

öEi maailma kaadu vaikka se välillä vähän horjuuö

- Pitkäaikaistyöttömien kokemuksia vertaistuesta

Tiina Tuiskunen

Tampereen Yliopisto

Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö

Sosiaalityö

STYS3C Sosiaalityön tutkielmaseminaari

Ohjaaja: Arja Jokinen

30.4.2015

Tampereen yliopisto

Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö

TUISKUNEN, TIINA: *öEi maailma kaadu vaikka se välillä vähän horjuu* -

Pitkäaikaistyöttömien kokemuksia vertaistuesta

Pro gradu-tutkielma, 73 sivua, 2 liitesivua

Sosiaalityö

Ohjaaja: Arja Jokinen

Toukokuu 2015

Tutkimukseni aiheena ovat pitkäaikaistyöttömien kokemukset vertaistuesta tutkimuskunnan järjestämässä ryhmämuotoisessa sosiaalisessa kuntoutuksessa. Tutkielman tavoitteena on tuottaa tietoa siitä, millainen merkitys vertaistuellalla on sosiaalisessa kuntoutuksessa ja tuoda esille näkemyksiä, joista voi olla hyötyä sosiaalista kuntoutusta suunniteltaessa ja kehitettäessä. Tavoitteenani on tuoda esille sosiaalityön asiakkaiden ääni heidän kokemustensa kautta ja näin edesauttaa asiakkaiden vaikutusmahdollisuuksia tulevaisuudessa.

Tutkimus on luonteeltaan laadullinen. Ryhmähaastattelu valikoitui aineistonkeruumenetelmäksi, koska tutkimukseni aihe kohdistuu ryhmämuotoiseen toimintaan. Haastateltavia ryhmiä oli yhteensä neljä ja jokaisessa ryhmässä oli kolme osallistujaa. Haastattelut suoritettiin sosiaalisen kuntoutuksen ryhmän loppuvaiheessa viikoittaisen ryhmätapaamisen aikana haastatteluun varatussa tilassa. Ryhmät muodostuivat osallistujien kiinnostuksen perusteella kahden eri palveluntuottajan järjestämistä ryhmistä.

Tutkimuksen aineiston analysoinnissa on käytetty teoriaohjaavaa sisällönanalyysia. Analyysissa aineisto on jaettu kolmeen eri luokkaan; 1) Vertaistuki kotoa lähtemisen motivaationa 2) Vertaistuki sosiaalisen tuen mahdollistajana 3) Vertaistuki oppimiskokemuksena. Vertaistuki näyttäytyi mahdollisuutena saada uusia sosiaalisia suhteita, osallisuutta, uusia perspektiivejä ja mielekästä tekemistä elämään, jotka joko motivoivat lähtemään mukaan ryhmätoimintaan tai jatkamaan ryhmässä käymistä. Vertaistuen kautta koettiin saatavan sellaista sosiaalista tukea mitä ei voinut saada muualta. Vertaistuen saaminen toi lisää itseluottamusta sekä tarjosi empatiaa ja ymmärrystä. Vertaistuen merkitys oppimiskokemuksena tuli esille ajankohtaisen kokemustiedon saamisena ja keskustelutaidon oppimisena.

Tutkimuksen perusteella voidaan todeta vertaistuen vaikuttavan ihmisen hyvinvointiin monella tapaa. Vertaistuellalla on selvä sosiaalisesti vahvistava ja aktivoitumista lisäävä vaikutus. Vertaistuen voima tulisi huomioida syrjäytymistä ehkäisevässä tai sen haittoja vähentävässä työssä entistä enemmän. Kunnalliselle sosiaalityölle tulisi luoda enemmän mahdollisuuksia järjestää sosiaalityötä yksilötyön ohella myös ryhmissä, jotta vertaistuen hyvinvointia edistävät vaikutukset saataisiin hyödynnettyä.

Asiasanat: vertaistuki, pitkäaikaistyötön, sosiaalinen kuntoutus, motivaatio, sosiaalinen tuki, oppimiskokemus, syrjäytyminen, sosiaalinen vahvistaminen, aktivoituminen

University of Tampere

School of Social Sciences and Humanities

TUISKUNEN, TIINA: *The world does not fall even though it sometimes staggers little* - The peer support experiences of the long-term unemployed people

Master's Thesis, 73 pages, 2 appendix pages

Social work

Supervisor: Arja Jokinen

April 2015

The topic of this study focuses on the peer support experiences of the long-term unemployed people participating in a group-form social rehabilitation arranged by the research municipality. The objective of this study is to produce information on what kind of significance peer support has in social rehabilitation and to bring up perspectives that may facilitate the planning and development of social rehabilitation. My goal is to bring up the voice of social work's clients through their own experiences and this way promote their influencing opportunities in the future.

This study is qualitative in nature. A group interview was selected as the data collection method, as the topic of this study is related to a group form activity. In total, there were four interview groups and each group had three participants. The interviews were carried out in the final stages of the social rehabilitation group during the weekly group meeting in a space reserved for the interview. The groups were formed based on the interest of the participants from the groups arranged by two different service providers.

Theory-guided content analysis was used in analysing the study's source data. The analysed materials are divided into three different categories; 1) Peer support as a motivator for leaving home, 2) Peer support as an enabler of social support and 3) Peer support as a learning experience. Peer support was seen as an opportunity to make new social contacts and as a method of participating and receiving new perspectives and meaningful activities, which either motivated to enrol in the group activities or continue the participation. People felt that through peer support they could receive social support which could not be received from elsewhere. Receiving peer support increased confidence and also provided empathy and understanding. The significance of peer support as a learning experience was highlighted as receiving current practical information and learning discussion skills.

Based on the study, it can be stated that peer support has a multifaceted effect on the wellbeing of people. Peer support has a clear, socially enforcing and activity increasing effect. The power of peer support should be taken into account in preventative work of social exclusion or in work aiming to decrease its harmful effects. Municipal social work should be appointed more opportunities to arrange social work in groups, in addition to working with individuals, so that the peer support's effects that promote wellbeing could be better utilised.

Keywords: peer support, long-term unemployed, social rehabilitation, motivation, social support, learning experience, social exclusion, social reinforcing, activating

Sisällys

1 JOHDANTO.....	1
2 NÄKÖKULMIA KUNTOUTUKSEEN.....	4
2.1 Kuntoutuksen määrittelyä.....	4
2.2 Sosiaalinen kuntoutus	6
3 TUTKIMUKSEN YHTEISKUNNALLISTA TAUSTAA	9
3.1 Syrjäytyminen	9
3.2 Pitkäaikaistyöttömyys ja aktivointipolitiikka	10
4 RYHMÄMUOTOINEN SOSIAALITYÖ, SOSIAALINEN TUKI JA VERTAISTUKI.....	12
4.1 Ryhmän käyttäminen sosiaalityössä.....	12
4.2 Sosiaalinen tuki.....	13
4.3 Vertaistuen määrittelyä.....	15
4.4 Vertaistoiminnan kehittyminen ja tutkimus Suomessa	19
5 TUTKIMUSASETELMA	21
5.1 Tutkimustehtävä ja tutkimusstrategia.....	21
5.2 Tutkimuksen kohderyhmä	23
5.3 Ryhmähaastattelu	24
5.4 Aineiston analyysi.....	26
5.5 Tutkimuksen eettisyys.....	29
6 VERTAISTUEN MERKITYKSIÄ.....	32
6.1 Vertaistuki kotoa lähtemisen motivaationa.....	32
6.2 Vertaistuki sosiaalisen tuen mahdollistajana	42
6.3 Vertaistuki oppimiskokemuksena	46
7 YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET.....	51
7.1 Yhteenvetoa tutkimuksen tuloksista.....	51
7.2 Johtopäätökset ja pohdinta.....	54
LÄHTEET	61
LIITTEET	72

1 JOHDANTO

Tarkastelen pro gradu -työssäni millaisia merkityksiä pitkäaikaistyöttömät antavat vertaistuelle tutkimuskunnan järjestämässä ryhmämuotoisessa sosiaalisessa kuntoutuksessa. Tutkielman tavoitteena on tuottaa tietoa siitä, millainen merkitys vertaistueella on sosiaalisessa kuntoutuksessa ja tuoda esille näkemyksiä, joista voi olla hyötyä sosiaalista kuntoutusta suunniteltaessa ja kehitettäessä. Tärkeänä tavoitteenani on tuoda esille sosiaalityön asiakkaiden ääni heidän kokemustensa kautta ja näin edesauttaa asiakkaiden vaikutusmahdollisuuksia tulevaisuudessa.

Kiinnostukseni aiheeseen heräsi sen käytännönläheisyyden ja ajankohtaisuuden vuoksi. Sosiaalinen kuntoutus on tällä hetkellä hyvin ajankohtainen aihe, sillä uudessa sosiaalihuoltolaissa on ensimmäistä kertaa määritelmä sosiaalisesta kuntoutuksesta. Tähän asti sosiaalisen kuntoutuksen käsite on ollut hyvin epämääräisesti rajautunut ja sen kokonaisuutta on ollut vaikea hahmottaa. Sosiaalisella kuntoutuksella on voitu eri kunnissa tarkoittaa eri asioita ja sen kohderyhmä on voinut olla hieman eri tavoin määrytynyt.

Sosiaalisen kuntoutuksen pääasiallisena tavoitteena on tukea syrjäytyneiden paluuta yhteiskunnalliseen osallisuuteen vahvistamalla kuntoutettavan sosiaalista toimintakykyä ja sosiaalisen vuorovaikutuksen edellytyksiä (Sosiaali- ja terveysministeriö). Keskustelu syrjäytymisestä on ollut viime vuosien aikana hyvin vilkasta niin poliitikkojen puheissa kuin mediassakin. Työttömyys ja sen myötä lisääntynyt yksinäisyys ja muut ongelmat koskettavat tänä päivänä hyvin suurta ihmisjoukkoa. Tilastokeskuksen mukaan yli vuoden yhtäjaksoisesti työttömänä olleita pitkäaikaistyöttömiä oli vuoden 2015 helmikuussa 102 500, mikä on 16 300 enemmän kuin vuotta aiemmin.

Miettiessäni tutkielmani aihetta, päädyin tarkastelemaan yliopiston sivuilla olevia valmiita ehdotuksia tutkimusaiheista, jotka olivat nousseet käytännön työstä. Yhteiskunnalliset keskustelut yksinäisyydestä ja syrjäytymisestä saivat minut kiinnostumaan vertaistuesta ja koin tärkeäksi valita aiheen, joka oli tärkeä myös käytännön työntekijöiden mielestä. Vertaistukea on tutkittu eri tieteenaloilla melko paljon, mutta tutkimusta sosiaalityön ammatillisena työmuotona ei löytynyt kovin paljoa. Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoimintaa ei voida pitää ainoastaan vertaistukeen perustuvana ryhmänä, vaan sen tavoitteena on työllistymispolkujen etsiminen ja työllistymismahdollisuuksien parantaminen. Ryhmiin osallistuu eri-ikäisiä ja erilaisista taustoista

tulevia henkilöitä, joiden yhdistävänä tekijänä on pitkäaikaistyöttömyys. Mielestäni oli kiinnostavaa selvittää, kokevatko ryhmäläiset saavansa vertaistukea erilaisuudesta huolimatta.

