. Nuoret toivat esiin, etteivät olleen valmistautuneet haastatteluihin mitenkään ja osa nuorista kertoi jännittäneensä haastattelutilannetta.

Nuoret olivat kiinnostuneita minusta ja pro gradu-tutkielmani teosta. Nuoret kyselivät lähinnä sosiaalityön opiskeluistani ja tutkielmani liittyvistä seikoista ja siitä, miksi päätin tehdä tutkielmani juuri Voltti-kursseista. Nuoret olivat myös kiinnostuneita tietämään, kuinka moni Voltti-kurssilaisista on jo osallistunut haastatteluihin ja kuinka montaa nuorta tulen haastattelemaan. Osa nuorista kertoi osallistuvansa hyvin mielellään haastatteluun ja heille oli selkeästi tärkeää, että he saivat kertoa omista kokemuksistaan Voltti-kursseista ja tuoda oman mielipiteensä näkyväksi. Haastatteluiden päätyttyä ja nauhurin kiinnilaittamisen jälkeen osa nuorista halusi jäädä keskustelemaan kanssani niitä näitä. Yksi nuorista kertoi olevansa hyvin yksinäinen ja sanoi, että on mukavaa, kun on joku keskustelukumppani. Haastattelutilanteissa koin melko haasteellisenä toimia pelkästään tutkijan roolissa ja toisinaan huomasin asennoituvani nuoriin sosiaalityöntekijän näkökulmasta. Tähän vaikutti varmasti työkokemukseni lastensuojelussa, jossa myös haastattelujen aikana työskentelin. Roolin vaihtaminen lastensuojelun sosiaalityöntekijän roolista tutkijan rooliin toi omat haasteensa ja minun täytyi joka kerta ennen haastattelujen alkua pohtia omaa asemaani ja rooliani suhteessa haastattelemiini nuoriin.

Nuorten haastatteluiden lisäksi aineistona olen käyttänyt Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry:tä koskevia dokumentteja sekä Voltti-kurssien ohjaajien tekemiä muistiinpanoja Voltti-kursseille osallistuneista nuorista, kurssien päiväohjelmasta ja työmenetelmistä. Lisäksi olen tutustunut nuorten antamiin palautelomakkeisiin. Voltti-kursseista tehtyihin dokumentteihin tutustuin Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry:n toimistolla ja sain joka kerta siellä käydessäni rauhallisen työtilan dokumenttien lukemiselle. Dokumentit pitivät sisällään hyvin monipuolista tietoa nuorten taustoista ja tarkan päiväohjelman jokaisesta Voltti-kurssista. Ohjaajat olivat myös kirjoittaneet jokaisesta nuoresta omia havaintojaan, huolenaiheitaan ja huomioita nuorten hyvinvoinnista. Suurin osa dokumenteista piti sisällään salassa pidettäviä tietoja ja hyvin henkilökohtaisia asioita nuorista. Dokumentteja tarkastellessani ja muistiinpanoja tehdessäni pyrin jatkuvasti siihen, että huomioin kaikissa tekemisissäni salassapitovelvollisuuden.

4.3 Tutkimusmenetelmänä sisällönanalyysi ja teemoittelu

Analysoin aineistoani sisällönanalyysin keinoin. Sisällönanalyysillä tarkoitetaan pyrkimystä kuvata dokumenttien sisältöä sanallisesti. Tuomen ja Sarajärven (2002, 93) mukaan sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä, joka voidaan ymmärtää sekä yksittäiseksi metodiksi että väljäksi teoreettiseksi kehykseksi. Analyysimenetelmänä sisällönanalyysiä käyttäessään tutkija valitsee ensin aineistostaan kiinnostavan osan ja jättää kaiken muun tutkimuksen ulkopuolelle. Tämän jälkeen tutkija etsii aineistosta kaiken aiheeseen liittyvän, jonka jälkeen aineisto esimerkiksi luokitellaan, teemoitellaan tai tyypitellään ja kootaan uudestaan uudella tavalla loogiseksi kokonaisuudeksi. Tuomen ja Sarajärven mukaan on erityisen tärkeää, että tutkija valitsee hyvin kapean ja rajatun aiheen tutkimuksen teossa. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 94-95.)

Sisällönanalyysia voidaan tehdä aineistolähtöisesti, teoriaohjaavasti tai teorialähtöisesti. Analysoin tässä tutkimuksessa aineistoani aineistolähtöisesti. Aineistolähtöinen analyysi etenee siten, että haastattelut kuunnellaan ja litteroidaan sanasanalta. Tämän jälkeen aukikirjoitettuun haastatteluaineistoon perehdytään ja luetaan aineisto läpi useaan otteeseen, jonka jälkeen aineistosta voidaan löytää pelkistettyjä ilmauksia ja näin aineistosta karsitaan tutkimuksen kannalta epäolennainen pois. Pelkistämisen jälkeen aineistosta etsitään samankaltaisuuksia ja erilaisuuksia, jonka jälkeen muodostetaan alaluokkia. Alaluokat yhdistetään omiksi kokonaisuuksiksi ja tämän jälkeen niistä muodostetaan yläluokkia. Lopuksi myös yläluokat yhdistetään ja aineistosta muodostetaan yhtenäinen kokonaisuus. Aineistolähtöisessä tutkimusotteessa sisällönanalyysi perustuu tulkintaan ja päättelyyn, jossa edetään empiirisestä aineistosta kohti käsitteellisempää näkemystä tutkittavasta kohteesta. (Emt., 110-115.)

Teemahaastatteluaineistoon sopii erityisesti aineiston teemoittelu. Teemoittelulla tarkoitetaan aineiston järjestämistä teemojen tai aihepiirien mukaisesti ja sitten sen pelkistämistä. Jokaisen eri teeman alle kerätään haastatteluista kaikkien haastateltavien vastaukset, jotka liittyvät kyseiseen teemaan. (Eskola & Vastamäki 2007, 41-43.) Aineiston teemoittelulla voidaan löytää myös muitakin teemoja kuin ne, joista haastateltavien kanssa on etukäteen ollut tarkoitus puhua. Onkin siis mahdollista, että tutkija löytää kokonaan uusia teemoja aineistostaan, jos hän vain osaa suhtautua aineistoonsa tarpeeksi ennakkoluulottomasti. Teemoittelun ideana on järjestää aineistoa teemojen mukaan ja nimetä niitä sopivalla tavalla. Analysointivaiheessa jokainen teema vastauksineen käydään läpi yksi kerrallaan. (Saaranen & Puusniekka 2006.)

Etiikan huomioiminen tutkimuksen teossa on ensiarvoisen tärkeää etenkin silloin, kun kerätään tutkimusaineistoa suoraan ihmisiltä esimerkiksi juuri haastattelujen avulla tai, kun tutkitaan ihmisiä koskevia tietoja esimerkiksi lehtien tai internetin avulla. Eettisten kysymysten lisäksi tutkija joutuu ottamaan huomioon, että tutkijan ja tutkittavan välistä suhdetta määrittää myös lainsäädäntö. (Kuula 2006, 12.) Tutkimusetiikka ja lainsäädäntö ohjaavat yhdessä tutkijaa tutkimuksen eri vaiheissa, mutta tutkimustyössä tehtävät ratkaisut ja valinnat ovat aina jokaisen tutkijan itsensä vastuulla. Tutkimusetiikka pitää sisällään aineiston hankintaan ja tutkittavien suojaan liittyviä kysymyksiä, tieteellisen tiedon soveltamista, käyttöä ja vaikutuksia koskevia kysymyksiä sekä tieteen sisäisiä asioita. (Emt., 21- 25.)

Tätä tutkimusta tehdessäni olen pyrkinyt noudattamaan tutkimuseettisiä näkökulmia. Etenkin aineistoa hankkiessani, käsitellessäni sekä analysoidessani olen pyrkinyt ottamaan tutkimuksen etiikan huomioon. Haastattelutilanteissa otin huomioon haastateltavien itsemääräämisoikeuden sekä pyrin kunnioittamaan nuorten yksityisyyttä kertomalla heille ennen haastattelua olennaisia tietoja itsestäni ja tutkimuksestani sekä siitä, että haastateltavien henkilöllisyyttä ei voida tunnistaa tutkimuksesta. Mainitsin myös, että tutkittavilla on täysi oikeus olla vastaamatta sellaisiin kysymyksiin, joihin he eivät itse halua vastata. Näin pyrin kunnioittamaan haastateltavia myös vuorovaikutustilanteessa. Luottamuksellisuus on myös hyvin tärkeä osa tutkimusetiikka ja tutkittavalle on kerrottava aina tutkimusaineiston käytöstä. Lisäksi tutkimuksen etiikkaan liittyy vahvasti aineiston anonymisointi, jolla tarkoitetaan sellaisten tunnisteiden poistamista aineistosta tai muuttamista niin, ettei haastateltavien henkilöllisyyttä pystytä tunnistamaan. Tutkija on vastuussa tutkittavien yksityisyyden suojaamisesta ja arvioinnista, mitkä asiat ovat sellaisia, jotka on poistettava tai muutettava. (Kuula 2006, 200.) Omassa tutkimuksessani olen pyrkinyt siihen, ettei haastateltavien henkilöllisyyttä voida tunnistaa. Paikkojen, organisaatioiden ja nimien poisjättäminen ei ole mielestäni vaikuttanut tutkimuksen sisältöön, mutta on mahdollistanut sen, ettei tutkittavia voida tunnistaa.

4.4 Analyysin toteutus

Koska aineistonkeruumenetelmäni oli teemahaastattelun kaltainen, aineistoni analyysiin sopii erityisesti teemoittelu. Haastatteluaineiston litteroinnin jälkeen lähdin tutkimaan ja lukemaan haastatteluja yhtenä aineistona pyrkimyksenä tuoda esiin nuorten puheen Voltti-kurssien

hyödyllisyydestä heidän itsensä kokemina. Kehikkona analyysilleni toimi aika sekä teemoittelu ja tyypittely. Etenin analyysissäni siten, että tutustuttuani huolellisesti aineistoon lähdin liikkeelle siitä, että jaoin aineistosta esille tulleet asiat laajemmiksi luokiksi. Näitä luokkia oli kolme ja ne olivat *aika ennen Voltti-kurssia, aika Voltti-kurssin aikana ja aika Voltti-kurssin jälkeen*. Tämän jälkeen etenin siten, että valitsin yksi kerrallaan yhden luokan ja luin aineistoa huolellisesti läpi useaan kertaan poimien sieltä kaikki ne kohdat, joissa nuoret kertoivat tähän kyseiseen luokkaan liittyvistä asioista. Tämän jälkeen lähdin etsimään teemoja, joita laajemmissa luokissa esiintyi ja niiden löydyttyä vertailin niitä keskenään. Vertailemalla nuorten esille tuomia kokemuksia ennen Voltti-kurssia, Voltti-kurssin aikana ja Voltti-kurssin jälkeen pystyin havainnoimaan, oliko todellista muutosta nuorten elämässä tapahtunut ja oliko Voltti-kurssilla myönteisiä vaikutuksia nuorten kuntoutumiseen. Nimesin aineistostani löytämäni teemat *Nuorten puhe ajasta ennen Voltti-kurssia, Nuorten puhe ajasta Voltti-kurssin aikana ja Nuorten puhe ajasta Voltti-kurssin jälkeen*. Vertailemalla ajan näkökulmasta aineistoani pyrin esille nousseiden teemojen avulla tekemään tulkintoja muun muassa siitä, oliko kurssi käännekohta nuorten elämässä ja mitä muutoksia nuorten elämässä ja hyvinvoinnissa tapahtui.

5. Nuorten kokemus Voltti-kursseista

Tutkimukseni tarkoituksena on selvittää, mitä Voltti-kursseille osallistuneet nuoret kertovat avokuntoutuskurssien hyödyllisyydestä ja vaikutuksista heidän omaan elämäänsä. Lisäksi pyrin selvittämään oliko kurssi nuorille jonkinlainen käännekohta heidän elämässään, muuttuiko heidän elämäntilanteensa jotenkin Voltti-kurssin jälkeen ja ovatko sen vaikutukset olleet pitkäkestoisia. Kiinnostukseni kohteena ovat nuorten oma puhe ja kokemukset. Kuuden haastattelun pohjalta pyrin selvittämään, millainen oli nuorten elämäntilanne ennen Voltti-kurssille osallistumista ja muuttuiko heidän elämäntilanteensa jotenkin Voltti-kurssin aikana. Lisäksi pyrin selvittämään, mitä nuoret kertovat Voltti-kurssin hyödyllisyydestä siinä hetkessä, kun he ovat jo käyneet Voltti-kurssin ja kurssille osallistumisesta on kulunut aikaa.

Haastattelujen aluksi nuoret kertoivat itsestään perustietoja sekä koulu- ja työhistoriastaan. Etenin haastattelussa kronologisesti, jolloin nuoret kertoivat ensin tilanteestaan ennen Voltti-kurssia ja sen jälkeen ajasta, kun he olivat Voltti-kurssilla. Lopuksi nuoret kertoivat elämäntilanteistaan Voltti-kurssin jälkeen ja pohtivat samalla tulevaisuuttaan, haaveitaan ja toiveitaan. Haastatteluissa psyykkiset ongelmat ja erityisesti masennus kuului kaikkien nuorten puheissa hyvin vahvana. Haastattelemani nuoret kertoivat elämäntilanteistaan ja osallisuudestaan Voltti-kursseille eri teemojen kautta. Jokaisen laajemman luokan sisällä nuoret kertoivat teemoista hyvin eri tavoin, mutta myös samoja teemoja oli löydettävissä. Kaikki teemat, joista nuoret kertoivat, linkittyivät jollakin tapaa nuorten psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin. Lähtökohtana pidänkin siis sitä, että nuorten mielenterveysongelmat ja vakava sairastuminen toimii ikään kuin kehikkona niille muille teemoille, joita haastatteluista nousi esiin.