Tutkielman tekemistä suunnitellessani minulla ei ollut aikaisempaa käytännön kokemusta aikuissosiaalityöstä, ja päädyin lopulta pitkän harkinnan jälkeen yhdistämään tutkielman tekemisen sosiaalityön syventäviin opintoihin kuuluvaan harjoitteluun. Ajattelin harjoittelun ja tutkielman tekemisen täydentävän toisiaan ja antavan minulle syvemmän ymmärryksen tutkimukseni kohderyhmästä. Tutkielmaani liittyvät haastattelut päätin kuitenkin tehdä ennen harjoittelun aloittamista, jotta minulle ei olisi muodostunut liian vahvoja ennakkokäsityksiä aiheesta. Koin hyväksi myös sen, että tutkittavat eivät tunteneet minua aiemmin ja ajattelin, että he pystyisivät ehkä puhumaan kokemuksistaan avoimemmin ilman pelkoa haastattelun seurauksista.

Tutkielmani alussa määrittelen tutkielmani kannalta keskeisiä käsitteitä. Ensimmäiseksi kerron miten kuntoutus tänä päivänä jäsentyy ja millaisia muutosprosesseja sillä voidaan tarkoittaa. Tämän jälkeen pureudun tarkemmin tutkielmani kontekstin kannalta oleellisempaan sosiaaliseen kuntoutukseen, joka voidaan nähdä yhtenä kuntoutuksen muotona lääkinnällisen, ammatillisen ja kasvatuksellisen kuntoutuksen ohella. Tarkastelen sitä, miten sosiaalinen kuntoutus on vuosien saatossa kehittynyt ja mitä sillä tarkoitetaan tänä päivänä lainmukaisessa määritelmässä.

Tutkielman kolmannessa luvussa tuon esille tutkielman kannalta olennaisia yhteiskunnassa näkyvillä olleita taustakeskusteluja. Kerron mitä syrjäytymisellä tarkoitetaan ja millaisten näkökulmien kautta sitä voidaan lähestyä. Tässä luvussa tarkastelen myös pitkäaikaistyöttömyyttä ja sitä, millaisia yhteyksiä sillä on syrjäytymiseen ja muihin ihmisen hyvinvointiin liittyviin ongelmiin. Lisäksi tuon näkyväksi pitkäaikaistyöttömyyteen liittyvää sosiaalipoliittista keskustelua pitkäaikaistyöttömien aktivoinnista ja aktivointipoliitikasta.

Teoriaosion lopuksi esittelen tutkimuskysymykseni kannalta tärkeitä teoreettisia näkökulmia ryhmämuotoisesta sosiaalityöstä, sosiaalisesta tuesta ja vertaistuesta. Aluksi esittelen lyhyesti ryhmämuotoisen sosiaalityön historiaa ja mahdollisuuksia, minkä jälkeen tarkastelen näitä mahdollisuuksia sosiaalisen tuen ja vertaistuen saamisen kautta. Vertaistuki voidaan nähdä yhtenä sosiaalisen tuen osa-alueena, mutta koen tarpeelliseksi esitellä ne eri kappaleissa siitä syystä, että molemmat ovat laajoja teoreettisesti käytettyjä käsitteitä.

Tutkielman menetelmäosiossa kerron tutkimuksen toteuttamisesta, tutkimuksen kohderyhmästä, analyysimenetelmästä ja pohdin tutkielman tekemiseen liittyviä eettisiä kysymyksiä ja tutkimuksen luotettavuutta. Varsinaisessa tulososiossa esittelen sisällönanalyysin avulla muodostamiani merkityskokonaisuuksia, jotka löysin ryhmähaastatteluun perustuvasta aineistostani. Ensimmäiseksi tarkastelen vertaistukea kotoa lähtemisen motivaationa ja kerron, miten vertaistuen kautta mahdollistuneet uudet sosiaaliset suhteet, osallisuus, uuden perspektiivin saaminen ja mielekäs tekeminen vaikuttivat motivaatioon. Tämän jälkeen tarkastelen vertaistukea sosiaalisen tuen mahdollistajana ja esittelen, miten vertaistuki sai itseluottamuksen kohenemaan ja toi ymmärrystä ja empatiaa ryhmäläisten elämään. Tulososion viimeisessä kappaleessa kerron vertaistuen saamasta merkityksestä oppimiskokemuksena ja siitä miten kokemustieto ja rohkeuden lisääntyminen oppimiskokemuksena tulivat ilmi. Tutkielman lopuksi teen yhteenvedon tutkimuksen tuloksista sekä teen johtopäätöksiä tulosten pohjalta ja pohdin tutkimustani laajemman yhteiskunnallisen kontekstin kautta.

2 NÄKÖKULMIA KUNTOUTUKSEEN

2.1 Kuntoutuksen määrittelyä

Yhteiskunnalliset muutokset, tieteenalojen kehitys ja taloudelliset tekijät ovat vaikuttaneet siihen, miten kuntoutus on minäkin aikakautena ymmärretty ja millaisilla perusteilla sitä on mahdollista saada. Käsitteenä kuntoutus liitetään usein ajatukseen fyysisen kunnan parantamisesta. Yhteiskunnan muuttuessa myös kuntoutuksen käsite on kuitenkin muuttunut. Nykyään kuntoutuksen tavoitteena on ehkäistä ja kompensoida sairauksiin, vammoihin ja sosiaaliseen syrjäytymiseen liittyviä ongelmia. Sen avulla pyritään myös tukemaan ihmisten arkipäiväisiä voimavaroja, selviytymistä ja hyvinvointia etenkin elämään liittyvissä muutostilanteissa. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 869.)

Kuntoutus käsitettä käytetään yleisesti kolmessa eri merkityksessä. Se voidaan määritellä: 1) yksilölliseksi prosessiksi tai toimenpideketjuksi, 2) monialaiseksi toimenpiteiden kokonaisuudeksi tai 3) yhteiskunnalliseksi toimintajärjestelmäksi. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 15) Viimeisimmässä, vuonna 2002 valtioneuvoston eduskunnalle antamassa kuntoutusselonteossa, kuntoutus määritellään kokonaisvaltaiseksi prosessiksi, jonka tavoitteena on edistää ihmisen toimintakykyä, itsenäistä selviytymistä, hyvinvointia sekä parantaa työllisyysmahdollisuuksia. Kuntoutusselonteon (2002, 3) mukaan kuntoutus on toimintana yleensä pitkäjänteistä, suunnitelmallista ja monialaista. Lakisääteisen kuntoutuksen perusteena pidetään todettua oiretta, sairautta, vajaakuntoisuutta tai vammaa. Määritelmässä todetaan lisäksi, että kuntoutuksen perusteiksi on alettu hyväksyä myös työkyvyn heikkenemisen tai vakavan sosiaalisen syrjäytymisen uhka. (Kuntoutusselonteko 2002.)

Kuntoutumisessa on aina kyse jonkinlaisesta muutosorientaatiosta. Yksilöllisellä tasolla tarkasteltuna kuntoutus voidaan nähdä ihmisen oppimisprosessina. Kuntoutujan on oltava aktiivinen toimija ja löydettävä uusia voimavaroja, jotta hänen tietämyksensä, osaamisensa ja kykynsä hallita arkielämäänsä lisääntyisivät. Tavoitteena on löytää kuntoutujalle hänen toiveitaan vastaava uusi elämäntapa, jonka hän uskoo pystyvänsä omaksumaan. Toimenpiteiden kokonaisuutena nähtävä kuntoutus painottaa puolestaan toiminnan monipuolisuutta ja tavoitteiden saavuttaminen nähdään mahdolliseksi vain eri ammattiryhmien yhteistyöllä. Yhteiskunnallisena toimintajärjestelmänä kuntoutusta kuvataan usein silloin, kun se nähdään yhteiskunnallisten sopimusten ja säädösten määrittelemänä toimintakokonaisuutena. Kuntoutusta

yhteiskunnallisena toimintajärjestelmänä tarkasteltaessa, tavoitteena on yleensä yhteiskunnan taloudellinen etu. Kuntoutus liittyykin monin tavoin aktiiviseen työvoima- ja sosiaalipolitiikkaan. Esimerkiksi 2000-luvulla Euroopan unionin jäsenmaissa tavoitteena on ollut vähentää toimeentuloturvaan kuuluvia passiivisia piirteitä erilaisten aktivointikeinojen avulla. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 16620.)

Kuntoutus voidaan määritellä toimintakokonaisuudeksi, johon sisältyy mikro-, meso- ja makrotasoisia ilmiöitä. Mikrotasolla viitataan yksilöön sekä yksilöiden ja pienten ryhmien väliseen vuorovaikutukseen. Tällöin kyse on kuntoutujan ja kuntoutusprosessissa mukana olevien suhteesta. Mesotasolla puolestaan on kyse kuntoutusorganisaatioista sekä menetelmistä ja strategioista, joita ne toteuttavat palveluita tuottaessaan tai järjestäessään. Makrotasolla, eli yhteiskunnallisella tasolla, tarkoitetaan väestötason tarpeita ja kuntoutuspolitiikkaa, joissa näkyy myös yhteiskunnan yleisiä arvoja ja asenteita. Eri tasojen välisen vuorovaikutuksen huomaaminen kuntoutusprosessissa on oleellista, sillä esimerkiksi makrotason toiminta, kuten arvot ja lainsäädäntö, vaikuttavat siihen, kuinka kuntoutustoimintaa toteutetaan eri organisaatioissa. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 19620.)

Kuntoutus jäsenellään usein sisältönsä ja toimintatapojensa mukaisesti neljään toiminta-alueeseen: lääkinnälliseen, ammatilliseen, kasvatukselliseen ja sosiaaliseen kuntoutukseen. Lääkinnällisellä kuntoutuksella viitataan toimenpiteisiin, joilla voidaan parantaa yksilön fyysistä ja psyykkistä toimintakykyä. Toimenpiteet saavat perustansa lääketieteellisestä tutkimuksesta. Lääkinnällisen kuntoutuksen sijaan voidaan puhua myös toimintakykykuntoutuksen käsitteestä. Ammatillisella kuntoutuksella tarkoitetaan toimenpiteitä, kuten esimerkiksi ammatillinen koulutus, koulutuskokeilu ja työhönvalmennus, jotka tukevat yksilön mahdollisuuksia saada tai säilyttää hänelle soveltuva työ. Kasvatukselliseen kuntoutukseen viitataan yleensä silloin, kun kyse on vammaisuuden, pitkäaikaissairauden tai muiden erityistilanteiden vaatimasta tuesta ja erityisjärjestelyistä. Tarkoituksena on yksilön kehitysprosessin tukeminen kuntoutuksen menetelmiä hyödyntäen. Sosiaalisella kuntoutuksella puolestaan pyritään sellaiseen prosessiin, jonka tuloksena on sosiaalisen toimintakyvyn parantuminen. Eri toiminta-alueissa; sosiaalisessa, kasvatuksellisessa, ammatillisessa ja lääkinnällisessä kuntoutuksessa toimenpiteet ja tavoitteet painottuvat hieman eri tavalla. Toiminta-alueet ovat kuitenkin osittain päällekkäisiä ja kokonaisvaltaisessa kuntoutuksessa pyritään huomioimaan kaikki osa-alueet samalla kertaa. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 20622.)