Nuoret kertoivat haastatteluissa myös omista hoitokontakteistaan ja hoitohistorioistaan. Vaikkakin usealla nuorella oli hoitokontaktit jo olemassa, niin Voltti-kurssin kaltaista tarjoamaa apua ja tukea he eivät olleet vielä koskaan aiemmin kokeilleet. Suurin osa nuorista oli kuullut Voltti-kurssista sen hetkisen hoitotahonsa kautta ja jokainen oli osallistunut kurssille oman motivaationsa vuoksi. Vaikkakin nuorten syyt ja motivaation tasot kursseille osallistumisen suhteen olivat hyvin erilaisia, kaikki halusivat kuitenkin kokea ja nähdä, voiko Voltti-kurssi tarjota heille jotain uutta tukea ja apua heille.

5.1 Nuorten puhe ajasta ennen Voltti-kurssia

Nuorten puhe ajasta ennen Voltti-kurssia oli teema, jonka alle selkeimmiksi alateemoiksi nousivat kolme erilaista teemaa. Nämä alateemat ovat psyykkinen sairaus, haasteet opinnoissa ja työelämässä sekä elämä ilman sisältöä. Näiden alateemojen kautta nuoret puhuivat muun muassa elämän synkkyydestä, yksinäisyydestä, näköalattomuudesta tulevaisuuden suhteen, itsemurhasta ja itsetuhoisesta käytöksestä sekä lapsuuden traumaista. Koulukiusaamisen kohteeksi joutuminen ala- ja yläasteella näkyi yhtenä merkittävänä tekijänä, joka vaikutti nuorten elämään vielä aikuisenakin. Koulukiusaamisen jättämät traumat vaikuttivat suuresti siihen, että nuoret kokivat yksinäisyyttä ja eristäytyneisyyttä sekä kärsivät itsetunto-ongelmista.

5.1.1 Psyykkinen tai fyysinen sairaus iso osa elämää

Nuoret puhuivat siitä, kuinka psyykkinen tai fyysinen sairaus vaikutti hyvin kokonaisvaltaisesti heidän elämäänsä ennen Voltti-kurssia. Haastattelujen keskeisimmäksi teemaksi nousikin psyykkinen sairaus, useimmiten masennus ja ahdistuneisuus. Nuorilla oli hyvin pitkiä taustoja mielenterveysongelmien kanssa ja kaikilla oli ollut jokin hoitotaho tai lääkitys sairauden tueksi. Suurimmalla osalla nuorista oli myös haastattelujen aikaan käynnissä aktiivinen hoitokontakti muun muassa ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tai mielenterveystoimiston kautta. Elämää määritteli hyvin pitkälle sairaus ja koko elämä saattoi rakentua sairauden ympärille. Nuoret kertoivatkin sairauden näkökulmasta omasta elämäntilanteestaan ja he myös selittivät sen hetkisiä tapahtumia ja elämän pulmakohtia kuten opiskeluongelmiaan sairautellaan ja psyykkisen hyvinvoinnin ongelmilla.

Mun elämä pyörii kuntoutuksen ympärillä ja päivä rytmittyy sen mukaan. Tällä hetkellä mä en pysty tekee mitään muuta. Kalenterista mä luen, et mihin mennään ja monelta mennään. Ennen kun alko tää ja alko nää kuntoutushommat, niin mun elämä oli sellasta perus opiskeluelämää, et käytiin yliopistolla ja baareissa ja nähtiin kavereita. (H2)

Lainauksesta voidaan havaita, että sairaus on niin iso osa nuoren elämää, että koko päivärhythmi muokkautuu sen mukaan. Suunnitellessaan päiväänsä nuoren on lähes mahdotonta ottaa huomioon

opiskeluun, työelämään tai sosiaalisiin suhteisiin liittyviä asioita, koska suurin osa ajasta kuluu kuntoutukseen ja oman hyvinvoinnin ylläpitämiseen ja edistämiseen. Kuten lainauksesta voidaan huomata, nuoren sairastuessa hänen elämänsä pysähtyi ja muuttui täysin. Tavallisen nuoren tavallinen opiskelijaelämä ja sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen muuttuivat jatkuvaan kuntoutukseen ja itsestään huolehtimiseen. Voidaankin ajatella, että nuoren sairastuminen oli eräänlainen käännekohta hänen elämässään, jolloin kaikki muuttui. Nuoren oli suunniteltava elämänsä ja päivärytmensä uudestaan.

Nuoret puhuivat paljon kuormittavista asioista, joita heidän elämänsä sisälsi ennen Voltti-kurssille tuloa.

No mulla on aika pitkä toi mielenterveystausta. Tosi pitkä terapiatausta, et varmaan vuosituhannen alusta jo. Olin jumissa elämäni kanssa, oli ja on edelleen tätä masennusta, opinnot ei edenny. (H 3)

No täytyy sanoo, et mä olin sillain henkisesti tosi uupunut ja silla tavalla aika raskasta se elämä oli. Esimerkiksi opiskelupaineet, etten oo ihan kauheen montaa kurssia saanut suoritettua. Myös jotkut yksityiselämän ongelmat kuormitti aika paljon. Et joidenkin kavereiden kanssa on ollut suhteet solmussa ja jollain lähipiirin ihmisistä on ollut alkoholiongelmia ja toisaalta myös oma terveys on ollut sellanen asia, jota on joutunut miettimään. Kaikki nää asiat yhdessä vaikutti siihen, ettei mulla ollu hyvä olla mun pään sisällä. (H 4)

Kun nuoret puhuivat ajasta ennen Voltti-kurssille osallistumisesta, voidaan huomata, että henkinen uupumus, masennus, jumiutunut elämäntilanne ja sosiaalisten suhteiden ongelmat olivat vahvasti läsnä heidän elämässään. Nuoret puhuivat siitä, kuinka opinnot eivät edenneet elämän kuormittavuuden ja oman terveydentilan vuoksi. Elämä koettiin raskaaksi, uuvuttavaksi ja kuormittavaksi oman hyvinvoinnin, mutta myös läheisten ongelmien vuoksi. Nuoret kertoivat, kuinka heillä oli kavereiden kanssa suhteet solmussa ja kuinka läheisten alkoholiongelma olivat yhtenä syynä elämän kuormittavuuteen ja omaan jaksamiseen. Nuoret kertoivat miettineensä omaa

terveyttään, mutta myös paljon omien läheisten hyvinvointia ja sitä, kuinka he saisivat ratkottua kavereiden välisiä solmukohtia.

5.1.2 Haasteet opinnoissa ja työelämässä

Usealla nuorella oli opiskelupaikka ennen Voltti-kurssin alkua, mutta opinnot eivät edenneet suunnitelmien mukaisesti tai ne eivät edenneet lainkaan. Nuoret puhuivat jaksamattomuudesta, sairaslomista ja aikaansaamattomuudesta, jotka olivat vahvasti esteinä opintojen etenemiselle. Suurin syy siihen, mikseivät nuorilla opinnot edenneet oli henkisesti rankka ajanjakso elämässä, joka vei voimavaroja ja motivaatiota opiskelulta tai työnteolta. Nuoret kuvailivat tilanteitaan kertomalla sen hetkisen elämäntilanteen olevan stressaava, uuvuttavat ja henkisesti raskas. Opinnot tai työelämässä mukana oleminen ei onnistunut huonon motivaation, masennuksen tai muun hyvinvoinnin ja toimintakyvyn esteenä olevan sairauden vuoksi. Eräs nuori kertoi, ettei ole peruskoulun jälkeen onnistunut saamaan yhtäkään aloittamaansa työharjoittelua tai opiskelua onnistumaan.

Mulla on vaan peruskoulu takana ja sen jälkeen mä oon käynyt eri työharjoitteluiissa hyvin monessa, mutta mikään niistä ei mulla oo oikein onnistunut. Oon mä jotain opintojakin yrittänyt, mutta ei ne mikään oo onnistunut. Sen tähden, kun ne ei oo onnistunut, niin se tietysti lannistaa ja nakertaa itsetuntoo ja nyt mä en oo pitkään aikaan ollut missään. Se on sellanen oravanpyörä, josta ei pääse ulos. Oon vaan kotona ja työttömänä toimeentulotuella elän. (H3)

Aineisto-otteesta voidaan huomata, että pitkään jatkunut työttömyys, epäonnistumiset työkokeiluissa ja opintojen suorittamisen vaikeus vaikutta suuresti nuoren itsetuntoon ja siihen, ettei nuori ole hakeutunut uusiin opiskelukuvioihin mukaan. Nuorten puheista nousi esiin, että lannistumisen ja epäonnistumisen kokemukset olivat vaikuttaneet suuresti siihen, että he viettivät aikaansa suurimmilta osin kotona eikä heillä ollut voimia hakea töitä tai olla aktiivinen opiskeluiden suhteen. Masentunut mieli ja ahdistava elämäntilanne ainoastaan vaikeutui entisestään, kun epäonnistumisia tuli lisää ja tyytymättömyys omaan elämänhallintaan väheni. Nuoret kuvailivat

tilannetta oravan pyöräksi, jossa epäonnistumiset ainoastaan ruokkivat masennusta ja tyytymättömyyden tunnetta omaa elämää kohtaan.

Nuoret puhuivat myös siitä, kuinka motivaation puute ja itselle väärän alan valitseminen koettiin esteenä opintojen suorittamiselle.

No ensinnäkin heti kun mä aloitin opiskelut mä tiesin, ettei se oo mun juttu. Mua ei kiinnostanut ollenkaan ne opinnot, mut mä koitin kuitenkin suorittaa. Sit mä sairastuin ja jouduin leikkauksiin, jonka jälkeen mun opinnot pysähty siihen. Niin se oli sit syynä, etten ollut kunnossa ja toinen syy oli motivaatio.
(H2)

Aineisto-otteesta voidaan huomata, että motivaation puuttumisesta huolimatta nuori kuitenkin yritti suorittaa opintojaan, vaikkei häneltä löytynyt kiinnostusta oppiainetta kohtaan. Opinnot keskeytyivät kuitenkin siinä vaiheessa, kun nuori sairastui eikä ollut enää kykenevä suorittamaan opintojaan.

Nuoret toivat esiin, kuinka syrjäytymisen kokemus vaikutti suuresti siihen, etteivät opinnot onnistuneet.

Kun on niinku syrjäytynyt siitä sosiaalisesta ja yhteiskunnallisesta elämästä, niin se on tosi vaikee päästä takas normaaliin yhteiskuntaan ja normaaliin elämän rytmiin. Että sen tähden mulla ei varmaan onnistunut noi työharjoittelukaan. En mä tiedä, mitä mun pitäis tehdä, että tästä pääsis jotenkin eteenpäin. (H3)

Aineisto-otteessa voidaan huomata, kuinka nuori kuvailee itseään syrjäytyneeksi sekä sosiaalisesta että yhteiskunnallisesta elämästä. Nuori selittää omaa tilannettaan sillä, että eläminen yhteiskunnan ulkopuolella ei anna hänelle mahdollisuutta onnistua työharjoitteluissa. Nuori kuvailee tilannettaan

vaikeaksi eikä hän löydä keinoja siihen, kuinka hän pääsisi elämässään eteenpäin ja takaisin normaaliin elämänrytmiin ja mukaan yhteiskunnan toimintaan.

5.1.3 Elämä ilman sisältöä ja sosiaalisia suhteita

Nuoret puhuivat, kuinka psyykinen sairaus vaikutti opintoihin ja työelämään liittyvien haasteiden lisäksi heidän elämäänsä myös muilla osa-alueilla ja hyvin kokonaisvaltaisesti. Nuoret toivat esiin, että he kokivat oman elämänsä olevan täysin jumissa. Elämä koettiin myös sisällöttömäksi ja kaukaiseksi, josta ei saa otetta. Nuoret kertoivat olevansa hukassa eivätkä he tieneet, mitä he haluavat tai aikovat tehdä tulevaisuudessaan. Elämä koettiin epämääräiseksi ”haahuiluksi”. Nuoret kertoivat myös näköalattomuudesta ja siitä, etteivät he osaa suunnitella omaa elämäänsä eteenpäin.

Ku koulu oli loppumassa eikä tiennyt yhtään, et mitä sen jälkeen tekee, niin se oli sellanen kohta elämässä, ettei ollut töitä eikä koulua. Sit olin vaan kotona ja nukuin. Ja sit oli aikalailta sitä masennusta ja oli vähän semmonen niinku, et mitäs tässä. Et ei kauheesti mitään sisältöä elämässä tai muuta. Mä olin vähän hukassa. (H1)

Edellä olevasta lainauksesta voidaan havaita, että sisällön ja mielekkään tekemisen puuttuminen elämästä voi johtaa siihen, että nuori kokee olevansa hukassa eikä näe oman elämänsä merkityksellisyyttä. Nuoren puheesta voidaan havaita, että nuoren oma elämä ei ollut hänen omassa hallinnassaan eikä hänellä ollut otetta oman tulevaisuutensa suunnitteluun. Nuori toi esiin viettävänsä aikaa kotona nukkuen ilman järkevää päivärytmiä. Päivärytmin puuttuminen ja sisällötön elämä olivat niitä osa-alueita, joihin suurin osa nuorista toivoi saavansa apua Voltti-kursseilta.

Elämä ilman sisältöä ja sosiaalisia suhteita -teeman alla nuoret puhuivat yksinäisyydestä ja itsetuhoisesta käytöksestä. Nuoret kertoivat päihdeongelmasta, lähinnä holtittomasta alkoholinkäytöstä sekä muusta käytöksestä, joka vaaransi heidän oman terveytensä. Haastatteluista nousi esiin, että näköalattomuus, epäonnistumisen kokemukset, huono itsetunto ja

riittämättömyyden tunne olivat niitä asioita, jotka saivat nuoret ajattelemaan ja toisinaan myös käyttäytymään itsetuhoisesti.

Sillon kun se (Voltti-kurssi) alko keväällä tai ihan alku kesästä, niin mä olin kyllä aika toivoton. Sillain niinku, ettei mistään tuu mitään ja mä olin ihan valmis kuoleen ja mietinkin sitä. En sit halunnu perheelle aiheuttaa mitään järkytystä. (H1)

Nuoret puhuivat paljon yksinäisyydestä ja sosiaalisten suhteiden haasteista ja epäonnistuneista ihmissuhteista. Nuoret kokivat haasteellisena ottaa yhteyttä ihmisiin tai he eivät tienneet, kuinka heidän tulisi toimia ihmisten kanssa ongelmallisissa tilanteissa. Toisaalta nuoret kokivat yksin olemisen ahdistavana ja he toivat esiin, että kaipaavat seuraa ja ystäviä. Toisaalta taas nuoret kertoivat tottuneensa elämään ilman ystäviä ja vahvoja sosiaalisia suhteita ja he kertoivat viihtyvänsä yksinään. Osa nuorista kertoi tekevänsä mielellään yksin omia juttujaan ja jopa pakoilevansa tilanteita, joissa pitäisi olla muiden ihmisten kanssa tekemisissä. Nuorten puheista nousi esiin, että eläminen yksinäisyydessä ja siihen tottuminen on pidemmän aikavälin prosessi, joka on alkanut kehittymään jo lapsuudessa.

Mä jouduin viidennellä luokalla kiusatuksi. Olin niin erilainen kuin ne muut kaverit. Sitten mä jouduin tai siis en mä enää yläastella joutunut kiusaamisen kohteeksi, mutta kyllä mua syrjittiin. Siellä mä istuin kaiket päivät yksin eikä mulla ollut ketään keskustelukumppania. Ja kyllä se sinänsä vaikuttaa vielä nykypäivänäkin noi mennisyyden luurangot. Yhä mä pidän itseäni sosiaalisesti syrjäytyneenä ihmisenä. Ei mulla oo yhtään mitään sellasta ystäväjoukkoo tai mitään. Mä vaan oon yksin kotona ja mä oon tottunut siihen, elämään yksin. (H5)

Peruskoulun ala-asteelta saakka koulukiusaamisen kohteeksi joutunut nuori kuvaili yksinäisyyden alkaneen jo viidennellä luokalla. Nuori kuvaili itseään erilaiseksi kuin muut luokkakaverit ja sanoi kiusaamisen johtuneen siitä. Nuori jätettiin koulussa yksin ja nuori koki, että häntä syrjitään.

Nuoren puheesta voidaan havaita, että hänen lapsuudessaan tapahtuneet ikävät asiat vaikuttavat häneen hyvin paljon vielä nykypäivänäkin. Nuori kertoi, kuinka edelleen pitää itseään sosiaalisesti syrjäytyneeksi ja yksinäiseksi.

Kuka nyt tälläsenkin huolis? (H3)

Eräs nuori esitti tämän kysymyksen pohtiessaan tulevaisuuttaan ja kertoessaan ajatuksistaan parisuhteesta. Nuori kuvaili itseään hyvin negatiivissävytteisesti, eikä voinut uskoa siihen, että hän voisi joskus saada tyttöystävän ja toimivan parisuhteen. Puolison löytäminen ja perheen perustaminen oli monen nuoren haave, mutta huono itsetunto ja ajatus siitä, että muu elämä täytyy saada ensiksi raiteilleen, olivat monen nuoren kohdalla esteenä parisuhteelle ja perheen perustamiselle. Lähes kaikki haastattelemani nuoret kertoivat hyväsanaisesti lapsuuden perheistään ja perheenjäsenistään. Nuoret kuvailivat suhteita suhteellisen läheisiksi ja hyviksi. Nuorten puhe yksinäisyydestä ja sosiaalisesta syrjäytymisestä liittyikin useimmissa tapauksissa siihen, ettei heillä ollut ystäviä tai heidän ystävyysuhteensa olivat ongelmallisia. Eräs nuori kertoi pitävänsä yhteyttä perheeseensä, mutta kuvaili silti itseään sosiaalisesti syrjäytyneeksi, koska hänellä ei ollut ystäviä ja hänen arkensa muodostui yksin olemisesta kotona.

5.2 Nuorten puhe ajasta Voltti-kurssin aikana

Nuorten puheista nousi selkeästi esiin se, että he tunnistivat oman tilanteensa melko hyvin. Nuoret puhuivat muutoksen halusta ja siitä, että he tarvitsevat apua oman tilanteensa selvittämiseksi ja parantamiseksi. Nuoret kertoivat toiveistaan paremmasta ja normaalista elämästä, johon kuuluisi perhe, työ ja terveys.

Mä päätin hakee (Voltti-kurssille), koska mä halusin apua tähän mun tilanteeseen enkä mä halua jäädä lepää laakereilleni koko elämäkseni. Pysin siihen, että voisin joskus työllistyä ja aloittaa normaalin elämän. Eli perhe, työ,

lapset. Se on varmaan aika yleinen, mutta kuitenkin se on mun elämän tarkoitus.

(H 3)

Nuori kertoi hakeutuvansa Voltti-kurssille, jotta saisi apua oman elämäntilanteensa selvittämiseksi. Nuori toi esiin haaveitaan siitä, että hän haluaa työllistyä ja piti sitä myös yhtenä tärkeänä motivoivana tekijänä kurssille hakeutuessaan. Nuori kertoi normaalin elämän pitävän sisällään perheen, työn ja lapset ja kuvaili normaalin elämän olevan hänelle todella tärkeä ja tavoittelemisen arvoinen asia.

Mä ajattelin sillä tavalla, että jos siellä vaikka sosiaalisia taitoja pystyis hiomaan, kun ne on mulle ollu vähän sellaisia ongelmallisia. Ja jos miettii tunne-elämää, niin mulle välillä tuli sellanen olo, et se puoli ei oikein ollut hasnkassa. Sitten toisaalta sekin, että miten työssä ja opiskelussa jaksan. Nekin oli semmosia kysymyksiä, mitä mä mietin. (H5)

Aineisto-otteesta voidaan havaita, että nuori kertoi miettineensä niitä osa-alueita, joihin hän toivoi saavansa apua Voltti-kurssilta. Sosiaalisten taitojen kehittäminen ja tunne-elämän pulmakohtien ratkaiseminen olivat nuorelle selkeitä tavoitteita. Aineistosta yleisesti voidaan havaita, että nuoret olivat huolissaan siitä, kuinka he jaksavat opiskeluissa ja työssä, kuinka he voisivat paremmin ylläpitää ihmissuhteita ja voida myös itse paremmin. Nuoret toivat esiin, että oma motivaatio oli syynä siihen, että he hakivat apua ja lähtivät Voltti-kurssille.

Vaikka nuoret tunnustivat oman tilanteensa melko hyvin ja kävivät haastattelujen aikana läpi niitä pulmakohtia, joihin he toivoivat saavansa apua, eivät kaikki nuoret kuitenkaan osanneet kovinkaan selkeästi kuvailla, mitä toiveita heillä oli Voltti-kurssia kohtaan. Nuoret ajattelivat Voltti-kurssin olevan mielenkiintoinen, mutta suuria odotuksia heillä ei kuitenkaan ollut. Etenkin ne nuoret, joilla oli pitkä mielenterveys- ja hoitokontaktitausta kuvailivat ajatuksiaan ennen Voltti-kurssille tuloa siten, etteivät he usko ihmeparannukseen eivätkä odota Voltti-kurssinkaan pystyvän kuntouttamaan heitä.

No tota, itse asiassa mä olin aika skeptinen, etten mä kuvitellut mitään, et mä tuun sieltä ja oon ihan uus ihminen. En mä koskaan oo kauheesti luottanut tai siis antanut arvoa tämmösiin juttuihin, et istutaan ringissä ja jutellaan. Se vaikutti kuitenkin mielenkiintoseksi ja halusin vaihtelua. Ja sitä, et jos siitä jotain apua olis. Mistä sitä voi tietää vaikka siitä oliskin jotain apua vaikei siihen täysin uskokaan. (H 3)

Nuori kertoi, kuinka hän suhtautui hyvin epäilevästi Voltti-kurssiin ja siihen millaista apua se pystyy hänelle tarjoamaan. Nuori kuitenkin kertoi kurssin vaikuttaneen mielenkiintoiselta ja hän halusi lähteä Voltti-kurssille. Nuori vielä kertoi, kuinka hän jäi pohtimaan, että josko kurssista kuitenkin voisi olla jotain hyötyä, vaikei hän siihen täysin uskokaan.

Haastatteluista nousi esiin, että nuoret suhtautuivat kahdella tapaa Voltti-kurssiin. Toisilla nuorilla ei ollut lainkaan odotuksia eikä toiveita Voltti-kurssista ja he ajattelivat, ettei osallistumisesta mitään haittaakaan ole. Toisilla saattoi puolestaan olla hyvinkin selkeä ajatus siitä, mihin asiaan ja ongelmaan he toivovat kurssilta saavansa apua ja työkaluja ja olivat myös asettaneet tavoitteensa sen mukaisesti. Kuten seuraavasta aineisto-otteesta voidaan havaita, eräs selkeä näkökulma oli se, että nuoret toivoivat ohjelmaa, toimintaa, viihdettä ja vaihtelua päivän sisältöön.

Viihteen kannalta, et olis jotain semmosta toimintaa. Aika paljon mulla on vaan aikaa, et sais jotain ja sit mä ajattelin, et ei kai siitä mitään haittaakaan oo. Emmä siis mihinkään temppeihin enää usko. Sillain, et olis jotain järkevää tekemistä ja jos siitä olis jotain hyötyä. (H5)

Lisäksi nuoret toivat esiin toiveensa siitä, että Voltti-kurssi antaisi heille työkaluja arjessa toimimiseen, itsevarmuuden ja rohkeuden kehittämiseen, sosiaalisten taitojen kehittämiseen ja elämänlaadun parantamiseen. Yhtenä tavoitteena oli kuntoutuminen takaisin työ- ja opiskeluelämään.

Kertoessaan omasta tilanteestaan Voltti-kurssin aikana nuoret puhuivat paljon siitä, kuinka oma ajattelutapa muuttui ja asioita oppi näkemään uudesta näkökulmasta.

No siinä tosiaan niinku näki sitä omaa tilannetta niinku ulkopuolisen silmin ja sai siihen sellasta erilaista näkökulmaa. Oli tosi hyvä saada muidenkin näkökulmia näkyviin, että tuli sellanen olo, et niistä vois vaikka oppia. (H5)

Osa nuorista kertoi, että muutosta oman elämän suhteen alkoi tapahtua jo kurssin aikana. Nuoret kuvailivat kurssia pysähdyspaikaksi, jossa oli aikaa jäädä miettimään omaa tilannettaan ja omaa elämänsuuntaa. Nuorille oli tärkeää oman tilanteen näkeminen eri näkökulmista ja ajattelutavan avartuminen. Nuoret kertoivat, että kurssi vahvisti joitakin ajatuksia ja antoi eräänlaisen sysäyksen toimia niiden asioiden eteen, joita he olivat jo pitkään pohtineet. Kurssi kannusti toimimaan oman hyvinvoinnin parhaaksi ja toimimaan niiden asioiden puolesta, jotka tuovat positiivista muutosta elämään. Esimerkiksi eräs nuori kertoi irrottautuneensa vaikeasta ihmissuhteesta kurssin ansiosta ja nuori koki tämän olleen yksi iso käännekohta hänen elämässään.

Nuoret toivat esiin, kuinka vertaistuen saaminen muilta kurssilaisilta oli yksi tärkein asia koko Voltti-kurssin aikana. Muiden nuorten elämäntarinat ja kokemukset auttoivat nuoria ymmärtämään myös omaa tilannettaan paremmin. Ajatus siitä, että on olemassa muitakin nuoria, jotka ovat samassa tilanteessa kuin he itse, oli nuorille helpottavaa. Nuoret odottivatkin hyötyvänsä keskusteluista muiden nuorten kanssa. Ryhmämuotoinen kuntoutuminen kiinnosti monia nuoria ja heillä oli toiveita saada uusia ystäviä ja ihmissuhteita elämään kurssin kautta.