2.2 Sosiaalinen kuntoutus

Sosiaalinen kuntoutus käsitteenä näyttää tutkimani kirjallisuuden perusteella moniulotteiselta ja epäselvältä. Jo 1970- ja 1980-luvuilla Rehabilitation International (RI) puheenjohtajana ja kuntoutsjohtajana toiminut Veikko Niemi organisoii suomalaisia asiantuntijoita käymään keskustelua sosiaalisen kuntoutuksen käsitteestä ja toiminnallisesta sisällöstä. Pyrkimyksenä oli konkretisoida käsitettä erilaisten lähtökohtien kautta. Yhden lähtökohdan mukaan sosiaalinen kuntoutus määrittyi kärjistäen ilmaistuna muilta kuntoutuksen osa-alueilta övapaaksi jääneeksiö alueeksi. Toisen näkökulman tarjosivat sellaiset sosiaalihuollon muodot ja sosiaalipalvelut, jotka olivat tarpeellisia vammaisille tai sairaille henkilöille. Kuntoutus käsite erotettiin niistä toimenpiteistä, joita vammaisen henkilö tarvitsee jokapäiväisen toiminnan mahdollistamiseksi. Kuntoutus käsite liitettiin muutostyöskentelyyn, jonka tavoitteena oli vahvistaa sairaan tai vammaisen omaa toimintakykyä. (Kananoja 2012.)

Sosiaalisen kuntoutuksen käsitettä voidaan tarkastella myös käsiteanalyysin kautta. Tällöin kysymys liittyy siihen, mitä oikeastaan on sosiaalinen. Raimo Tuomela ja Pekka Mäkelä ovat määritelleet sosiaalisen ihmiselle lajityypilliseksi piirteeksi. Heidän mukaansa eläminen ja toiminta ryhmissä ja yhteisöissä on sosiaalisen ydintä, joka selittää myös ihmislajin ömenestystarinaa.ö (Tuomela & Mäkelä 2011, 8889.) Näistä lähtökohdista tarkasteltuna sosiaalinen kuntoutus tai sen tarve liittyy tilanteisiin, joissa sosiaalinen ölajityypillisenä ominaisuutenaö on heikentynyt tai estynyt. Sosiaalisen kuntoutuksen tarpeessa olevia ryhmiä voidaan erotella sen perusteella onko sosiaalinen kuntoutus tarpeen sairauden tai vammaisuuden sosiaalisten vuoksi vai tarvitaanko sitä alun perin sosiaalisella ulottuvuudella olevan ongelman vuoksi. (Kananoja 2012.)

1990- ja 2000-luvuilla sosiaalisen kuntoutuksen käsitettä ei enää yritetty selventää, vaan sosiaalista kuntoutusta määriteltiin järjestelmällisesti sen käytännön kautta (Haimi & Kahilainen 2012). Nykyään sosiaalisella kuntoutuksella viitataan yleisimmin ihmisen toimintakyvyn kohentamiseen. Tällöin tavoitteena mainitaan usein selviytyminen sosiaalisista tilanteista ja monipuolinen osallisuus yhteiskuntaan (Esim. Järvikoski & Härkäpää 2011, Savukoski & Kauramäki 2004). Käsitteen epämääräisyys liittyy ainakin osittain siihen, että sillä ei ole tähän mennessä ollut lainsäädännössä omaa määritelmää. Sosiaalisella kuntoutuksella on täten voitu tarkoittaa hyvin moninaista toimintaa, joka jollain tavalla edistää ihmisen toimintakykyä (Kesä, Kinnunen, Ala-Kauhaluoma, Laiho, Müller & Joutsen 2013, 6).

Kunnat ovat tuottaneet sosiaalisen kuntoutuksen palveluja nykyisin varsin epäyhtenäisesti, usein hankerahoituksella, eikä asiakkaiden palvelutarpeisiin ole pystytty vastaamaan riittävän hyvin. Tyypillistä sosiaalisen kuntoutuksen käytännön toteuttamiselle on verkostoitunut, moniammatillinen ja monialainen työskentely, mikä edellyttää dialogisuutta, yhteyksien rakentamista ja useiden näkökulmien yhteensovittamista yhteistyössä muun muassa terveydenhuollon, TE-hallinnon, Kelan, opetustoimen ja kolmannen sektorin toimijoiden kanssa. (Tuusa 2015.)

Tasavallan presidentti vahvisti uuden sosiaalihuoltolain 30.12.2014, joka astuu voimaan huhtikuussa 2015. Sosiaalinen kuntoutus saa lain luvussa 3, pykälässä 17§ ensimmäistä kertaa laillisen määritelmän: öSosiaalisella kuntoutuksella tarkoitetaan sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin annettavaa tehostettua tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi ja osallisuuden edistämiseksi. Sosiaaliseen kuntoutukseen kuuluu:

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

Uudessa laissa sosiaalisen kuntoutuksen painopiste keskittyy nuoriin. Laissa mainitaan erityisesti, että nuorten sosiaalisella kuntoutuksella on tarkoitus tukea nuorten sijoittumista työ-, työkokeilu-, opiskelu-, työpaja- tai kuntoutuspaikkaan sekä ehkäistä näiden keskeyttämistä.

Sosiaalinen kuntoutus nähdään perinteisesti yhtenä neljästä kuntoutuksen lajista, joihin sen lisäksi kuuluvat jo aiemmin mainitsemani lääkinnällinen, kasvatuksellinen ja ammatillinen kuntoutus. Sosiaalista kuntoutusta voidaan pitää myös yleisenä kattokäsitteenä, jonka osatekijöihin kuuluvat muut kuntoutuksen lajit. Ilpo Vilkkumaa (2004, 28) näkee kuntoutuksessa kolme sosiaalisen tasoa. Näitä ovat sosiaalisen perimän taso, sosiaalisen läsnäolon taso sekä sosiaalisen toiminnan taso. Hänen mukaansa yksilön ja hänen sosiaalisen ympäristönsä historiaa voidaan pitää ihmisen sosiaalisena perimänä. Tämä perimä on sekoitus monenlaisia ennakoivia ja sääteleviä tekijöitä, jotka jonain päivänä muodostavat lähtökohdan yksilökohtaiselle kuntoutustarpeelle. Sosiaalisella

läsnäololla hän tarkoittaa toisten ihmisten konkreettista läsnäoloa, kun taas sosiaalisen toiminnan taso viittaa sosiaaliseen yhdessä tekemiseen. (Vilkkumaa 2004, 28635.)

Sosiaalisen perimän ajatusmalli vaikuttaa erityisesti kuntoutuksen tarkoituksenmukaisuusharkinnassa sekä kuntoutuksen yleisessä strategiassa. Hyvinvointipoliittisesti merkittävää on se, missä sosiaalisten ongelmien alkuperäisen syyn katsotaan olevan. Perimän voidaan ajatella kertovan kuntoutustarpeen syystä ja kuntoutumisen mahdollisuudesta. Sosiaalisella läsnäololla uusinnetaan ihmisen sosiaalista olemusta hetkestä toiseen. Sosiaalisen läsnäolon keskeisiä elementtejä ovat ihmisen oma ruumiillinen, henkinen, sosiaalinen ja kulttuurinen identiteetti. Vertaiskokemukset ja ohjaus ovat kuntoutuksessa sosiaalisen läsnäolon kannalta tärkeimpiä muotoja. Sosiaalisen kuntoutuksen olisi kyettävä vastaamaan siitä, että kuntoutujat eivät joudu kokemaan oman sosiaalisen läsnäolonsa mahdollista tukahduttavuutta kohtuuttomasti. Kuntoutus tulisi aloittaa siten, että kuntoutustarpeeseen liittyvät öläsnäolokokemukset eivät siirtyisi sosiaalisen perimän tasolle ihmisen kuvitelmaksi hänen syvimmästä olemuksestaan. Vilkkumaa (2004, 34) näkemyksen mukaan huonosta sosiaalisesta perimästä ja läsnäolokokemuksista huolimatta voi elää ja menestyä, mutta täysin ilman sosiaalista kanssakäymistä (sosiaalisen toiminnan taso) ihminen ei pysy hengissä. Hän herättelee pohtimaan mikä on sosiaalisen kuntoutuksen tavoite kysymällä ovatko ne yhdessä tehtäviä tekoja, vai yksilökeskeisen sosiaalipolitiikan mukaisesti yksinäisyyden totuttamista? (Vilkkumaa 2004, 31635.)

Kysymys sosiaalisesta kuntoutuksesta tai kuntoutuksesta ylipäätään, liittyy läheisesti yhteiskunnassa vallitseviin arvoihin. Arvoilla tarkoitetaan tässä yhteydessä Katri Hellstenin (1992) tavoin käsitystä toivottavasta. Näin ollen kuntoutuksen tavoitteissa näkyy ajatus siitä, mikä on arvojemme pohjalta toivottavaa. Ihmiskäsityksemme ja arvomme vaikuttavat siihen, miten perustelemme kuntoutusta. Ihmiskäsityksillä viitataan kokonaisvaltaiseen näkemykseen siitä, millainen ihminen on. Ihmiskäsitys rakentuu kulttuuriperinteen vaikutuksista, kokemuksista, vuorovaikutuksesta, erilaisista uskomuksista, arvostuksista ja teoreettisista tiedoista. Arvot näkyvät ihmisten ajattelutavoissa sekä yhteiskunnassa vallitsevissa käsityksissä ihmisen ja yhteiskunnan keskeisistä päämääristä. Ne voivat olla esimerkiksi käsityksiä siitä, millaista on hyvä elämä, hyvä yhteiskunta tai mitkä ovat hyväksyttäviä toimintatapoja. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 26629.)