Joo ja sit huomas, et joidenkin kanssa oli tosi paljon samanlaisia ajatuksia. Sit taas toisten kanssa, kun mä olin varmaan vanhin siellä, niin sit oli niitä nuorempia ja tajus, et mä oon just tollasia asioita miettinyt sillon nuorempana ja olin niille, et koita nyt jaksaa ja et kyllä siitä jotenkin pääsee yli. Et kaikkein tärkeintä oli just toi vertaistuen saaminen. (H1)

Kun on masentunut, niin tuntuu, et on eriytynyt kaikesta ja kaikki vaan pyörii itsensä ympärillä ja tuntuu siltä, et mä oon ainoa, kenellä menee näin huonosti ja on ongelmia. Niin sit kun ympärillä on ihmisiä, joilla menee myös aika huonosti ja tiedostaa, että on muitakin samassa tilanteessa olevia. (H3)

Aineisto-otteista voidaan huomata, kuinka tärkeää vertaistuen saaminen ja asioiden yhteinen jakaminen nuorille on. Nuoret toivat esiin, että oli helpottavaa huomata, että ympärillä on myös muita samassa elämäntilanteessa olevia nuoria ja että kukaan ei ole yksin ongelmiensa kanssa. Aineisto-otteessa nuori kuvailee tilannetta, jossa hän pystyi auttamaan ja tukemaan toisia nuoria ja kannustamaan heitä eteenpäin. Nuori pystyi oman kokemuksensa perusteella kertomaan, että vaikeistakin tilanteista voi päästä yli. Jokainen nuori toi esiin, kuinka asioiden jakaminen ja keskustelut muiden nuorten kanssa auttoi keventämään omaa oloa. Nuoret jopa toivat esiin, että keskustelutilanteita oli liian vähän ja he toivoivat, että keskusteluja olisi ollut enemmän.

Usealla nuorella oli ennen Voltti-kurssille tuloa ollut hankaluuksia ihmissuhteissa, sosiaalisissa tilanteissa ja ryhmässä toimimisessa. Nuoret toivat esiin, että ryhmämuotoinen kuntoutus oli oivallinen tapa harjoitella sosiaalisissa tilanteissa toimimista ja toisen huomioonottamista. Usealle nuorelle Voltti-kurssille osallistuminen oli ensimmäinen hyvä ja toimiva ryhmäkokemus. Nuoret kertoivat, että ryhmä toimi hyvin ja kaikki nuoret olivat avoimia, toiset huomioonottavia ja uskalsivat heittäytyä mukaan erilaisiin tehtäviin ja haasteisiin. Nuoret oppivat toimimaan ryhmässä ja omaksuivat erilaisia rooleja ja sääntöjä.

Se oli musta hyvä, että mä sain olla siellä ryhmässä ihan suuna päänä. Oli hyvä olla siellä ryhmässä. Lähellä oli samanlaisia ihmisiä. Koulussa mä vaan istuin hiljaa luokassa, nyt mun rooli oli ihan erilainen. Mä sain tuotua itseäni esille ensimmäistä kertaa. (H3)

Mun on aina ollu tosi vaikee lähtee johonkin ryhmään mukaan ja oon aina niissä tilanteissa jäänyt hiljaseks ja kattelen vaan, mitä muut tekee. Nyt kun tiesi, et kaikki on tullut vapaaehtosesti ja kaikilla oli jotain asioita, mitä ne halus työstää, niin siihen oli helppo lähtee mukaan. Musta oli tosi helppo olla siinä ryhmässä. (H1)

Erityisesti retket koettiin vapauttavina, rentouttavina ja mielenkiintoisina. Retkillä nuoret kokivat onnistumisen kokemuksia ja saivat työkaluja vuorovaikutustilanteisiin.

Siinä oli sillain monenlaista onnistumisen kokemuksia, että esimerkiksi nää virkistymisreissut jäi mieleen. Et siinä oli paljon ryhmässä tehtäviä juttuja ja sitä yleistä vuorovaikutusta. Toisaalta esimerkiksi rentoutumisharjoitukset oli tosi hyvä juttu. Tosi vaikee sanoa mitään yhtä asiaa, koska toi kurssi oli monella tapaa todella onnistunut. (H5)

Aineisto-otteessa nuori puhuu siitä, kuinka retket jäivät hänen mieleensä hyvänä kokemuksena. Nuori toi esiin, että kurssi oli hänen mielestään hyvin monessa mielessä onnistunut ja antoi nuorelle voimavaroja.

Osa nuorista puhui myös siitä, kuinka he eivät huomanneet minkäänlaista muutosta oman kuntoutumisensa suhteen kurssin aikana. Nuoret kuvailivat kurssia kaikin puolin onnistuneeksi, mutta sanoivat kuitenkin, etteivät itse hyötynet kurssista millään tavalla. Eräs nuori kertoi pitäneensä ryhmätapaamisista, mutta ei silti kokenut saaneensa niistä mitään uutta apua oman tilanteen selvittämiseksi.

Siellä puhuttiin asioista tai käytiin sellasia asioita läpi ja sellasilla tavoilla, et ne oli mulle täysin tuttuja. Olihan siellä tapaamisilla ihan kiva käydä, mutta oli ne mulle ihan yhtä tyhjän kanssa. Mun mielestä se oli täysin turhaa, ei se auttanut mua millään tavalla. (H2)

Nuori kuvaili ryhmämuotoisen toiminnan olleen ihan mukavaa, mutta ei kuitenkaan uusia näkökulmia tai työkaluja antavaa. Nuori kertoi kaivanneensa enemmän yksilökohtaisempaa keskustelua kuin ryhmässä toimimista. Haastatteluissa nousi esiin, että jotkut nuoret kaipasivat ryhmätoiminnan lisäksi sitä, että ohjaajat käyvät henkilökohtaisempaa keskustelua jokaisen nuoren kanssa.

Nuoret kertoivat oman kokemuksensa pohjalta myös kurssin toteutuksesta ja siitä, kuinka työmenetelmät, kurssin pituus ja kurssin sisältö vaikuttivat heidän kuntoutumiseen. Nuoret eivät puhuneet Voltti-kurssien työmenetelmistä kovinkaan yksityiskohtaisesti. Työmenetelmiä kuvailtiin

monipuolisiksi, hyödyllisiksi ja ihan kivoiksi. Usean nuoren puheessa nousi esiin se, että työmenetelmiä käytettiin jopa liikaa eikä tilaa jäänyt riittävästi keskusteluille muiden nuorten kanssa. Jotkut työmenetelmät jäivät nuorille epämääräisiksi eivätkä nuoret osanneet kertoa, mihin kyseisellä työmenetelmällä pyrittiin.

Itse asiassa se juttelu oli tosi hyvä puoli. Tavataan uusia ihmisiä ja jaetaan kokemuksia. Siltä osin se oli tosi hyvä juttu, että voi puhua ihmisten kanssa niistä asioista, jotka mieltä painaa. Mutta ne menetelmät, mä en ymmärtänyt niitä silloin enkä mä ymmärrä niitä vielääkään. Kuka vähäjärkinen ne on keksinyt? (H4)

Erytisesti lomaketehtävät, joissa nuorten täytyi arvioida omaa itseään ja hyvinvointiaan numeraalisesti koettiin hankalaksi ja täysin turhaksi. Nuoret eivät ymmärtäneet lomakkeiden täyttämisen merkitystä ja numeron valitseminen koettiin jopa ahdistavaksi. Nuoret eivät ymmärtäneet, miksi heidän täytyy lokeroida itsensä jonkun tietyn numeron alle. Lisäksi he toivat esiin, että numeraalinen arviointi ei ole kovinkaan luotettava, koska arviointia ei ymmärretä, numero ympyröidään täysin sattumanvaraisesti. Psykodraama koettiin yleisesti hyväksi työmenetelmäksi ja se auttoi nuoria näkemään oman tilanteen ulkopuolisin silmin ja anoi erilaisia näkökulmia pulmallisiin tilanteisiin.

Jokainen Voltti-kurssi oli jaettu osiin siten, että jokaisen osan välissä pidettiin taukoa eikä ryhmätapaamisia ollut. Taukojen pituus vaihteli Voltti-kurssien kesken. Kurssien jaksotus herätti nuorissa ristiriitaisia tunteita. Osa nuorista koki, että jaksotus antoi kurssille paljon ja jaksojen aikana oli aikaa miettiä jo opittuja ja koettuja asioita. Jaksotus koettiin hyväksi myös siinä suhteessa, että oma arki säilyi paremmin koko kurssin ajan. Osa nuorista ajatteli täysin päinvastaisesti ja koki jaksotuksen jopa haitallisena.

Mun mielestä se ei ollut ollenkaan hyvä idea, et se hajautettiin noinkin pitkälle aika välille. Mulle se ei sopinut ollenkaan, kun tuntu, et se oma kuntoutuminen keskeyty joka kerta kun oli tauko. Mä olisin saanut paljon enemmän irti, jos se olis ollut putkeen. (H3)

Nuoret kokivat, että oma kuntoutuminen keskeytyi taukojen ajaksi ja uuden jakson alkaessa kaikki piti aloittaa alusta. Jokainen nuori toi esiin, että kurssi loppui liian lyhyeen.

Mun mielestä se kaikki oli niin mielenkiintosta ja siellä oivalsi ihan hirveesti itsestään kaikkee uutta, et se olis voinut ihan hyvin olla pidempikestoisempi. Et musta tuntu, et just kun pääsi alkuun, niin sit se jo loppu. (H1)

Kurssin kestoja olisi jokainen nuori halunnut lisätä. Nuoret kokivat, että kuntoutuminen oli juuri päässyt hyvään vauhtiin, kun kurssi jo loppui. Nuoret kokivat, että kurssin loputtua he jäivät tyhjän päälle eikä heitä ohjattu uusien palvelujen piiriin eikä neuvottu jatkosuunnitelmien tekemisessä.

5.3 Nuorten puhe ajasta Voltti-kurssin jälkeen

Kolmas luokka eli Nuorten puhe ajasta Voltti-kurssin jälkeen, oli luokka, jonka alle listasin nuorten haastatteluista esille nousseet kolme selkeää teemaa. Nämä teemat tai ovat *Voltti-kurssin tuoma positiivinen muutos, Voltti-kurssi ei tuonut muutosta lainkaan ja Voltti-kurssi mahdollisti muutoksen, mutta perusongelma on edelleen sama*. Nuoret kertoivat näiden teemojen kautta omasta näkemyksestään Voltti-kurssin hyödyllisyydestä ja siitä, ovatko Voltti-kursseilta saadut työkalut edelleen nuorten käytössä. Lisäksi nuoret pohtivat, vaikuttaako Voltti-kursseilta saadut uudet ajatusmallit ja toimintatavat edelleen heidän arjessaan.

5.3.1 Voltti-kurssin tuoma positiivinen muutos

Nuoret kertoivat Voltti-kurssin olleen positiivinen kokemus, jonka kautta he saivat uutta suuntaa elämäänsä ja positiivista elämänasennetta. Nuoret kertoivat olevansa tyytyväisempiä elämäänsä ja asennoituneensa rennommin eteen tuleviin haasteisiin. Nuoret kertoivat elämänlaadun parantuneen ja osa nuorista koki olevansa innostunut elämää kohtaan. Eräs nuori kertoi syövänsä vähemmän lääkkeitä kuin mitä hän söi ennen Voltti-kurssia.

Nyt on semmonen muutos ainakin, et mä oon ihan tosi paljon tyytyväisempi mun elämään. Ei mulla oikeestaan mikään asia oo huonosti. Yhteiskunnan kannalta voi näyttää, ettei mulla mikään asia oo muuttunut ja ettei mulla kauheen hyvin mee. Mut jos aattelee mun elämään ennen ja nyt, niin mun mielestä mulla menee tosi paljon paremmin. Mä syön myös vähemmän lääkkeitä ku aikasemmin. (H1)

Aineisto-otteessa nuori kuvailee omaa elämäänsä paremmaksi kuin mitä se oli ennen Voltti-kurssia. Nuoren puheesta voidaan havaita, että nuoren oman näkemyksen mukaan kaikki asiat hänen elämässään ovat hyvin. Nuori mietti myös yhteiskunnan näkökulmasta omaa hyvinvointiaan ja tuli siihen tulokseen, että yhteiskunnan kannalta hänen elämäntilanteensa ei näytä kovin hyvältä. Nuori oli itse kuitenkin paljon tyytyväisempi omaan elämäänsä Voltti-kurssin jälkeen.

Kurssi antoi myös konkreettisia työkaluja, jotka yhä edelleen ovat nuorten käytössä arjessa.

Sellanen mitä mä vieläkin käytän on, kun mulle tulee joku jännittävä tilanne tai mua ahdistaa. Mä en tarkalleen muista miten se menee, mut me käveltiin siinä ympäri huonetta ja hengitettiin syvään ja mietittiin, et mihin kaikki energia kehossa menee, mikä on itsellä sellanen vahva kohta. Mulle tuli mieleen silmät. Ja nyt aina kun mulle tulee sellanen jännittävä tilanne, niin mä hengitän syvään ja keskitän kaiken energian silmiini. Se antaa mulle rohkeutta ja reippautta. (H1)

Aineisto-otteessa nuori kertoi, kuinka hän kykenee selviytymään paremmin jännittävistä ja ahdistavista tilanteista, joissa hän ennen meni täysin lukkoon eikä tiennyt kuinka hänen olisi pitänyt toimia. Nuori kertoi saaneensa Voltti-kurssilta reippaampaa elämänasennetta ja uusia ajattelumalleja, joiden avulla hän pystyy vaikuttamaan paremmin omaan toimintaansa oman hyvinvoinnin edistämiseksi.

Nuoret, jotka kuvailivat Voltti-kurssin olleen positiivinen kokemus ja tuoneen positiivista muutosta elämään kertoivat myös muista hyvistä asioista, joita heille oli tapahtunut. Nuoret sanoivatkin,

etteivät he voi olla täysin varmoja siitä, mikä oli juuri Voltti-kurssin ansiota ja mikä johtui muista positiivisista asioista, joita heille oli tapahtunut. Nuoret kuitenkin sanoivat yhteisvaikutelman olleen todella hyvä ja auttavan heitä oman elämäntilanteen parantamisessa. Voltti-kurssin lisäksi positiivisen muutoksen mahdollistajina toimivat unelmatyöpaikan saanti, kotieläimen hankkiminen, opiskelujen aloittaminen, ihmissuhteiden parantuminen ja päihteenkäytön lopettaminen. Nuoret toivat esiin kuitenkin, että Voltti-kurssilta sai paljon uusia näkökulmia ja ajattelumalleja, joiden avulla heidän oli helpompi tehdä ratkaisuja ja suunnata katse kohti tulevaan. Nuoret muistelivat aikaa ennen Voltti-kurssia ja kertoivat muutoksen olevan huomattava.

Mä en ois ikinä uskonut, niinku vuosi sitten, että mulla menis näin hyvin. Mä oon menossa pitää sellasta terapiaryhmää ja mä en ois ikinä uskonu sillon, et näin vois käydä. Sillon mä olin enemmän se avuntarvitsija ja nyt oon se, joka antaa apua. Sit mä vielä oon alottanut opiskelutkin. Aika hurjia juttuja. (H6)

Nuoret, joiden kokemuksen mukaan Voltti-kurssi toi positiivista muutosta heidän elämäänsä, olivat ennen Voltti-kurssin alkua miettineet asioita, joihin he halusivat saada muutosta. Nuoret kokivat myös työmenetelmät hyödyllisiksi ja kertoivat olleensa motivoituneita koko Voltti-kurssin ajan. Nuoret kertoivat myös uskoneensa positiivisen muutoksen mahdollisuuteen. Nuoret kertoivat siitä, kuinka he ovat päässeet jaloilleen eivätkä he nähneet enää sairauden näkökulmasta elämäänsä.

5.3.2 Voltti-kurssi ei tuonut muutosta lainkaan nuorten elämäntilanteisiin

Nuorten puheesta nousee esiin myös se, ettei Voltti-kurssi tuonut lainkaan muutosta heidän elämäntilanteisiin. Nuoret kuvailivat elämäntilanteitaan Voltti-kurssien jälkeen edelleen sairauden näkökulmasta ja kertoivat sairauden määrittelevän heidän arkeaan. Nuorten kertomuksissa nousi esiin, ettei kukaan kuitenkaan käynyt kurssilla vasten tahtoaan ja että tapaamiset Voltti-kurssilla olivat mieluisia etenkin silloin, kun nuoret saivat käydä keskustelua toistensa kanssa. Osa nuorista kuitenkin totesi, ettei kurssi antanut konkreettisia työkaluja, joiden avulla Voltti-kurssin jälkeen olisi voinut parantaa omaa hyvinvointiaan. Osa nuorista kertoi, että heidän elämänsä oli mennyt eteenpäin, mutta he eivät silti uskoneet Voltti-kurssin olevan syy siihen.

Ei mun elämäntilanne oo mitenkään muuttunut. Ei ainakaan sen kurssin ansiosta. Tottakai se on muuttunut, mutta en mä koe, että se kurssi olis siihen mitenkään vaikuttanut. (H2)

Tietysti elämä menee eteenpäin, mut en mä osaa yhdistää lankoja välttämättä siihen kurssiin, et onks se ollut just yhteydessä siihen eteenpäin menemiseen. Ehkä se vaan on niin, et aika parantaa haavat ja vie eteenpäin ihmisiä. (H3)

Nuoret kuvailivat elämäntilanteitaan siten, että ne ovat muuttuneet jonkin verran ajasta ennen Voltti-kurssia. Nuoret eivät kuitenkaan tuo selkeästi esiin, ovatko heidän elämäntilanteensa muuttuneet parempaan suuntaan vai huonompaan suuntaan. Haastatteluissa tuli kuitenkin selkeästi esiin, että nuoret, jotka eivät kokeneet saaneensa apua Voltti-kursseilta, olivat edelleen tyytymättömiä elämäänsä. Nuoret kertoivat synkkyydestä ja siitä, kuinka se varjosti heidän arkeaan. Heillä ei ollut tulevaisuuden suunnitelmia eivätkä he osanneet tai uskaltaneet toivoa tulevaisuudelta mitään. Nuoret kertoivat elävänsä päivä kerrallaan -asenteella ja heidän puheitaan varjosti näköalattomuus.

Kun se viimeinenkin itsetunnon ripe katoaa, niin helposti valtaa sellanen synkkyys. Kyl mä kuitenkin arvostan elämää ja elämänlahjaa enkä todellakaan halua heittää sitä menemään ainakaan kauheen helposti. On mulla itsetuhosia ajatuksia, mutta se mikä mua on pidättänyt, on ollut perhe ja se syyllisyys, etten mä voi tehdä sellasta ratkasua. Mutta jos totta puhutaan, niin ei mulla oo kauheen hyvä tulevaisuuden kuva. (H3)

Nuori kuvailee omaa tilannettaan Voltti-kurssin jälkeen synkäksi. Nuorella on heikko itsetunto eikä hän näe tulevaisuuttaan valoisana. Aineisto-otteessa puhuva nuori kertoi ajatelleensa itsemurhaa jo ennen kuin hän meni Voltti-kurssille. Nuoren näkemys omasta tilanteesta ei siis ollut muuttunut lainkaan Voltti-kurssin jälkeen.

5.3.3 Voltti-kurssi mahdollisesti muutoksen, mutta perusongelma on edelleen sama

Nuoret toivat haastatteluissa esiin, kuinka Voltti-kurssi auttoi heitä joillakin elämän osa-alueilla. Kokonaisvaltaisesti Voltti-kurssi ei kuitenkaan heidän elämäntilanteitaan parantanut, vaan samat ongelmat, joita heillä oli ennen Voltti-kurssille tuloa, pysyivät muuttumattomina.

Tää kevät on ollut nyt kivempi ja en mä tiedä, on mun olo aika samanlainen, mut jotenkin sillain niin ku pään sisällä tuntuu paremmalta. En mä täysin tyytyväinen oo, mut mun elämä on nyt vähän kevyempää, vähän parempaa.

(H5)

Nuori kuvailee omaa tilannettaan ja oloaan kevyemmäksi Voltti-kurssin jälkeen. Nuori sanoi, ettei edelleenkään ole tyytyväinen elämäänsä, mutta sanoi voivansa hieman paremmin kuin ennen Voltti-kurssia. Jotkut asiat koettiin kurssin jälkeen helpompina ja etenkin kurssi oli antanut nuorille jämäkkyyttä tarttua asioihin ja viedä jo aloitettuja asioita loppuun. Osan nuoren kohdalla tämä oli edesauttanut muun muassa opiskeluissa etenemistä.

Nuoret puhuivat, kuinka he lähtivät avoimin mielin ja motivoituneina Voltti-kurssille, mutta he eivät kuitenkaan uskoneet Voltti-kurssin pystyvän auttamaan heitä. Osalla nuorista oli takana hyvin pitkä terapia- ja hoitohistoria, joten he eivät enää uskoneet ”ihmeparannukseen”. Nuoret olivat myös joltain osin tottuneet ajatukseen omasta osattomuudesta, yksinäisyydestä ja alakuloisuudesta. Vaikka nuorten elämä oli hieman muuttunut paremmaksi, nuorten puheissa nousi usein esiin myös ajatus siitä, että oma elämä koettiin epänormaaliksi.

Olis hauskaa, jos pystyis joskus itsensä elättämään. Et onhan se, kun tässä on 10 vuotta sairastanut, niin oon ollu ihan saatanan köyhä. Ja kun näkee kavereita, joilla on ihan oikeita työuria, niin alkaa helposti tuntemaan sillain osattomaks. Et kyl mä haluisin elää ihan normaalia elämää. Mut kun on jumittanut näin kauan, niin tästä on tosi vaikee päästä eroon. (H6)

Normaalin elämän tavoittelu nousi selkeästi tärkeimmäksi tavoitteeksi nuorten puheissa. Etenkin oman toimeentulon tienaaminen koettiin tärkeänä ja nuoret toivat esiin, etteivät haluaisi olla yhteiskunnan elätettävinä. Nuoret kertoivat saaneensa Voltti-kursseilta joitain muutoksen avaimia, mutta he kokivat edelleen olonsa osattomiksi ja erilaisiksi kuin muut ”normaalit” nuoret.

5.4 Mikä nuoria auttoi, mitä he jäivät kaipaamaan

Nuoret puhuivat vertaistuen saamisen tärkeydestä. Nuoret pitivät merkityksellisinä keskusteluhetkiä ja kokemusten vaihtoa muiden nuorten kanssa. Kokemus siitä, ettei ole yksin ongelmiansa kanssa, vaan lähellä on ihmisiä, jotka ovat käyneet samanlaisia prosesseja elämässään läpi, oli nuorille tärkeää. Nuoret kokivat vertaistuen saamisen voimaannuttavana ja näkökulmia avartavana. Vertaistuen kautta nuoret saivat myös vinkkejä, joiden avulla heidän oli helpompi selviytyä arjesta. Vertaistuen edellytyksenä on toimiva ja avoin ryhmä, jossa jokainen jäsen voi luottavaisesti kertoa ja jakaa omia kokemuksiaan. Nuoret kertoivat jännittäneensä aluksi uusia ihmisiä ja ryhmätilanteita omien ennakkoluulojensa vuoksi. Ryhmän jäseniin tutustuminen ja ryhmäyttämisharjoitukset auttoivat kuitenkin nuoria heittäytymään avoimin mielin ryhmätehtäviin ja keskusteluihin.

Työtavoista nuoret nostivat esiin psykodraaman, joka nuorten kokemusten mukaan auttoi heitä oman tilanteensa näkemiseen uudesta näkökulmasta. Uusien näkökulmien avulla nuoret saattoivat löytää uusia ajattelu- ja toimintamalleja oman tilanteensa selvittämiseksi. Lisäksi itsensä hyväksyminen oli yksi tärkeistä asioista, jonka nuoret toivat esiin. Ryhmässä toimiminen auttoi nuoria vuorovaikutustaitojen kehittämisessä sekä uusien roolien ja sääntöjen omaksumisessa. Nuorten kertomuksissa nousi selkeästi esiin, että osallistuminen Voltti-kurssille oli hyvä ja antoisa ryhmäkokemus. Nuoret kuvailivat tilanteita, joissa heillä oli ennen Voltti-kurssille tuloa hankaluuksia toimia ryhmässä ja vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Eräs nuori kertoi, kuinka hänen oli vaikea tuoda esiin omia mielipiteitään ja ajatuksiaan opiskelutilanteissa. Voltti-kurssin harjoitukset olivat kuitenkin antaneet hänelle rohkeutta siinä määrin, että hänen oli helpompi ottaa osaa luennoilla keskustelutilanteisiin.

Jokainen nuori toi haastatteluissa esiin retket, joiden kautta nuoret saivat rohkeutta ja keinoja parantaa sosiaalisen vuorovaikutuksen taitoja. Lisäksi nuoret saivat uusia elämyksiä ja kokemuksia. Ennen Voltti-kurssille tuloa osa nuorista ei käynyt töissä, ei opiskellut eikä heillä ollut selkeää

päivärytmiä. Nuorille oli tärkeää saada ohjelmaa päiviin edes Voltti-kurssin ajaksi. Lähteminen kodista ja ihmisten tapaaminen antoi nuorille reippautta ja piristystä arkeen.

Nuoret toivat esiin paljon hyviä puolia Voltti-kursseista, mutta he jäivät kuitenkin vielä kaipaamaan joitain tärkeitä elementtejä. Etenkin kurssin loputtua nuoret tunsivat jääneensä tyhjän päälle ilman minkäänlaista jatkosuunnitelmaa oman kuntoutumisensa jatkumisesta. Nuoret toivat esiin, että kurssi herätti paljon ajatuksia, kysymyksiä ja oman minuuden pohdintaa. Nuoret kokivat, että kurssilla työstetyt aihealueet nostivat pintaan asioita, joita olisi tärkeä käsitellä vielä kurssin loputtuakin. Kurssi oli monen nuoren mielestä ajallisesti liian lyhyt ja jatkosuunnitelmien tekeminen olisi nuorten mielestä ollut ensiarvoisen tärkeää. Nuoret jäivät kaipaamaan vinkkejä ja tietoa siitä, missä he voisivat kurssin loputtua jatkaa asioiden työstämistä. Nuoret kaipasivat selkeää ohjeistusta siitä, mitä kautta he voisivat hakeutua jatkoavun piiriin.