3 TUTKIMUKSEN YHTEISKUNNALLISTA TAUSTAA

3.1 Syrjäytyminen

Syrjäytyminen on ollut viimevuosien aikana useasti toistuva teema yhteiskunnallisissa keskusteluissa. Sosiaalisen kuntoutuksen yleisissä tavoitteissa, kuten työttömyyden vähentämisessä ja yksilön toimintakyvyn kohentamisessa, näkyy taustalla pelko ihmisen syrjäytymisestä yhteiskunnasta. Jo vuoden 2002 kuntoutusselonteossa esitetään, että kuntoutuksen yhdeksi perusteeksi on alettu katsoa vakava sosiaalisen syrjäytymisen uhka. Syrjäytymisen ajankohtaisuutta kuvaa hyvin se, että yksi vuosien 2011-2015 hallitusohjelman kolmesta painopistealueesta on köyhyyden, eriarvoisuuden ja syrjäytymisen ehkäiseminen.

Syrjäytymisen käsite näyttäytyy kirjallisuudessa hyvin moniulotteisena ja jopa kiistanalaisena. Alun perin syrjäytymisen käsite tuli suomalaiseen keskusteluun 1970-luvulla ruotsalaisesta työmarkkinatutkimuksesta. Tuolloin syrjäytymisellä tarkoitettiin lähinnä työttömyyttä, työkyvyttömyyttä ja ennen aikaista eläkkeelle siirtymistä. Sitten syrjäytymiselle on annettu muitakin merkityksiä. (Helne & Karisto 1992, 517.) Useimmiten syrjäytymisellä tarkoitetaan jonkinlaista eristymistä yhteiskunnasta. Käsitteeseen liitetään yleisesti huono-osaisuus ja sen kasautuminen. (esim. Taskinen 2001, 4.) Yksi suomalaisen syrjäytymiskeskustelun pioneereista, Jorma Sipilä (1985, 73), kuvailee syrjäytymistä prosessiksi, jossa yksilöä yhteiskuntaan liittävät sidokset heikkenevät. Hänen mukaansa perhe ja työ ovat tärkeimpiä yhteiskuntaan integroivia sidoksia. Reijo Väärälä (2000, 76) puolestaan liittää syrjäytymiseen huono-osaisuuden ja sen kasautumisen lisäksi solidaarisuuden rapautumisen ja yhteiskunnallisen koheesion murenemisen.

Syrjäytymisen mekanismeja on Suomessa tutkittu paljon. Lähestymistavat voidaan jakaa karkeasti joko yksilölähtöiseen tai rakenteelliseen näkökulmaan. Yksilölähtöisessä lähestymistavassa korostuu prosessinomaisuus. Siinä erityyppiset syyt alkaen kodin kasvuolosuhteista muodostavat kehityskulun, joka pahimmillaan johtaa syrjäytymiseen. Rakenteellisessa näkökulmassa puolestaan korostuvat rakenteelliset tekijät kuten sosioekonominen tausta, koulutusvalinnat, työllisyystilanne sekä alueellisten ja kulttuuristen tekijöiden vaikutukset. (Karppinen & Savioja 2007, 117.) Syrjäytymisen voidaan nähdä syntyvän suhteessa toisiin ihmisiin, yhteiskuntaan ja sen instituutioihin (Helne 2002, 9). Olennaista olisikin tarkastella sekä syrjäytyneiden suhdetta yhteiskuntaan että yhteiskunnan suhdetta syrjäytyneisiin.

Syrjäytymiskeskustelun voidaan ajatella kertovan yhtä paljon yhteiskunnasta kuin syrjäytymisestä tai syrjäytyneistä. (Helne 2002, 869.)

Syrjäytyneisiin liitetään usein oletettuja luonteenpiirteitä, kuten passiivisuus, poikkeavuus ja avuttomuus. Syrjäytyneiden kategorialla pyritään ottamaan etäisyyttä sen edustajiin. Sosiaalipoliittisen keskustelun taustalla hahmottuu ajatus, jonka mukaan ösyrjäytyneet halutaan pitää Toisina, mutta palauttaa yhteisyyteen.ö (Helne 2002, 113ó118.) Syrjäytymiskeskustelun olemassaolo, tekee yhteiskunnan yhtenäisyyden ja integraation epäilyksenalaisiksi ja osoittaa niiden olevan vain ideaalittyyppisiä konstruktioita. Toisin sanoen syrjäytyneet halutaan palauttaa yhteisyyteen, jota ei ole olemassa. (Helne 2002, 122.)

3.2 Pitkäaikaistyöttömyys ja aktivointipolitiikka

Hallinnollisten kriteerien mukaan pitkäaikaistyöttömäksi määritellään henkilö, joka on ollut vuoden yhtäjaksoisesti työttömänä (Järvikoski & Härkäpää 2011, 125). Palkkatyön merkitys suomalaisessa yhteiskunnassa on yksi merkittävimmistä yhteisöllisistä osallistumisen muodoista ja pitkäkestoinen työttömyys voi johtaa sosiaaliseen syrjäytymiseen (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2014). Työttömyyden on osoitettu olevan monin tavoin yhteydessä ihmisen hyvinvointiin. Työttömyys vaikuttaa terveyteen ja hyvinvointiin, mutta myös terveydelliset tekijät vaikuttavat työttömäksi joutumiseen. Työttömyyden todennäköisyys on suurempi heikomman fyysisen tai psyykkisen terveyden omaavilla, ja tällöin myös työttömyyden pitkittyminen on heillä yleisempää. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 86.)

Työttömyyden haitalliset vaikutusyhteydet fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen ja hyvinvointiin ovat monimutkaisia. Haittavaikutuksiin lieventävästi vaikuttavat esimerkiksi sosiaalinen tuki, hyvä itsetunto ja hyvät selviytymiskeinot. Kielteisiä vaikutuksia taas lisäävät muun muassa työttömyyden toistuminen, työttömyyteen liittyvä häpeä, lisääntynyt alkoholinkäyttö ja taloudelliset vaikeudet. (Heponiemi ym. 2008.) Raunion (2009, 276) mukaan varhaisella puuttumisella työstä syrjäytymiseen ja köyhtymiseen voidaan estää muiden hyvinvointiin ja yhteiskunnassa selviytymiseen liittyvien ongelmien pahenemista. Varhaisella puuttumisella hän viittaa toimeentulotuen saajien aktivoimiseen työelämään.

Työllisyydestä on tullut hyvinvointivaltion muuttuessa aiempaa vahvemmin sosiaalipoliittinen tavoite. Aktivointipolitiikasta puhuttaessa kyse on perimmältään siitä, että työtön, työttömyysturvaa tai toimeentulotukea saava henkilö saataisiin palaamaan mahdollisimman pian takaisin työelämään. Syrjäytymisvaarassa oleviin nuoriin ja pitkäaikaistyöttömiin kohdistetussa aktivoinnissa politiikkaa kutsutaan aktivointipolitiikaksi ja/tai aktiiviseksi sosiaalipolitiikaksi. Aktivointipolitiikan taustalla vaikuttaa tarve vähentää hyvinvointivaltion sosiaaliturvamenoja. Uudenlaisia hyvinvointivaltion väestötason tarpeita ja kustannuksia ovat lisäämässä etenkin väestön ikääntyminen. (Keskitalo & Karjalainen 2013, 7.) Lisäksi taustalla ideologisena syynä vaikuttaa laajalle levinnyt uusliberaali talouspoliittinen suuntaus, jonka tavoitteena on julkisen vallan kustannusten vähentäminen. Myös maailmanlaajuinen kansainvälinen kilpailu on pienentänyt kansallista liikkumavaraa esimerkiksi verotuksen suhteen. (Pierson 2001; Bonoli ym. 2000; Taylor-Gooby 2008; Julkunen 2006; Keskitalo & Karjalainen 2013.)

Hyvinvointivaltion muuttuminen on tarkoittanut muutoksia yhteiskunnan ja yksilön välisissä suhteissa. Työttömyys- ja sosiaaliturvan saamisen ehdot ovat tiukentuneet, ja työttömälle on määrätty velvoite osallistua julkisen vallan hänelle määräämiin työllistymis- ja aktiivitoimiin. Aktivointitoimiksi voidaan katsoa esimerkiksi koulutus, työharjoittelu ja palkkatuettu työ. Aktiivitoimista kieltäytymisen seurauksena voi olla sanktio kuten tuen alentaminen tai sen menetyks määrajaksi. Uutena aktivointitoimenpiteenä on tullut työhön liittyvien velvollisuuksien kuuluminen viimesijaiseen työttömyysturvaan ja sosiaalihuollon toimeentulotukeen. Näin ollen myös heikoimmassa asemassa olevilta työttömiltä on alettu vaatia aktiivisuutta. (Keskitalo & Karjalainen 2013, 9.)

Aktivointivointitoimenpiteisiin osallistumista voidaan pitää velvollisuuden lisäksi myös työttömän oikeutena. Pehmeämpää linjaa noudatteleva aktiivitoimien malli korostaa työttömän oikeutta palveluihin ja positiivisia kannustimia, tavoitteena tukeminen ja työllisyysedellytysten parantaminen. Kovempi linja puolestaan korostaa tiukempia tuen ehtoja ja velvollisuutta osallistua työhön, koulutukseen tai muihin aktiivitoimiin. (Keskitalo & Karjalainen 2013, 11.) Heikki Lehtosen ja Simo Ahon (2000, 103) mukaan aktivointitoimenpiteiden liittäminen toimeentuloturvan (työttömyysturvan) saamisen ehdoksi, merkitsee työkurin ja -moraalin yhdistämistä toimeentuloturvaan. Aktivointi voidaan tällöin tulkita yhteiskunnalliseksi työttömiin kohdistuvaksi kurinpidoksi ja kontrolliksi. Tämänkaltaisessa paternalistisessa näkemyksessä viranomaiset tietävät työttömiä paremmin, mikä on heidän parhaaksi. (Raunio 2009, 277.)

Työttömyysturvan pitäminen vain sosiaalisena oikeutena, johtaa työttömiä aktivoivien viranomaisten näkökulmasta passiiviseen sosiaaliturvalla elämiseen ja syrjäytymiseen yhteiskunnan normaaleista toiminnoista. Aktivointitoimien taustalla näkyy usko siihen, että ne edistävät pidemmän päälle yhteiskuntaan integroitumista ja omaehtoista toimeentulon hankkimista. Toimenpiteet voidaan nähdä myös toimenpiteiden kohteena olevien ihmisten etuna, sillä niillä ylläpidetään ja parannetaan henkilön taitoja ja pätevyyttä ja näin mahdollisuudet työmarkkinoilla paranevat. Aktivoinnin tavoitteena on myös estää työttömyyden kielteisiä vaikutuksia kuten itseluottamuksen heikkenemistä, passivoitumista ja houkutusta epäsosiaalisuuteen. (Drøpping ym. 1999, 138.)