Nuoret olivat suurimmilta osin tyytyväisiä ryhmän toimintaan ja ryhmän koko koettiin yleisesti hyvänä. Joidenkin nuorten puheista nousi kuitenkin esiin, että ryhmäkoko oli liian suuri ja ryhmän jäsenet eivät olleet tarpeeksi avoimia ja heittäytymiskykyisiä ryhmätoimintaan. Eräs nuori kuvaili myös olleensa täysin väärä kohde kurssille ja toivoi, että jatkossa valinnat kursseille osallistuneista tehtäisiin tarkemmin, jotta oikeanlaiset nuoret pääsisivät hyötymään Voltti-kurssien tarjonnasta. Vaikka nuoret kokivat ryhmätoiminnan olleen voimaannuttavaa ja monessa mielessä kuntoutumista tukevaa, he olisivat toivoneet yksilökohtaisempaa apua ja keskustelutilanteita ohjaajien kanssa. Nuoret kokivat, että tällä tavoin he olisivat kyenneet tarkastelemaan omaa tilannettaan vielä tarkemmin ja yksityiskohtaisemmin ja saaneet ohjaajilta henkilökohtaista ohjausta ja neuvontaa.

6. YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Tämän tutkimuksen tarkoituksena ja tehtävänä oli tuoda esiin niitä näkökulmia ja kokemuksia, joita vuosina 2007-2010 Voltti-kurssin käyneet nuoret toivat esiin puhuessaan Voltti-kurssien hyödyllisyydestä. Lisäksi olen pyrkinyt selvittämään, miten tutkittavien oman kokemuksen mukaan avokuntoutus on vaikuttanut heidän elämäntilanteensa. Näihin tutkimusongelmiin olen pyrkinyt löytämään vastauksia laadullisen asianosaisarviointin avulla. Tutkimukseni aineisto koostui teemahaastattelujen avulla kerätystä aineistosta, jota olen analysoinut sisällönanalyysin ja teemoittelun keinoin. Olen pyrkinyt siihen, että tässä tutkimuksessa pääsee esiin juuri nuorten oma ääni ja arviointi Voltti-kurssien hyödyllisyydestä. Olen tarkastellut nuorten elämäntilanteita avokuntoutusta ennen, sen aikana ja sen jälkeen. Ajan näkökulmaa hyödyntäen olen pystynyt tarkastelemaan tutkimukseni tuloksia siltä kantilta, kuinka Voltti-kurssit ovat vaikuttaneet nuorten elämäntilanteisiin ja elämäntilanteeseen.

Haastatteluaineiston perusteella voidaan todeta, että nuoret hyötyivät Voltti-kursseista hyvin eri tavoin, mutta myös yhtäläisyyksiä oli löydettävissä. Osalle nuorista Voltti-kurssi oli elämänlaatua ja elämäntilanteita parantava ja se auttoi muun muassa opintojen edistymisessä, ihmissuhteiden pulmakohtien selvittelyssä ja oman ajattelutavan muuttamisessa. Osa nuorista puolestaan koki, ettei Voltti-kurssilla ollut mitään annettavaa heille eikä heidän elämäntilanteensa muuttunut mitenkään Voltti-kurssin jälkeen. Nuoret, jotka kokivat selvää muutosta oman elämäntilanteensa suhteen, kertoivat, että Voltti-kurssin lisäksi heidän elämässään oli tapahtunut hyviä ja voimaannuttavia asioita, kuten esimerkiksi lemmikkieläimen hankkiminen. Kaikki nuoret kuitenkin puhuivat Voltti-kurssista hyvin positiivisessa valossa ja vaikkei kaikki nuoret Voltti-kursseista hyötynytäkään, ottivat he mielellään osaa kursseille ja niiden toimintaan. Voidaankin siis sanoa, että oleminen kurssilla ja osallistuminen ryhmässä tehtäviin toiminnallisiin ohjelmiin oli jokaiselle nuorelle hyvä ja piristävä kokemus. Toiset nuoret saivat kurssilta työkaluja ja uusia ajattelumalleja joita he hyödyntävät edelleenkin. Toiset nuoret puolestaan palautuivat täysin samaan lähtötilanteeseen, kuin missä he olivat ennen Voltti-kurssia.

Ennen Voltti-kursseille osallistumista nuorten elämää hallitsi hyvin paljon psyykkiset ongelmat ja fyysinen sairaus. Lisäksi nuorilla oli hyvin paljon haasteita opinnoissa ja työelämässä selviytymisessä. Nuoret puhuivat myös siitä, kuinka heidän elämänsä oli vailla mielekästä tekemistä ja sisältöä sekä siitä, kuinka he olivat yksinäisiä ja heidän sosiaaliset suhteensa olivat ongelmallisia.

Nuorten puheiden perusteella voidaan siis sanoa, että heillä oli ennen Voltti-kursseille osallistumista selviä haasteita heidän elämänhallinnassaan. Ihmisen voimavaroilla, joita saadaan juuri muun muassa ihmissuhteista, koulutuksesta, työelämästä ja harrastuksista on suuri vaikutus ihmisen elämänhallintaan (Kotakari & Rusanen 1996, 177). Nuorten puheista voidaan havaita, kuinka tavallinen ja normaali arki, hyvä itsetunto, vertaistuen saaminen ja ihmissuhteet ovat tärkeitä ainesosia nuorten elämänhallinnassa ja hyvinvoinnissa.

Anna Rönkä (1992, 16) tuo esiin, että ihmisen selviytymiseen haasteellisissa tilanteissa vaikuttaa suuresti se, millaisia selviytymiseen vaadittavia resursseja hänellä on. Tärkeitä selviytymiseen vaadittavia resursseja ovat muun muassa työkyky, taloudellinen tasapaino, sosiaalinen tuki ja koulutus. Nuoret puhuivat, kuinka heiltä puuttui näitä tärkeitä resursseja ja kuinka se vaikutti heidän elämänlaatuunsa ja elämänhallintaansa negatiivisesti. Nuoret kuvailivat omaa elämäänsä ”haahuiluksi”, yksinäiseksi ja vailla päämäärää olevaksi. Anna Rönkän (1992, 13) mukaan yksinäisyys on subjektiivisesti koettu olotila, jolloin yksilö kokee, etteivät hänen läheisyyden ja yhteenkuuluvuuden tarpeet ole riittävästi toteutuneet.

Ennen Voltti-kursseille osallistumista nuoret elivät hyvin erilaisissa elämäntilanteissa, mutta kaikilla nuorilla oli moninaisia ongelmia ja pulmatilanteita elämässään. Toisilla pulmatilanteita oli vähemmän ja toisilla enemmän. Ongelmat sosiaalisissa suhteissa ja yksinäisyyden kokemukset olivat niitä asioita, joista nuoret puhuivat paljon. Sosiaaliset suhteet edistävät yksilön selviytymistä stressaavista tilanteista toimimalla ikään kuin puskurina niitä vastaan (Rook 1984, 239). Läheiset ihmissuhteet ja sosiaalinen verkosto tarjoaa siis arvokasta tukea erityisesti silloin, kun yksilö on vaikeuksissa. Ystävien puuttuminen elämästä johtui nuorten puheiden mukaan vaikeuksista pitää yllä sosiaalisia suhteita. Ujous, rohkeuden puuttuminen ja asioihin tarttumisen vaikeus nähtiin syynä siihen, mikseivät he kyenneet pitämään ystäviin ja läheisiksi koettuihin ihmisiin yhteyttä. Nuoret toivat esiin, kuinka vaikeudet olla mukana erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa ja lähteä mukaan erilaisiin ryhmiin, kuten harrastusryhmiin tai opiskelijoille suunnattuihin ryhmiin aiheuttivat sen, ettei heillä ollut mahdollisuutta solmia uusia ihmissuhteita.

Usealla nuorella oli opiskelupaikka, mutta vain harva kykeni suorittamaan opintojaan. Ennen Voltti-kurssille tuloa nuoret eivät käyneet töissä eikä heillä ollut harrastuksia tai muuta mielekästä vapaa-ajan tekemistä. Osa nuorista toi esiin pettymyksen tunteita omaa saamattomuuttaan kohtaan. Nuoret kuvasivat haastatteluissa hyvin sitä, kuinka oma elämäntilanne ja mielenterveyden häiriöt vaikuttavat suuresti siihen, etteivät he kykene toimimaan odotusten mukaisesti omassa arjessaan.

Yhteiskunta luo aikuistuvalla nuorelle tietynlaisia rooliodotuksia ja toimintamalleja, kuinka hänen pitäisi toimia kulloisessakin tilanteessa. Yksi tärkeimmistä nuoren hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä on juuri se, kuinka nuori kykenee vastaamaan ympäristön odotuksiin ja samalla myös toteuttamaan siinä itseään ja tavoitteitaan (Korhonen 1999, 71). Nuoret kertoivat, kuinka he tunsivat riittämättömyyden ja epäonnistumisen tunteita esimerkiksi niissä tilanteissa, kun opinnot eivät sujuneet.

Nuorten kokema marginaalisuus yhteiskunnan eri osa-alueilla vaikutti hyvin suuresti heidän elämäänsä ennen Voltti-kursseille osallistumista ja nuoret myös tunnistivat oman tilanteensa hyvin. Suurin osa nuorista toi esiin, kuinka heillä oli selkeitä kehittämiskohteita ja tavoitteita mielessä, kun he osallistuivat Voltti-kurssille. Nuoret eivät olleet tyytyväisiä omiin elämäntilanteisiinsa ja he toivoivat apua siihen, kuinka he saisivat kiinni normaalista elämänrytmistä, johon ensisijaisesti kuuluisi perhe, työ ja terveys. Näiden laajojen tavoitteiden lisäksi, nuoret toivat esiin, kuinka he toivoivat saavansa apua sosiaalisten taitojen kehittämiseen, tapaavansa samankaltaisissa tilanteissa eläviä nuoria ja kuulevansa heidän näkökulmiaan, saavansa sisältöä päivään sekä saavansa työkaluja oman hyvinvoinnin kehittämiseen. Hyvin pieni osa nuorista suhtautui varovaisesti ja jopa epäileväisesti Voltti-kurssien mahdollisuuteen parantaa heidän hyvinvointiaan ja olla tukena heidän kuntoutumisessaan.

Kun nuoret puhuivat ajasta Voltti-kurssin jälkeen ja niistä muutoksista joita heidän elämässään oli tapahtunut, esiin nousi nuorten oman motivaation tärkeys muutosten mahdollistajana. Nuoret, jotka alusta asti olivat hyvin motivoituneita osallistumaan Voltti-kursseille ja joilla oli tavoitteita ja toivomuksia siitä, mitä kurssi heille voisi tarjota, hyötyivät myös eniten kurseista. Nuoret, joilla oli selkeä ajatus siitä, mihin ongelmaan tai pulmatilanteeseen he halusivat saada apua, löysivät myös niitä keinoja, joiden avulla heidän oli helpompi selviytyä elämän ongelmallisista tilanteista. Motivoituneet nuoret kertoivat oman hyvinvointinsa ja elämäntilanteensa muuttuneen huomattavasti tai ainakin hieman Voltti-kurssin jälkeen. Huomattavan muutoksen kokeneet nuoret kertoivat, kuinka heidän elämänsä oli mennyt eteenpäin ja kuinka heillä edelleen oli käytössä Voltti-kurssilta oppimiaan toiminta- ja ajattelumalleja. Nuoret kokivat elämänasenteensa muuttuneen positiivisemmaksi ja he toivat esiin, kuinka heidän elämänlaatunsa oli muuttunut paremmaksi. Elämänlaadun parantumiseen olivat vaikuttaneet muun muassa opintojen eteneminen, vaikean ja raskaan ihmissuhteen päättäminen, päihteiden käytön lopettaminen, sosiaalisten vuorovaikutustaitojen kehittyminen, itseluottamuksen parantuminen ja rennomman elämänasenteen omaksuminen.

Hieman muutosta kokeneet nuoret kertoivat, kuinka heidän psyykkisen hyvinvoinnin ongelmat vaikuttivat edelleen suuresti heidän arkeensa. Nuoret kuitenkin kokivat olonsa hieman kevyemmäksi ja suhtautuivat asioihin rennommin. Nuoret eivät olleet täysin tyytyväisiä omaan elämäntilanteeseensa, mutta elämä oli silti valoisampaa ja vähemmän henkisesti kuormittavaa, kuin mitä se oli ollut ennen Voltti-kurssille osallistumista. Hieman muutosta kokeneet nuoret puhuivat myös siitä, kuinka he olivat oppineet Voltti-kurssilta toimimaan jämäkämmin asioiden suhteen. Jämäkkyys ja rennompia ote asioihin oli muun muassa edesauttanut opintojen suorittamista ja harjoittelupaikan hakemista.

Voltti-kurssien tavoitteina on vahvistaa nuorten valmiuksia selvitä työelämän haasteista, kehittää nuorten itsetuntemusta ja itseluottamusta, tutustuttaa nuoret sosiaalisten ryhmien pelisääntöihin esimerkiksi työyhteisöissä ja opiskelijaryhmissä ja auttaa nuoria löytämään itselleen myönteisiä rooleja erilaisten ryhmien jäseninä. Lisäksi yhtenä tavoitteena on auttaa nuoria löytämään niitä esteitä, jotka ovat heidän työssä tai opiskeluissa jaksamisen ja selviämisen tiellä. (Pirkanmaan 2012.) Joidenkin nuorten kohdalla nämä tavoitteet toteutuivat hyvin ja joidenkin nuorten kohdalla tavoitteet jäivät kokonaan toteutumatta.

Nuoret, joilla oli vähäinen motivaatio sekä epämääräiset odotukset ja tavoitteet eivät juuri hyötynyt Voltti-kursseista. Myös heidän asenteensa ennen Voltti-kurssille osallistumista poikkesi suuresti motivoituneiden nuorten asenteista. Nuoret eivät uskoneet Voltti-kurssien pystyvän auttamaan heitä eikä heillä ollut uskoa omaan kuntoutumiseensa. Voltti-kurssien asettamat tavoitteet eivät toteutuneet näiden nuorten kohdalla ja he ajautuivat samaan tilanteeseen, kuin missä he olivat ennen Voltti-kursseille osallistumistaan. Nuoret, jotka toivat esiin, ettei kurssi auttanut heitä millään tavalla, olivat kärsineet mielenterveysongelmista hyvin pitkään eikä heillä myöskään ollut haaveita tai toiveita oman tulevaisuutensa suhteen. Tämän tutkimustuloksen myötä on syytä pohtia, kuinka nuoret saataisiin jo paljon aiemmin avun ja tuen piiriin. Nuoren tarvitsemaa apua ja tukea olisi syytä tarjota siinä vaiheessa, kun ensimmäiset ongelmat alkavat ilmaantua. Varhainen puuttuminen ja tietysti myös ennaltaehkäisevän peruspalvelujärjestelmän toimivuus on ensiarvoisen tärkeää. Lasten ja nuorten hyvinvointia vaarantavien syrjäytymisuhkien torjumisessa sekä syntyneiden ongelmien ratkaisemisessa läpileikkaavana periaatteena tulisi olla varhainen ongelmien tunnistaminen ja tuen tarjoaminen.

Nuoret, jotka lähtivät Voltti-kurssille motivoituneina ja vastaanottavaisin mielin hyötyivät Voltti-kursseista enemmän kuin nuoret, jotka osallistuivat Voltti-kursseille uskomatta niiden tuomaan mahdolliseen muutokseen. Nuorten oma motivaatio tuli esiin myös Asko Suikkasen, Sirpa Martin ja Ritva Linnakangan (2004, 221) arviointitutkimuksessa Homma hanskaan, jonka yksi keskeisimmistä tutkimustuloksista oli se, että motivoituneita nuoria kyettiin auttamaan ja tukemaan paremmin kuin niitä nuoria, joilla ei ollut omaa motivaatiota avun vastaanottamiseen. Tutkimuksen mukaan ne nuoret, joilla ei ollut motivaatiota oman elämänsä eikä tulevaisuutensa parantamisen suhteen eivät olleet autettavissa tutkimukseen osallistuneiden kuntoutuskokeilujen keinoin. Huolestuttavaa tässä on se, että huonosti motivoituneet nuoret ovat usein nuoria, joilla on vakavia ja kasautuvia ongelmia. Voltti-kurssien kehittämisen kannalta tärkeää olisi miettiä, kuinka nuoria voitaisiin motivoida entistä enemmän ennen Voltti-kursseille osallistumista. Nuoren motivaatio ja asennoituminen vaikuttaa suuresti siihen, kuinka vastaanottavaisia nuoret ovat avun ja tuen suhteen. Voltti-kurssien ohjaaja Katariina Ylä-Rautio oli myös harmissaan siitä, etteivät nuorten hoitotahot ottaneet osaa nuorten motivointiin tarpeeksi ajoissa.

Voltti-kursseille osallistuneiden nuorten haastatteluiden perusteella voidaan sanoa, että nuoren minäkuva, tyytyväisyys omaan elämään sekä hyvinvointi ja terveys vaikuttavat suuresti nuorten haaveisiin ja tulevaisuuden näkymiin. Nuoret, jotka voivat hyvin ja ovat tyytyväisiä omaan elämäänsä, ovat avoimia tulevaisuuden suhteen sekä suunnittelevat ja miettivät omaa tulevaisuuttaan jatkuvasti. Nuoret myös asettavat itselleen tavoitteita, haaveilevat sekä toivovat tulevaisuudeltaan asioita. Puolestaan ne nuoret, jotka ovat masentuneita ja jumissa oman elämänsä kanssa, eivät kykene suunnittelemaan tulevaisuuttaan ja heidän elämässään vallitsee näköalattomuus. Nämä nuoret elävät päivä kerrallaan eikä heillä ole voimia suunnitella omaa tulevaisuuttaan tai asettaa itselleen tavoitteita. Nuoret eivät myöskään usko, että oma elämä voisi muuttua paremmaksi.

Erityisesti minua jäi mietityttämään, kuinka nuoria, joilla ei ole minkäänlaisia tulevaisuuden näkymiä ja jotka ovat täysin turhautuneita oman elämäntilanteensa suhteen, voitaisiin parhaiten auttaa. Voltti-kurssin tarjoama tuki ja apu eivät ehkä ole riittävän vahva tuki tämänkaltaisille nuorille. Aineiston avulla voidaan todeta, että nuoret, joilla on hyvin pitkä mielenterveystausta ja pitkä hoitohistoria eivät enää luota ja usko tämän tyyppisten avokuntoutuskurssien mahdollisuuteen toimia kuntoutumisen ja elämänhallinnan tukena. Tukea olisi syytä siis pystyä tarjoamaan nuorille hyvin varhaisessa vaiheessa, ennen kuin nuorten ongelmat ehtivät kasautua ja vaikeutua. Millaisia avokuntoutuskursseja nuorille, jotka ovat ajautuneet täysin yhteiskunnan marginaalin, tulisi sitten

järjestää, on pohtimisen arvoinen kysymys. Olisiko syytä järjestää oma avokuntoutuskurssi Voltti-kurssin rinnalle, joka tarjoaisi erityistä tukea nuorille, jotka eivät ole autettavissa Voltti-kurssin tarjoaman tuen keinoin? Vai olisiko Voltti-kurssien sisältöä syytä kehittää ja muuttaa sen mukaisesti, että myös nuoret, jotka ovat täysin ajautuneet yhteiskunnan marginaaliin, voisivat hyötyä Voltti-kurssista? Eräs nuori toi esiin, kuinka hän koki olevansa täysin väärä kohde Voltti-kurssille. Juuri oikeanlaisten ja motivoituneiden nuorten valikoituminen Voltti-kurssille on hyvin tärkeää, sillä parhaimmillaan kurssi voi tarjota paljon tukea, uusia näkökulmia ja ajattelutapoja elämänhallinnan tueksi.

Nuoret toivat esiin, kuinka Voltti-kurssi oli heidän mielestään ajallisesti liian lyhyt ja heille jäi kokemus siitä, että he jäivät Voltti-kurssin loputtua tyhjän päälle ja vaille tukea. Nuoret puhuivat, kuinka Voltti-kurssi oli oivallinen pysähdyspaikka oman elämäntilanteen tarkastelulle ja kuinka he jäivät kaipaamaan jatkotuen suunnittelua yhdessä ohjaajien kanssa. Jatkotuen tarpeen toi usea nuori esiin, ja he perustelivat sen tärkeyttä sillä, että se mahdollistaisi opittujen asioiden ja uusien näkökulmien työstämistä, kehittämistä ja ylläpitämistä. Mielestäni on väärin, että nuoret, joilla on vakavia mielenterveyden häiriöitä jäävät ilman hoitoa ja tukea. Kuinka voitaisiin varmistaa se, etteivät Voltti-nuoret jäisi tyhjän päälle kuntoutuskurssin jälkeen, vaan saisivat katkeamattomasti ja jatkuvasti sellaista tukea, jota he todella tarvitsevat. Oikea tuki ja apu ovat ensisijaisen tärkeää nuorten kuntoutumisen ja hyvinvoinnin kannalta. Voltti-nuorilla on hyvin moninaisia ongelmia ja yhtenä tärkeänä näkökulmana näen moniammatillisuuden ja yhteistyön nuoria auttavien tahojen välillä. Yhteistyö edesauttaisi sitä, että nuoret osattaisiin ohjata oikeiden palvelujen äärelle Voltti-kurssin loputtua.

Aineiston perusteella voidaan sanoa, että vertaistuki sekä omien asioiden ja mielipiteiden jakaminen on työ- ja opiskeluhaasteiden sekä mielenterveysongelmien kanssa eläville nuorille hyvin tärkeää. Ryhmässä toimiminen edesauttoi nuorten sosiaalisten taitojen kehittymistä ja tarjosi heille uusia rooleja, joiden avulla heidän on helpompi toimia ryhmässä. Nuoret toivat esiin ryhmämuotoisen kuntoutuksen hyviä puolia, mutta he jäivät kuitenkin kaipaamaan yksilöllisempää otetta. Kuntoutuskurssi tapahtui kokonaisuudessaan ryhmässä ja nuoret olivat ryhmätoimintaa tyytyväisiä. Nuoret toivat kuitenkin esiin, että he olisivat halunneet saada myös henkilökohtaista opastusta ja neuvontaa. Nuoret puhuivat siitä, että vaikka ollaan ryhmässä ja toteutetaan kuntoutusta ryhmämuotoisena, jokainen kuntoutuja on otettava huomioon yksilönä.

Haastatteluaineiston perusteella voidaan sanoa, että Voltti-kurssi toimii hyvänä sysäyksenä kuntoutumiselle. Voltti-kurssilla mukana oleminen auttoi toisia nuoria enemmän kuin toisia riippuen nuoren omasta motivaatiosta, elämäntilanteesta ja tavoitteista. Parhaimmillaan Voltti-kurssi tarjosi nuorille uusia ajattelu- ja toimintamalleja, jotka ovat edelleen heidän käytössään arjessa.

LÄHTEET

Aaltonen, Kimmo (2011) Nuorten hyvinvointi ja monialainen yhteistyö. Tallinna: AS Pakett.

Aapola, Sinikka (2005) Aikuistumisen oikopolkuja? Koulutusreitit ja aikuistumisen ulottuvuudet nuorten elämässä. Teoksessa Aapola, Sinikka & Ketokivi, Kaisa (toim.) Polkuja ja poikkeamia - Aikuisuutta etsimässä. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 56.

Aapola, Sinikka & Kaarninen, Mervi (2003) Nuoruuden vuosisata: suomalaisen nuorison historia. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Aapola, Sinikka & Ketovi, Kaisa (2005) Aikuistumisen ehdot 2000-luvun yhteiskunnassa. Teoksessa Aapola, Sinikka & Ketokivi, Kaisa (toim.) Polkuja ja poikkeamia – Aikuisuutta etsimässä. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 56.

Bauman, Zygmunt (1998) Issues in society. Work, consumerism and the new poor. Buckingham, Philadelphia: Open university press.

Eskola, Jari & Vastamäki, Jaana (2007) Teemahaastattelu: opit ja opetukset. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Jyväskylä: PS- kustannus.

Halonen, Juha-Pekka & Aaltonen, Tuula & Hämäläinen, Anneli & Karppi, Sirkka-Liisa & Kaukinen, Juha & Kervilä, Anja & Lehtinen, Marjatta & Pere, Erkki & Puukka, Pauli & Siitonen, Ville & Silvennoinen, Sirpa & Talo, Seija (2007) Syrjäytymisvaarassa olevien vajaakuntoisten nuorten kuntoutustarpeen arviointi. Helsinki: Kela, Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 73, 2007.

Hoikkala, Tommi (1993) Katoaako kasvatus, himmeneekö aikuisuus? Aikuistumisen puhe ja kulttuurimallit. Väitöskirja. Helsinki: Gaudeamus.

Holmila, Marja (1999) Evaluaatiotutkimuksesta sosiaalitieteissä. Teoksessa Paakkunen, Kari (toim.) Arviointitutkimus ja nuoriso. Tulostavasta dynaamiseen nuorisotoimintaan. Helsinki: Hakapaino Oy.

Hämäläinen, Arja Pirkanmaan, Ihmissuhdetyö ry:n toiminnan johtaja. Haastattelu 7.2.2011. Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry:n tiloissa Tampereella.

Hämäläinen, Juha (2006) Nuori ja perhe yhteiskunnan murroksessa. Teoksessa Laukkanen, Eila & Mauri, Marttunen & Miettinen, Seija & Pietikäinen, Matti (toim.) Nuoren psyykkisten ongelmien kohtaaminen. Hämeenlinna: karisto Oy:n kirjapaino.

Jerkedall, Åke (2005) Utvärdering - steg för steg – Om projekt- och programbedömning. Kolmas painos. Stockholm: Norstedts Juridik AB.

Jyrkinen, Teela (1989) Psykkinen hyvinvointi. Teoksessa Pajula, Jaakko Ihminen, tutkimus ja sosiaalivakuutus. Kela, Helsinki.

Järvikoski, Aila & Härkäpää, Kristiina & Nouko-Juvonen, Susanna (toim.) (2001) Monia teitä kuntoutuksen arviointiin. Helsinki: Yliopistopaino.

Komonen, Katja (2001) Koulutusyhteiskunnan marginaalissa. Ammatillisen koulutuksen keskeyttäneiden nuorten yhteiskunnallinen osallisuus. Joensuu: Joensuun Yliopisto.