Raunio (2009, 278) mukaan kaikki osapuolet näyttävät hyötävän työttömien aktivoimisesta työelämään, mutta kriittistä huomiota voidaan kiinnittää taustalla olevaan ajattelutapaan tai mentaaliseen malliin. Nykyisessä markkinoita korostavassa yhteiskunnallisessa ilmapiirissä riippuvuus sosiaaliturvasta katsotaan helposti yksilön ominaisuuksista johtuvaksi. (Mt.) Aktivointitoimien ongelmana voidaan nähdä myös helpommin aktivoitavien valikointi vaikeammin aktivoitavista, jolloin aktivointitoimet voivat syventää vaikeammin aktivoitavien syrjäytymistä. Yhteiskunnallisen normaaliuden liittäminen työntekoon voi johtaa syrjäytymisen syvenemiseen, sillä työntekoon aktivoiminen ei välttämättä ole realistinen tavoite kaikkien ihmisten kohdalla. Niin sanottuun normaaliuteen pyrkiminen tuottaa toiseutta etenkin silloin, kun vaikeammin aktivoitaville ei tarjota muita heille sopivia tapoja yhteiskunnalliseen osallisuuteen. (Raunio 2009, 280-281.) Harkko, Ala-Kauhaluoma ja Lehikoinen (2012) näkevätkin tärkeänä kehittää myös niitä keinoja, jotka tukevat yksilön sosiaalista osallisuutta, jotta yksilö ei täysin syrjäytyisi yhteiskunnasta. Tavoitteena tulisi heidän mukaansa olla muun muassa mukanaolon sekä elämänhallinnan edistäminen, sosiaalisten verkostojen vahvistaminen, hyvinvointia edistävien elämäntapojen sekä vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen.

4 RYHMÄMUOTOINEN SOSIAALITYÖ, SOSIAALINEN TUKI JA VERTAISTUKI

4.1 Ryhmän käyttäminen sosiaalityössä

Ajatus ryhmän käyttämisestä sosiaalityössä sai alkunsa USA:n vuosisadan vaihteen settlementtitoiminnasta. Jane Adams ja muut settlementtien työntekijät työskentelivät aktiivisesti nais- ja rauhanliikkeissä sosiaalisen oikeudenmukaisuuden, demokratian ja tasa-arvon aikaansaamiseksi sekä yhteiskunnallisten epäkohtien poistamiseksi. Settlementtityöstä lähtien eri maiden sosiaalityössä ryhmää on käytetty oikeudenmukaisuuden ja ryhmien välisen sekä ryhmien ja yhteiskunnan välisen yhteyden aikaansaamiseksi. (Esim. Rissanen 1969, 17, Jauhiainen & Eskola 1994, 137-138.) Reino Rissanen (1969, 1) mukaan sosiaalinen ryhmätyö on 1930-luvulta alkaen voitu määritellä erääksi sosiaalityön menetelmäksi. Suomessa ryhmätyö tietoisena menetelmänä otettiin ensimmäisenä käyttöön kansansivistys- ja nuorisotyössä. 1950-luvulla ryhmätyö yleistyi myös sosiaalityössä ja sitä hyödynnettiin etenkin päihdehuollossa. (Hietalahti 1976).

Sosiaalityön tehtävänä on sosiaalisten ongelmatilanteiden muuttaminen. Sen tavoitteena on saada ihminen parantamaan elämäntilannettaan ja toimimaan oman elämänsä subjektina. (Jauhiainen & Eskola 1994, 8.) Jauhiaisen ja Eskolan (1994, 139) mukaan sosiaalityö on osaltaan ottanut tehtäväkseen vastata rajusti muuttuvan yhteiskunnan tarpeisiin muodollisten ja luonnollisten ryhmien sekä kriisejä varten luotujen verkostojen avulla. Ryhmän avulla voidaan mahdollistaa persoonallisen kasvun aikaansaaminen sekä ehkäistä ja poistaa sosiaalisia ongelmia. Ryhmätyötä hyödynnettäessä sosiaalityöntekijän tulee tuntee ryhmätyössä tarvittavat menettelytavat. Lisäksi hänen on ymmärrettävä osallistujan päämäärä ja mitä tekoja ja menettelytapoja hän on tottunut käyttämään päästäkseen tarkoituksiinsa. (Mt.)

Sosiaalisen ongelmatilanteen muuttaminen edellyttää uusien keinojen löytämistä ja haitallisista tavoista luopumista. Tähän ryhmätoiminta antaa mahdollisuuden, mutta sosiaalityö ei kuitenkaan koskaan voi irrota asiakkaan itselleen asettamista päämääristä. (Mt., 8.) Juhilan (2006, 63) mukaan silloin, kun asiakkaiden elämäntilannuksen vahvistaminen nähdään sosiaalityön keskeisenä tehtävänä, on perusteltua siihen pyrkiessä hyödyntää myös asiakkaiden toisiltaan saamaa ja toisilleen antamaa vertaistukea esimerkiksi erilaisten ryhmien avulla. Asiakkaita voidaan näin tukea ja kannustaa kohti hallitumpaa, itsenäisempää ja oma-aloitteisempaa elämää (Juhila 2006, 63)

4.2 Sosiaalinen tuki

Sosiaalinen tuki näyttäytyy yhtenä keskeisenä ihmisen hyvinvointiin vaikuttavana tekijänä ja on täten myös yksi merkittävä tekijä sekä syrjäytymisen ehkäisyssä että osattomuudesta osallisuuteen pyrkimisessä. Sosiaalisen tuen käsitteelle ei ole yhtä selkeää määrittelyä. Määrittelemisen on koettu vaikeaksi käsitteen kokemuksellisen ulottuvuuden vuoksi. Huolimatta eroista sisällöllisissä painotuksissa ja lähestymistavoissa, useat tutkijat painottavat sosiaalisen tuen tärkeyttä koetun terveyden voimavarana. Sosiaalinen tuki näyttäytyy useissa määritelmissä ihmisen identiteetin muodostumisen, kriisitilanteista selviytymisen tai muutokseen sopeutumisen kannalta oleellisena tekijänä. Yhteinen tekijä erilaisissa määrittelyissä on myös se, että sosiaalisen tuen nähdään liittyvän ihmisten välisiin vuorovaikutussuhteisiin. (Metteri & Haukka-Wacklin 2004, 55.)

Sosiaalista tukea ajatellaan muodostuvan useimmiten sellaisen verkoston kautta, johon ihmisellä on pysyvät suhteet. Yleisimmin sosiaalisella tuella viitataan perheen, ystävien, työtovereiden, sukulaisten ja naapureiden antamaan apuun. (Metteri & Haukka-Wacklin 2004, 55.) House ja Kahn (1985) mukaan sosiaalisen verkoston käsitteeseen viitataan silloin, kun kyse on monenlaisten sosiaalisten suhteiden olemassaolosta. Tällöin sosiaalinen verkosto koostuu monentasoisista suhteista, joihin voi kuulua niin läheiset kuin viranomaisetkin. (Metteri & Haukka-Wacklin 2004, 55.) Mikkonen (2009) toteaa vertaistuen yhtenä sosiaalisen tuen muotona kuuluvan laajempaan sosiaalisen verkostoon. Verkostoon kuuluvat kaikki ne kontaktin joita ihmisellä on: myös ne, joista hän ei saa tukea. Sosiaalinen verkosto on edellytys sosiaalisen tuen toiminnalle. (Mt.)

Sosiaalinen verkosto mahdollistaa vuorovaikutuksen toisten ihmisten ja erilaisten yhteisöjen kanssa, sosiaalisen identiteetin ylläpidon sekä psykologisen tuen, aineellisen avun ja palvelujen saamisen. Sosiaaliset verkostot tuovat mukanaan turvallisuuden tunnetta ja antavat ihmiselle tukea erilaisissa stressitilanteissa. Verkosto voi vähentää uhkan kokemista, helpottaa arkielämän ongelmien hallintaa sekä auttaa konkreettisesti kriisitilanteissa. Sosiaalista tukea voidaan kuvata sen eri funktioiden mukaan silloin, kun sitä tarkastellaan saatuna tukena. Emotionaalinen tuki tarkoittaa rakkautta, välittämistä ja arvostamista, kun taas välineellinen tuki viittaa konkreettiseen auttamiseen. Arvioivalla tuella tarkoitetaan päätöksenteossa ja valinnoissa saatavaa apua. Tiedollinen tuki on erilaisten tietojen ja ohjeiden hankkimiseen ja saamiseen liittyvää tukea. Sosiaalinen tuki voidaan luokitella myös sen mukaan onko tuki epävirallista, (luontaiset verkostot) vai ammattilaisten tai palvelujärjestelmien antamaa virallista tukea. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 87689.)

Sosiaalisilla verkostoilla ja niihin liittyvällä sosiaalisella tuella on merkitystä ihmisen fyysisen ja psyykkisen terveyden sekä sairauden haittojen ja sairaudesta kuntoutumiseen kannalta. Myönteisten vaikutusten välittymisestä hyvinvointiin on kuitenkin erilaisia teorioita. Niin kutsutun puskurimallin mukaan keskeistä on stressitilanteissa ja kuormittavassa elämäntilanteessa saatu tuki. Sosiaalinen tuki tai kokemus tuen saatavuudesta toimivat puskureina lieventäen tilanteen stressaavuutta tai auttavat tilanteen käsittelyssä, joko konkreettisesti tai psyykkisin hallintakeinoin. Toinen teoria, jota empiirinen tutkimus on tukenut, on nimeltään suoran vaikutuksen malli. Tämän mallin mukaan sosiaaliset verkostot ja niistä saatava tuki vaikuttavat suoraan hyvinvointiin ja sairauden syntymekanismeihin myös muulloin kuin erityisissä stressitilanteissa. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 89-90.)

Sosiaalinen tuki näyttäytyy tutkimusten valossa ihmiselle merkittävänä ja jopa välttämättömänä voimavarana. Tästä huolimatta on kuitenkin hyvä muistaa myös se, että sosiaalisilla suhteilla ja sosiaalisella tuella voi olla merkittävä vaikutus negatiivisessakin mielessä. Esimerkiksi päihdeongelmien toipumista käsittelevät tutkimustulokset viittaavat siihen, että sosiaalisilla suhteilla ja sosiaalisella tuella on sosiaalisen verkoston luonteella ja laadulla on keskeinen merkitys siitä saatavaan hyötyyn. Myös koolla on todettu olevan vaikutusta siten, että mitä pienempi sosiaalinen verkosto sitä todennäköisemmin tukea on vähemmän tarjolla. (Lahti & Pienimäki 2004, 143-144.)

4.3 Vertaistuen määrittelyä

Vertaistoiminta on moniulotteinen käsite, jolle ei ole yhtä ainutta määritelmää. Tässä tutkielmassa käytän vertaistuen käsitettä jolla viitataan Marianne Nylundin (2005, 203), Eila Jantusen (2008, 27) ja Susanna Hyvärin (2005, 215) määritelmiin. Nylund kuvailee vertaistukea seuraavasti:

öVertaistuki tarkoittaa hänellä samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten halua jakaa kokemuksiaan ja tietoaan toisia kunnioittavassa ilmapiirissä (Nylund 2005, 203).

Myös Jantunen näkee vertaistuen samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien keskinäiseksi tueksi (Jantunen 2008, 27). Hyväri (2005, 215) puolestaan tuo esille sen, että vertaistukiryhmällä

ymmärretään toisten auttamiseen ja tukemiseen tähtääviä vastavuoroisia suhteita, joissa kriittisiä ja kriisiin johtaneita elämäntilanteita käsitellään yhdessä. Vertaistuki liitetään käsitteenä usein sosiaaliseen tukeen kuuluvaksi käsitteeksi ja ilmiöksi (Mikkonen 2009, 28). Näen tässä tutkimuksessa vertaistuen edellä olevien määrittelyjen lisäksi Heikki Ollikaisen (2004) tavoin sosiaalisen tuen sosiaalisen puolen ilmentymäksi.

Vertaistoiminnalla viitataan monenlaisiin toimintamuotoihin, kuten ryhmätoimintaan, yhteisöllisyyteen ja vapaamuotoiseen yhteistoimintaan. Vertaistukea voi saada ryhmän lisäksi myös kahdenkeskisissä tapaamisissa tai esimerkiksi internetistä ja elämänkerroista. Siihen liittyy vahvasti ajatus tasavertaisuudesta ja siitä, että samoja asioita kokeneilla ihmisillä on sellaista kokemukseen perustuvaa asiantuntemusta, jota kukaan muulla ei voi olla. Tasavertaisuuden lisäksi myös toisen ihmisen kunnioitus on vertaistuen keskeisiä arvoja. Vertaistoiminnan perusajatuksena on usko ihmisen omiin sisäisiin voimavaroihin, jotka voidaan saada käyttöön esimerkiksi vertaistoiminnan avulla. (Laimio & Karnell 2010, 13.)

Vertaistuen merkitys tulee esille useimmiten silloin, kun ihminen on kohdannut elämässään sosiaalisen ongelman tai sairauden. Avun ja tuen piiriin hakeutuminen voi joskus olla liian iso kynnys ja tällöin niin sanotut vastayhteisöt ovat tarpeellisia. Vastayhteisöjen avulla tavoitetaan väliaikaisesti tai pysyvästi sosiaalisesti, taloudellisesti tai kulttuurisesti syrjään jääneet tai syrjäytymisuhan alla olevat ihmiset. Etenkin poikkeustilanteissa ihminen tarvitsee välittämistä ja mahdollisuuden jakaa kokemuksiaan toisten kanssa. Vastayhteisöjen avulla voidaan lieventää ja purkaa syrjäytymisen aiheuttamia haittoja sekä niiden johdosta omaksuttua kielteistä identiteettiä ja sen luomaa leimaa. (Mikkonen 2009.)

Vertaistukeen perustuvia ryhmiä ja yhteisöllisyyden muotoja ei voida pitää luonnollisina yhteisöinä. Yhteisöllisyys muodostuu vertaistukiryhmässä valintojen ja tavoitteellisen toiminnan kautta, mikä on aivan eri asia kuin suku-, perhe- ja kyläyhteisöjen jäsenyyteen syntyminen. (Hyväri 2005, 2266227.) Vastayhteisöllisyys voidaan määritellä yhdeksi yhteenliittymisen muodoksi, jolle on keskeistä kasvokkainen vuorovaikutus. Niemelä (2003, 1196120) vastayhteisöjen merkityksen hyvinvointipalvelujen kentällä olevan siinä, että ne kykenevät luomaan kulttuurisen ja kielellisen kosketuspinnan varsinkin marginaaliin joutuneiden elämään. Hänen mukaansa vastayhteisöt ilmentävät uutta monipuolisiin vuorovaikutussuhteisiin perustuvaa hyvinvointiyhteisöllisyyttä.

Vertaistukitoiminta perustuu kokemuksen jakamiseen ja sitä on pidetty aiemmin maallikkotietoon pohjautuvana toimintana. Nykyisin vertaistuki kuitenkin mielletään kokemukselliseen asiantuntijatietoon pohjautuvaksi asiantuntijuudeksi. (Mikkonen 2009.) Mikkonen (2009) jaottelee tiedon lajit Nylundin (2.12.1999) tapaan maallikko-, kokemus- ja asiantuntijatietoon. Maallikkoasiantuntijuudella viitataan yleisesti arkipäivän tietoon, kun taas kokemustieto pohjautuu kokemuksiin ja asiantuntijatieto koulutuksiin ja oppimiseen. Seuraavassa taulukossa esitellään tarkemmin näiden tiedonlajien erityispiirteitä. (Mt.)

TAULUKKO 1. Maallikko-, kokemus- ja asiantuntijatieto (Nylund 2.12.1999; ref. Mikkonen 2009).

<u>Maallikkotieto</u> arkipäivän tieto	<u>Kokemustieto</u> kokemuksiin perustuva tieto	<u>Asiantuntijatieto</u> Koulutuksiin ja oppimiseen perustuva tieto
objektiivinen tieto tiedonkokeminen ulko- puolisena	subjektiivinen tieto ilmiön kokeminen sisältäpäin	objektiivinen tieto ilmiön tarkastelu ammatillisesta näkökulmasta
toisen käden tieto: perhe, osallisuus ja mediat, tutkijat, ammattilaiset	ensi kädentieto omistajuus kokemukseen	toisen käden tieto koulutuksen kautta
usko omiin mielipiteisiin	usko omien kokemusten merkittävyyteen, kuulumisen ja jakamisen kokemukset	usko kokemustietoon, teoreettisiin selitysmalleihin

Kuuskoski (2003, 31) toteaa Mikkosen (2009) tavoin kokemustiedon hyödyntämisen ja jakamisen olevan vertaistukiryhmätoiminnassa keskeinen tekijä. Hänen mukaansa kokemustiedon avulla elämän ongelmatilanteeseen on helpompi päästä kiinni ja kokemustiedon avulla oman elämäntilanteen kokonaiskuva hahmottuu usein selkeämmin, kuin kapea-alaisen ammattiosaamisen kautta. Kokemustieto helpottaa myös asiantuntijatiedon ymmärtämistä ja soveltamista omaan elämäntilanteeseen. (Kuuskoski 2003, 31.)

Vertaistukeen liittyviä tutkimuksia tarkastellessa, tulee vertaistuen vaikutuksista helposti varsin positiivinen mielikuva. Nylynd (2005, 2046206) herättelee kuitenkin pohtimaan, voiko vertaisilla olla myös negatiivinen vaikutus. Negatiivisia kokemuksia on raportoitu ainakin internetissä toimivista vertaisryhmistä. Jerry Finn ja Mary Banach (2000) puhuvat internetin uhreista. Internetin ongelmia ovat olleet muun muassa palvelujen tarjoajien identifioiminen, epätarkan informaation saaminen, testaamattomien hoitomuotojen tarjoaminen ja epätoivottujen suhteiden syntyminen. Internetin vertaisryhmät ja verkkoneuvonta voivat johtaa myös yksityisyyden ja identiteetin menettämiseen. (Finn & Banach 2000).

Vapaaehtoista auttamista tutkineen Liisa Hokkasen (2003, 267) mukaan vertaisuuden vahva yhteenkuuluvuus voi tuottaa myös asioita, joita ei ole tavoiteltu. Vertaistukiryhmästä voi syntyä riippuvuutta, mikä johtaa ryhmän loppuessa uusiin sopeutumisvaikeuksiin. Hokkanen myös toteaa, että vaikka vertaisuus pitää sisällään jotain yhteistä ja jaettavaa, saatetaan asioita nimittää liian helposti vertaisuudeksi. Me-henkisyyttä ja yhteistä kokemusmaailmaa korostettaessa, voidaan ajautua yhdenmukaisuutta korostavaan suhtautumiseen. Tällöin vaarana on se, että kokemusten erityispiirteet jäävät huomioimatta ja toisenlaisten mahdollisuuksien näkeminen vähenee. (Hokkanen 2003, 267.) Ongelma tulee esille etenkin silloin, jos kokemukseen perustuva tieto otetaan vastaan sitä enempää pureksimatta. Ihmisen kertoessa omasta kokemuksestaan, saatetaan ajatella sen olevan yleispätevästi totta, kun on itse kokenut asian. Mikäli kokemustiedon vastaanottajalla ei ole vertailupohjaa toisen vastaavassa tilanteessa olevan kertomuksesta, on tilanne varsin haastava. (Laimio & Karnell 2010.)

4.4 Vertaistoiminnan kehittyminen ja tutkimus Suomessa

Vertaistoiminnan taustalla on aina vaikuttanut ihmisten tarve olla vuorovaikutuksessa toistensa kanssa, sillä ihminen on sosiaalinen ja elää yhteisöissä. AA-kerhot, Anonyymien Alkoholistien kun sen perustajat Bill Wilson ja Bob Smith etsivät apua alkoholiongelmiinsa Oxford-ryhmästä. He alkoivat etsiä alkoholisoituneita ihmisiä, joille kertoivat tarinaansa ja pari vuotta myöhemmin 4kokemuksistaan kirjan *Alcoholics Anonymous* (1939) ja siitä tuli myös heidän yhteisönsä nimi. Suomeen AA-toiminta juurtui vuonna 1948. (Laimio & Karnell 2010.)

1960-1980-luvuilla suuren rakennemuutoksen ja kaupungistumisen myötä sekä siitä seuranneiden perheyhteisöjen hajoamisen seurauksena suomalaisten yhteisöllisyyden tarve kasvoi. Nuorten ihmisten muuttaessa työn perässä kaupunkeihin, Ruotsiin tai muihin maihin, lisääntyi etenkin maaseudulla asuvien vanhusväestön keskuudessa vuorovaikutuksen ja tuen tarve. Vastaavasti sosiaalisen tuen tarve kasvoi myös muuttajilla uusissa taajamissa. Samoihin aikoihin sosiaalisen tuen tutkimus lisääntyi ja rakennemuutos toi mukanaan uusia tutkimusmuotoja ja oman tekemisen tarvetta. (Esim. Hyväri 2005, 216.)

Vertaistuki vakiinnutti asemansa Suomessa 1990-luvun puolivälissä sosiaali- ja terveysalan työssä (Hyväri 2005, 214). Työttömyyden, ylivelkaantumisen ja lamasta johtuvien muiden ongelmien seurauksena ihmiset hakeutuivat yhteen löytääkseen keinoja selviytymiselleen (Esim. Nylynd 1996, 193-197). He muodostivat omaehtoisia vertaisryhmiä, kokosivat ryhmäläisten tiedon ja osaamisen yhteen ja kehittivät uusia toimintamuotoja. Vertaistuki saattoi olla joidenkin apua tarvitsevien ainoa tukimuoto, kun julkinen sektori vetäytyi joillakin alueilla palveluvastuusta ja palveluiden järjestäminen jäi kolmannen sektorin tehtäväksi.