Korhonen, Jukka (1999) Tuntemattomien haasteiden yhteiskunta. Koulutus- ja työmarkkinoiden muutos nuorten elämänhallinnan haasteena. Teoksessa Laurinkari, Juhani & Niemelä, Pauli (toim.) elämänhallinta ja syrjäytyminen Suomussalmella. Tutkimus ennaltaehkäisevän sosiaalipolitiikan toimintaohjelman toteuttamiseksi. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö

Kotakari, Ulla & Rusanen Timo (1996) Mihin kansalaiset turvautuvat. Teoksessa Aila-Leena Matthies & Ulla Kotakari & Marianne Nylund (toim.) Välittävät verkostot. Jyväskylä: Vastapaino

Kuula, Arja (2006) Tutkimusetiikka: aineiston hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino

Kuronen, Ilpo (2010) Peruskoulusta elämäkouluun. Ammatillisesta koulutuksesta syrjäytymisvaarassa olevien nuorten aikuisten tarinoita peruskoulusuhteesta ja elämäkulusta peruskoulun jälkeen. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino.

Laine, Timo (2010) Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus

Laitinen, Ippo (2008) Autenttinen evaluaatioetiikka. Rovaniemi: Lapin yliopistopaino.

Laurinkari, Juhani & Niemelä Pauli (1999) Elämänhallinta ja syrjäytyminen Suomussalmella. Tutkimus ennaltaehkäisevän sosiaalipolitiikan toimintaohjelman toteuttamiseksi. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö

Linnosuo, Outi (2004) Syrjäytymisestä selviytymiseen? Arviointitutkimus työttömien nuorten palveluohjauksesta. Helsinki: Kela, Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 61, 2004.

Nurmi, Jari-Erik (1995) Nuoruusiän kehitys: etsintää, valintoja ja noidankehiä. Teoksessa Lyytinen, P & Korkeakangas, M & Lyytinen, H (toim.) Näkökulmia kehityspsykologiaan. Porvoo: WSOY

Patton, Michael (1997) Utilization Focused Evaluation. The new Century Text. Kolmas painos. Thousands Oaks, London and New Delhi: sage.

Puuronen, Vesa (2006) Nuorisotutkimus. Tampere: Juvenes Print.

Rajavaara, Marketta (1999) Arviointitutkimuksen hyödynnettävyys. Teoksessa Eräsaari, Risto & Linqvist, Tuija & Mäntysaari, Mikko & Rajavaara, Marketta (toim.) Arviointi ja asiantuntijuus. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Ranta, Klaus (2006) Ahdistuneisuus ja ahdistuneisuushäiriöt. Teoksessa Laukkanen, Eila & Marttunen, Mauri & Miettinen, Seija & Pietikäinen, Matti (toim.) Nuorten psyykkisten ongelmien kohtaaminen. Hämeenlinna: Karisto Oy:n kirjapaino

Rook, Karen (1984) Research on social support, loneliness and social isolation. Toward an integration. Teoksessa Shaver, Phillip (toim.) Review of personality and social psychology. Beverly Hills, CA: Sage

Rönkä, Anna (1992) Nuoren aikuisen sosiaalinen selviytyminen. Katsaus kirjallisuuteen. Jyväskylän yliopisto. Psykologian laitoksen julkaisuja 319.

Saarinen, Taina (1999) Koulutuksen arvioinnin vaikutukset – Esimerkkinä yliopistoarviointi. Teoksessa Paakkuna, Kari (toim.) Arviointitutkimus ja nuoriso. Tulosvastuusta dynaamiseen nuorisotoimintaan. Helsinki: Hakapaino Oy.

Scriven, Michel (1991) Evaluation thesaurus. Neljäs painos. Newbury Park, London and New Delhi: Sage.

Suikkanen, Asko & Martti, Sirpa & Linnakangas, Ritva (2004) Homma hanskaan. Nuorten kuntoutuskokeilun arviointi. Helsinki Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2004:5.

Suutari, Minna (2002) Nuorten sosiaaliset verkostot palkkatyön marginaalissa. Helsinki: Yliopistopaino.

Svedberg, Lars (1995) Marginalitet: ett socialt dilemma. Lund : Studentlitteratur.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2002) Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi

Virtanen, Petri Arviointi (2007) Arviointitiedon luonne, tuottaminen ja hyödyntäminen. Helsinki: Edita Prima Oy.

Elektroniset lähteet

Allianssi - Nuorisotyön valtakunnallinen palvelu- ja vaikuttajajärjestö (2010) Young people in Finland 2010. Koste, Asmo (toim.) Research compendium. Data collected in November 2010.

<http://www.alli.fi/binary/file/-/id/665/fid/1033> Viitattu 15.10.2011.

Karjalainen, Pekka & Blomgren, Sanna (2004) Oikorata vai mutkatie? Sosiaalista kuntoutusta ja työelämäpolkuja nuorille. Nuotta-Projektin arvioinnin loppuraportti. Stakes. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus.

http://groups.stakes.fi/NR/rdonlyres/B9BCE1FC-F327-4560-BE6E-86FE8C538B69/0/arviointiraportti2_04.pdf Viitattu 8.3.2011

Keinänen, Päivi (2010) Taloustaantuma heikentää nuorten työmahdollisuuksia. Tilastokeskuksen hyvinvointikatsaus 2/2010.

http://www.stat.fi/artikkelit/2010/art_2010-06-07_001.html?s=0 Viitattu 12.3.2012

Kelan avo- ja laitospuotoisen kuntoutuksen standardi. Yleinen osa. Voimassa 1.1.2011 alkaen. Kansaneläkelaitos, terveysosasto, kuntoutusryhmä.

[http://www.kela.fi/in/internet/liite.nsf/\(WWWAllDocsById\)/1F91161398CA6C12C2257927004B4AFF/\\$file/Yleinen%20osa.pdf](http://www.kela.fi/in/internet/liite.nsf/(WWWAllDocsById)/1F91161398CA6C12C2257927004B4AFF/$file/Yleinen%20osa.pdf) Viitattu 23.3.2012

Kelan laitospuotoisen kuntoutuksen standardi. Versio 15/2008. Mielenterveyden häiriöitä sairastavien kuntoutuskurssit. Aikuisten ja nuorten kurssit.

http://www.morenoinstituutti.fi/esiteet/KELA_STANDARDI_15_03.04.2008.pdf Viitattu 1.4.2011

Luopa, Pauliina & Lommi, Anni & Kinnunen, Topi & Jokela, Jukka (2010) Nuorten hyvinvointi Suomessa 2000-luvulla. Kouluterveyskysely 2000-2009. Helsinki: Yliopistopaino

<http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/91431fe2-cfa6-4909-9363-75eda1839dc3> Viitattu 30.3.2012.

Nuorisolaki 27.1.2006/72

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20060072> Viitattu 14.12.2011

Opetusministeriön nuorisoyksikkö. Lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämisohjelma 2007-2011.

http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Nuoriso/nuorisopolitiikka/kehittaemisohjelma/liitteet/lapsi_ja_nuorisopolitiikan_kehittamisohjelma.pdf

Viitattu 3.3.2011

Pirkanmaan Ihmissuhdetyö ry:n kotisivut

<http://www.pirkanmaan-ihmissuhdetyo.fi/> Viitattu 12.1.2012

Raitasalo, Raimo & Maaniemi, Kaarlo (2009) Suomalainen hyvinvointi puntarissa. Mielenterveyden häiriöt aiheuttavat nuorille yhä enemmän sairauspoissaoloja. Kelan julkaisema sosiaali- ja terveysturvan aikakauslehti Sosiaalivakuutus 4/09

[http://www.kela.fi/in/internet/liite.nsf/NET/041209094330AK/\\$File/Sosiaalivakuutus4_2009.pdf?OpenElement](http://www.kela.fi/in/internet/liite.nsf/NET/041209094330AK/$File/Sosiaalivakuutus4_2009.pdf?OpenElement) Viitattu 20.1.2012

Rimpelä, Arja (2010) Suomalaisnuorten terveys. Lääkäriseura Duodecimin ja Suomen Akatemian konsensuslausuma 2010. Nuorten hyvinvointi ja pahoinvointi. Konsensuskokous 2010. Vammala: Vammalan kirjapaino

<http://www.duodecim.fi/kotisivut/docs/f1595320904/konsensus2010artikkelikirja.pdf>

Viitattu 12.1.2012

Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna (2006) KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto

http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_4.html Viitattu 22.11.2011

Tilastokeskus (2010) Koulutustilastot 2008. Koulutuksen keskeyttäminen 2008.

http://www.stat.fi/til/kkesk/2008/kkesk_2008_2010-03-12_fi.pdf Viitattu 11.4.2012

Liitteet

Liite 1. Haastattelurunko

Haastattelurunko

Faktaa tämänhetkisestä elämäntilanteesta

- Ikä, siviilisääty, perhe, työ/koulutus

Tilanne ennen kurssia

- Miten kuvailisit tilannettasi ennen avokuntoutuskurssille tuloa? Millainen oli arkipäiväsi?
- Mistä kuulit ensimmäistä kertaa Voltti-kurssista?
- Miksi päätit hakea kurssille? Kuka oli lähettävä taho, kuka motivoi? Oma halu?
- Mitä odotuksia sinulla oli kuntoutuskurssilta? Mihin tarpeisiisi toivoit saavasi apua/tukea?
- Minkälaista muutosta toivoit elämäntilanteeseesi?

Tilanne kurssin aikana

- Kuinka mielestäsi kurssi oli toteutettu? Ajallisesti ja sisällöllisesti?
- Kuinka koit kurssin rytmityksen? Montako tapaamista viikossa ja millaisella rytmillä?
- Kuinka koit menetelmät, joita kurssilla käytettiin? Psykodramaa?
- Koitko, että ryhmämuotoinen kurssi sopi juuri sinulle? Miksi/miksi ei?
- Kuinka vuorovaikutus muiden ryhmäläisten ja työntekijöiden kanssa sujui?
- Mikä oli mielestäsi parasta/huonointa kurssissa?
- Olisitko toivonut saavasi erilaista tukea/apua kurssilta? Minkälaista? Vastasiko kurssi odotuksiasi?
- Minkälaisia muutoksia elämässäsi tapahtui kuntoutuksen aikana?
- Mitä muita tukitoimia sinulla on/oli kurssin aikana?

Tilanne kurssin jälkeen

- Muuttuiko elämäntilanteesi kurssin jälkeen? Miten?
- Millaiset tekijät mielestäsi ovat vaikuttaneet mahdollisiin muutoksiin?
- Oliko kuntoutuskurssi ainoa tekijä, joka sai aikaan muutoksia? Tapahtuiko elämässäsi jotain muuta, joka mahdollisti muutoksen?
- Minkälaisia työkaluja kurssi sinulle antoi?
- Jos kuntoutuksesta on jo kulunut aikaa, ovatko mahdolliset muutokset olleet pysyviä?
- Miten kuvailisit arkipäivääsi tällä hetkellä?

- Minkälaisia kehittämisideoita sinulla olisi Voltti-kurssille, jotta se voisi olla vielä tehokkaampi ja vaikuttavampi?

Tulevaisuuden suunnitelmia

- Mitä neuvoja antaisit niille, jotka painivat samanlaisten ongelmien kanssa kuin sinä ennen kurssille tuloa?
- Missä näet itsesi viiden vuoden päästä? Mitkä ovat tulevaisuuden suunnitelmasi/haaveesi?

Liite 2. Kirje Voltti-kurssin käyneille nuorille

Hei!

Olet ollut Pirkanmaan ihmissuhdetyö ry:n järjestämällä Voltti-avokuntoutuskurssilla. Nyt olemme saaneet tutkimusluvan Kelalta ja opiskelijatutkijan Tampereen yliopistolta. Tutkimuksen tarkoituksena on arvioida ja tutkia Voltti kurssilla olleiden näkemyksiä ja kokemuksia kurssin hyödyllisyydestä ja vaikuttavuudesta. Olisimme erittäin iloisia, jos haluaisit olla mukana tutkimuksessa ja kertoa kokemuksistasi kurssista ja sen toimivuudesta. Tällä tutkimuksella on suuri merkitys kurssien kehittämiseksi ja arvioinnille. Tämän kaltaista tietoa ei ole aikaisemmin Voltti kurseista kerätty, joten osallistumisesi olisi erittäin merkittävä. Tutkimuksen tekee gradunaan sosiaalityön opiskelija Minna Nieminen ja tutkimusaineisto kerätään yksilöhaastattelujen avulla. Jos olet asiasta kiinnostunut, niin ota yhteyttä suoraan Minna Niemiseen joko sähköpostilla tai puhelimella, tekstiviestikin käy. Haastattelut tehdään Pirkanmaan ihmissuhdetyö ry:n tiloissa ja haastatteluajat sovitaan sinulle sopiviksi. Haastattelut ovat luottamuksellisia ja sinun anonymiteettisi tulee säilymään koko tutkimuksen ajan. Jos sinulla on asiasta jotain kysyttävää, niin voit olla yhteydessä minuun, puhelinnumeroni on 040-5237892.

Terveisin Katariina Ylä-Rautio-Vaittinen

Minna Niemisen yhteystiedot
sähköposti
puhelinnumero