1990-luvun alun laman jälkeen vertaistukiryhmien määrä ja moninaisuus on kasvanut merkittävästi. Myös kiinnostus vertaisryhmien tutkimukseen on lisääntynyt. (Jyrkämä 2010.) Vertaistutkimukset voidaan jaotella yhteiskuntatieteellisiin ja psykologia- ja terveystieteellisiin tutkimuksiin. Yhteiskuntatieteellinen tutkimus käsittää vertaisryhmät ja osallistuu yhteiskunnalliseen keskusteluun, psykologi- ja terveystieteelliset tutkimukset puolestaan painottavat ryhmädynamiikkaa ja yhteisöllisiä kokemuksia. Vertaistuki tunnetaan kansainvälisessä kirjallisuudessa käsitteillä *selfhelp* (oma-apu), *peer support* (vertais/vertainen

tuki, tukiryhmä, kannattaja), mutual aid (keskinäinen tuki), self-help support (toiminnan tukijat) . (Mikkonen 2009.)

Suomessa vertaistoiminta on aina ollut osana kunnallisten hyvinvointipalvelujen ja järjestöjen toimintaa, jolloin maallikot, ammattilaiset ja puoliammattilaiset ovat työskennelleet yhdessä (Helander & Laaksonen 1999). Yhteisestä työskentelystä on tehty monenlaisia tulkintoja. Yhtenä tulkintana voidaan pitää pyrkimystä tehdä vertaistuesta yksi työ- ja terapiamenetelmä muiden joukkoon. Toisenlainen tulkinta puolestaan korostaa sitä, että vertaistoiminta tulee säilyttää itsenäisenä toimintana ammatillisen ja julkisen palvelutoiminnan rinnalla. Tämän näkemyksen mukaan ammattiauttaminen ei voi perustua keskinäiseen tukeen ja kokemuksiin. Vertaistoimintaa ei tule sekoittaa ammatilliseen toimintaan myöskään siksi, että toimintaa ohjaavat julkisesta palvelutuotannosta poikkeavat ideologiset lähtökohdat. (Nylund 2000, 50.) Kolmannen tulkinnan mukaan vertaistuki elää kiinteässä vuorovaikutuksessa virallisten järjestelmien kanssa. Tulkinnassa korostuu ajatus, jossa lääkärit, sosiaalityöntekijät ja palveluohjaajat ovat tärkeitä yhteistyökumppaneita kansalaisten keskinäisen tuen muotojen kehittämisessä. (Hyväri 2005, 218.)

Laimio ja Karnell (2010) toteavat vertaistuen ja vapaaehtoistoiminnan erilaisten muotojen voivan olla linkkejä sekä virallisen auttamisen että läheisten tuen suuntaan. Heidän mukaansa vertaistoiminnalla on vahva ennalta ehkäisevä merkitys, mutta he muistuttavat, ettei se ole terapiaa. Ammattiapu ja vertaistuki eivät ole toistensa kilpailijoita, vaan vertaistuki voi kuulua sosiaali- ja terveyspalveluketjuun. Heidän mukaansa sillä on myös itsenäinen yhteiskuntaa uudistava ja kansalaisaktiivisuutta ilmentävä merkitys. (Mt.)

Vertaisryhmien ja vertaisverkostojen määrä on kasvanut Suomessa sosiaali- ja terveysalalla. Nylundin (2005, 195) mukaan syy vertaistoiminnan kasvuun löytyy ihmisten tarpeesta jakaa kokemuksiaan ja saada tietoa samankaltaisessa elämäntilanteessa olevilta. Ryhmään kuuluminen mahdollistaa ihmisen elämänhallinnan kannalta merkittävän vertaistuen kokemisen (Mt). Vertaisryhmiä koskevissa tutkimuksissa nousee usein esille vertaistuen voimaannuttava vaikutus. Käsitteenä voimaantuminen tulee englanninkielisestä sanasta empowerment, joka on myös käännetty valtaistumiseksi, valtaistamiseksi, voimavaraistumiseksi tai toimintavoiman lisääntymiseksi. Käsitettä käytetään laajasti eri tieteenaloilla ja monissa merkityksissä. (Hokkanen 2010.) Muita keskeisiä vertaistukitutkimuksen teemoja ovat olleet 2000-luvulla arvot, kohtaaminen, osallisuus, vaikuttaminen, vastavuoroisuus, ja yhteisöllisyys (Mikkonen 2009).

Lisäksi on tutkittu myös esimerkiksi vertaistukea verkossa (Esim. Munnukka ym. 2005, Vanhanen 2011.) ja sairastuneen vertaistukea (Esim. Mikkonen 2009, Jantunen 2010).

Oman tutkielmani kannalta ehkä mielenkiintoisin vertaistukeen liittyvää tutkimus on Helena Palojärven (2010) lisensiaatintutkielma *Vertaistuki voimaantumisen välineenä sosiaalityössä*. Hän tutki sitä, miten Naistenkartano ry:n järjestämä NOVAT-ohjelma auttoi ja tuki päihdeongelmista kärsiviä naisia. Hänen tavoitteenaan oli saada tietoa vertaistuesta ja sen suhteesta ammatilliseen sosiaalityöhön ryhmien parissa. Tutkimuksen keskeisenä tuloksena oli, että vertaistuen ja ammattiavun yhteistyöllä voidaan tuottaa osallisuutta ja voimaantumisen kokemuksia. Ryhmäläiset kokivat vertaistuen liittyvän kokemukseen yksilöllisen tilan ja hyväksynnän saamisesta. Heidän suhteensa omiin ongelmiin muuttui selviytymisen oppimisen taidoiksi ja vallan tunne omaan elämään lisääntyi. Ryhmä antoi tilan kasvulle ja kehitykselle, jonka seurauksena naiset tunsivat loppuvaiheessa voimaantuneensa ja ongelmiansa olevan hallinnassa.

5 TUTKIMUSASETELMA

5.1 Tutkimustehtävä ja tutkimusstrategia

Tämän pro gradu tutkielman tavoitteena on tutkia tutkimuskunnan aikuissosiaalityön pitkäaikaistyöttömille järjestämää ryhmämuotoista sosiaalista kuntoutusta vertaistuen näkökulmasta. Aikuissosiaalityön sosiaaliasema kuuluu osana praksis -hankkeeseen ja näin ollen tekee tiivistä yhteistyötä muun muassa yliopiston kanssa. Tämän yhteistyön seurauksena muodostui myös tämän tutkimuksen aihe. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää miten sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaat kokevat vertaistuen. Tavoitteena on tuoda asiakkaiden ääni kuuluville ja kertoa heidän kokemuksensa kautta millainen merkitys vertaistuellalla on sosiaalisessa kuntoutuksessa. Tutkimuskysymykseni:

- *Mitä merkityksiä vertaistuellalla on asiakkaalle ryhmämuotoisessa sosiaalisessa kuntoutuksessa?*

Kirjallisuuteen perehtyessäni totesin viime vuosien ryhmämuotoisen sosiaalityön liittyvän aikuisten parissa usein enemmän projekteihin kuin vakiintuneisiin työmuotoihin. Ryhmätoiminnan järjestäminen sosiaalialalla on tapahtunut useimmiten yksityisen sektorin taholta, kuntien aikuissosiaalityön keskittyessä pääsääntöisesti yksilökohtaiseen asiakastyöhön (Jouttimäki 2011, 94). Yksi syy miksi päädyin rajaamaan tutkimuskysymykseni vertaistuen näkökulmaan oli, että ajattelen ryhmätyön ja sen myötä mahdollistuvan vertaistuen olevan liian vähän hyödynnetty mahdollisuus kuntien järjestämän sosiaalityön menetelmänä.

Tutkimusstrategiakseni valikoitui laadullinen tutkimus, koska tavoitteenani on ymmärtää haastateltavien antamia merkityksiä. Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus voidaan määritellä tutkimukseksi, jonka tavoitteena on ymmärtää tutkittavaa ilmiötä. Kvalitatiiviseen tutkimukseen kuuluu monia erilaisia traditioita, lähestymistapoja ja aineistonkeruu- ja analyysimenetelmiä ihmisen ja hänen elämänsä tutkimiseksi. (Esim. Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006; Eskola & Suoranta 2000; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004, 151-157, Silverman 2010, 15). Kvalitatiivisella tutkimuksella pyritään selvittämään ilmiön merkitystä tai tarkoitusta sekä saamaan kokonaisvaltainen ja syvälinen käsitys ilmiöstä. Tällä tarkoitetaan käytännössä usein tilan antamista tutkittavien henkilöiden näkökulmille ja kokemuksille sekä perehtymistä tutkittavaan ilmiöön liittyviin ajatuksiin, tunteisiin ja vaikuttimiin. (Hirsjärvi, & Huttunen 1995, 174-201.) Töttö (2004) toteaa kuitenkin osuvasti, että tutkimuksella ei voida koskaan saavuttaa ilmiötä kokonaisuudessaan ja kaikessa syvällisyydessään. Perusteellisella tutkimuksella eli hyvin suunnitelluilla ja toteutetuilla tutkimusasetelmilla, tutkimuksia toistamalla sekä tutkittavaa ilmiötä useista näkökulmista lähestymällä voidaan kuitenkin tavoittaa monipuolista tietoa ja lisätä siten ymmärrystä niin ilmiöön liittyvistä syy-seuraussuhteista kuin ilmiön luonteestakin. (Töttö 2004.)

Pattonin (1990, 32) mukaan laadullista tietoa kerätessä tulee noudattaa tutkimuksen ihmiskeskeisyyttä korostavia periaatteita. Hänen mukaansa tutkijan tulee päästä riittävän lähelle tutkittavia ihmisiä ja tilanteita ymmärtääkseen henkilökohtaisesti ja syvälinisesti tapahtumien yksityiskohdat. Tutkijan on pyrittävä tavoittamaan se, mitä todella tapahtuu ja mitä ihmiset todella sanovat. Kvalitatiivisen aineiston tulee sisältää runsaasti henkilöiden, toimintojen, vuorovaikutuksen ja ympäristön puhdasta kuvausta. Laadullisen aineiston tulee myös sisältää suoria lainauksia ihmisten puheista ja kirjoituksista. (Mt.)

5.2 Tutkimuksen kohderyhmä

Tutkimuksen kohderyhmä muodostui tutkittavan kunnan aikuissosiaalityön järjestämän ryhmämuotoisen sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaista. Tutkimukseen osallistui yhteensä seitsemän naista ja viisi miestä. Osallistujat olivat eri-ikäisiä ja ryhmät olivat luonteeltaan heterogeenisiä.

Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmiin osallistuvat ovat pitkäaikaistyöttömiä, jotka hakeutuvat ryhmiin joko itse yhteyttä ottamalla tai jonkun muun palvelun ohjaamana. Asiakkaat valikoituvat ryhmiin sosiaalityöntekijän haastattelun kautta, jossa kartoitetaan asiakkaan elämäntilannetta ja sosiaalisen kuntoutuksen tarvetta. Käytännössä sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoiminta toteutuu siten, että palvelua ostetaan eri palveluntuottajilta. Myös aikuissosiaalityö järjestää joitakin omia sosiaalisen kuntoutuksen ryhmiä. Se, mihin ryhmään asiakas valikoituu, riippuu usein asiakkaan asuinpaikasta tai asiakkaan erityistarpeista.

Eri palveluntuottajien järjestämiä ryhmiä alkaa kuukausittain useampia eri puolilla Tamperetta. Ryhmissä on kerrallaan mukana 12-15 osallistujaa. Kaikkiaan kuntoutus kestää kolme kuukautta ja kokoontumisia, (yhteensä 13), on kerran viikossa neljän tunnin ajan. Suurin osa ryhmistä on niin sanottuja perusryhmiä ja palveluntuottajasta riippumatta sisällöltään samankaltaisia. Joissakin ryhmissä on painotuksia, joissa erityistarpeet otetaan huomioon. Tällaisia ryhmiä ovat esimerkiksi päihdekuntoutujille suunnattu ryhmä tai tietokonepainotteinen ryhmä.

Kuntoutukseen osallistuminen on vapaaehtoista, mutta osallistuminen velvoittaa asiakasta jatkamaan kuntoutusta. Sosiaalinen kuntoutus tuotetaan virallisesti kuntouttavana työtoimintana, joka edellyttää asiakkailla voimassaolevaa aktivointisuunnitelmaa. Ennen ryhmän alkamista tehdään pääsääntöisesti kaikille osallistujille aktivointisuunnitelma TE-toimiston viranomaisen kanssa ja tämän jälkeen ryhmätoiminnasta tulee asiakkaalle veloittavaa. Mikäli asiakkaalla on paljon poissaoloja ryhmästä tai ryhmä keskeytyy, voi TE-toimisto pyytää asiakkaalta selvitystä ja asettaa seuraamuksia.

Ryhmiin osallistumisessa mahdollistuu asiakkaalle vertaistuki, tiedon saaminen elämänhallinnan eri osa-alueista (terveys, tietotekniikka, raha-asiat jne.) sekä ohjauksen saaminen kohti työtä tai koulutusta. Ryhmän kanssa on mahdollista esimerkiksi tehdä ruokaa, tutustua erilaisiin

harrastusmahdollisuuksiin ja vahvistaa arjen sujumista. Ryhmien kokoontumiskerroilla asiakkaille tarjotaan aamukahvi ja lounas. Ryhmän ajalta asiakkaalle maksetaan työmarkkinatukea ja ryhmässä käyminen täyttää työssäolovelvoitetta kolmen kuukauden verran. Ryhmätoimintaan osallistumisen ajaksi asiakas saa myös matkakorttiinsa joukkoliikenteen työmatkalipun sekä ylläpitokorvauksen toteutuneista läsnäolokerroista. Ryhmätoiminnan päättymisen jälkeen jokaiselle asiakkaalle laaditaan yksilöllinen jatkosuunnitelma. Mahdollisia jatkopolkuja ovat esimerkiksi kuntouttava työtoiminta, sosiaalisen kuntoutuksen jatkoryhmä, työkokeilu tai palkkatukityö.

5.3 Ryhmähaastattelu

Ryhmähaastattelu valikoitui aineistonkeruumenetelmäksi, koska tutkimukseni aihe kohdistuu ryhmämuotoiseen toimintaan. Myös keskusteluni sosiaalisen kuntoutuksen työntekijöiden kanssa antoi vahvistusta sille, että ryhmähaastattelu voisi toimia heidän asiakkaidensa kanssa paremmin kuin esimerkiksi yksilöhaastattelu. Ryhmähaastattelun etuna voidaan pitää sitä, että ryhmäläiset voivat auttaa toisiaan muistamaan jotain sellaista, mitä yksilöhaastattelussa ei välttämättä tulisi mieleen. Mikäli ryhmähenki on hyvä, saa ryhmältä myös sosiaalista tukea, jolloin puhuminen voi olla rennompaa kuin yksin vieraan haastattelijan haastattelussa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Ryhmähaastattelulla tarkoitetaan haastattelua, jossa paikalla on samalla kertaa useita haastateltavia. Ryhmähaastattelun tavoitteena on synnyttää ryhmäkeskustelu tutkijan asettamasta aiheesta. Mikäli haastateltavia yhdistää jonkin ryhmän jäsenyys, voi ryhmällä olla olennaisesti kontrolloiva vaikutus. Käyttäytymisestä tulee yhteisten kokemusten myötä julkista ja sen salaileminen on täten vaikeaa. Ryhmähaastattelussa unohtaminen ja väärin ymmärtäminen on vähäisempää. (Sulkunen 1990, 265.) Toisaalta ryhmätilanteessa henkilö voi kertoa joistain asioista hyvinkin eri tavalla verrattuna tilanteeseen, jossa haastateltava on haastattelijan kanssa kahden kesken (Eskola & Suoranta 1998, 96).

Ryhmähaastattelu on pääperiaatteiltaan samanlainen kuin teemahaastattelu, mutta haastateltavia on useampia kuin yksi henkilö. Teemahaastattelulla tarkoitetaan haastattelua, joka ei etene yksityiskohtaisten kysymysten kautta, vaan väljemmin kohdentuen ennalta suunniteltuihin teemoihin. Ryhmähaastattelun etuna tavalliseen teemahaastatteluun voidaan pitää sitä, että

ryhmän jäsenten vastaukset ja kommentit kuljettavat keskustelua kyseessä olevasta teemasta eteenpäin. Tämä pakottaa osallistujat tarkentamaan ja kommentoimaan omia puheenvuorojaan. Tavoitteena on saada aikaan yhteinen tilanne useiden henkilöiden kesken. Henkilöt keskustelevat siitä, miten he ymmärtävät joitakin asioita, millaisia kokemuksia heillä on ja miten he suhtautuvat erilaisiin asioihin. (Virsta virtual statistics.)

Eskola & Suoranta (1998, 95-96) määrittelevät toimivan haastatteluryhmän kooksi (yhdellä kertaa) 4-8 henkeä, mutta jokainen voi tehdä omat sovellutuksensa. Ryhmähaastatteluun osallistuvien tulisi pääsääntöisesti olla melko homogeeninen ryhmä. Tämä on tärkeää muun muassa sen takia, että kaikki ymmärtävät esitetyt kysymykset ja käytetyt käsitteet. Ennen haastattelun toteuttamista on haastateltavien määrän lisäksi päätettävä myös haastattelijoiden määrästä ja rooleista. (Syrjälä & Numminen 1988, 105.)

Aineistoni kerääminen lähti liikkeelle lähetettyäni saatekirjeen sosiaalisen kuntoutuksen ryhmien ohjaajille sosiaalisen kuntoutuksen työntekijöiden välityksellä. Haastateltavat ryhmät muodostuivat niistä asiakkaista, jotka ilmaisivat kiinnostuksensa osallistua tutkimukseen. Kiinnostuneita osallistujia ilmaantui neljän ryhmän verran ja ryhmät muodostuivat kolmen eri palveluntuottajan järjestämästä ryhmästä. Jokaisessa haastattelemassani ryhmässä oli kolme haastateltavaa. Haastattelut järjestettiin sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätapaamisen yhteydessä haastatteluun varatussa erillisessä tilassa ja haastattelu kesti reilusta puolesta tunnista tuntiin ryhmän keskusteluinnoista riippuen.

Tutkijan tavoitteena on luoda haastatteluihin avoin ja vapaa ilmapiiri (Esim. Syrjälä & Numminen 1988, 105). Ryhmähaastatteluissa keskustelu rakentui siten, että tutkittavat keskustelivat tutkimuksen kohteena olevista asioista yhdessä esittämieni kysymysten avulla (ks. liite). Hyödynsin valmiiksi hahmottelemiani kysymyksiä, joiden tavoitteena oli vapaamuotoisen keskustelun herättely sekä ryhmäläisten innostaminen ja rohkaisu. Pyrkimyksenäni oli saada jokainen ryhmäläinen osallistumaan keskusteluun ja tuomaan omia mielipiteitään esille. Jokainen haastattelu oli luonteeltaan ja tunnelmaltaan hieman erilainen. Välillä haasteena oli saada puheliaimmat ryhmäläiset pysymään aiheessa ja välillä taas saada hiljaisemmat puhumaan. Haasteista huolimatta yllätyin positiivisesti miten avoimesti asioista uskallettiin puhua, vaikka en ollut koskaan aiemmin tavannut haastateltavia. Ryhmäläiset tukivat keskustelussa toinen toisiaan ja antoivat pohdinnan aiheita ruokkien näin keskustelua eteenpäin.

Vaikka ryhmähaastattelun toteuttamisessa on paljon positiivisia puolia, myös ongelmia ja erityisiä haasteita löytyy. Se, mitä ja miten ryhmässä keskustellaan, riippuu paljolti ryhmän ilmapiiristä. Ryhmätilanteessa ei välttämättä uskalleta puhua kaikista asioista samalla tavalla kuin kahdenkeskisessä haastattelussa. Haastattelijalta edellytetään taitoa olla läsnä tilanteessa ja kykyä rohkaista mahdollisesti syrjään jääviä henkilöitä. (Virsta virtual statistics.)

Ryhmähaastattelun toteuttamiseen saattaa liittyä teknisiä haasteita, sillä ihmiset puhuvat usein toistensa päälle ja tämän vuoksi nauhoituksia kuunnellessa äänestä voi olla vaikeaa saada selvää. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Toisten puheenvuoroihin reagoiminen ruokkii keskustelua, mutta se on myös ryhmähaastattelun suurin vaaranpaikka. Ryhmässä hyvin helposti joku osallistuja ryhtyy tahtoen tai tahtomattaan hallitsemaan käytyä keskustelua. Vastaavasti joku osallistuja jää helposti syrjään keskustelusta. Ryhmän jäsenten väliset yllättävän nopeasti syntyvät antipatiat tai muut vuorovaikutukseen liittyvät negatiiviset roolit voivat haitata tiedon kasautumista. (Virsta virtual statistics.)

Sulkusen (1990, 264) mukaan sopiva aihe ryhmähaastattelun pohjaksi on sellainen, josta ryhmässä on erilaisia mielipiteitä. Tehdessäni haastatteluita totesin ryhmäläisten mielipiteiden olevan suurelta osin melko samankaltaisia ja jälkepäin pohdinkin, olisiko haastateltavien ryhmiä pitänyt sekoittaa. Olisivatko kokemukset erilaisesta ryhmästä tuoneet keskusteluun lisää näkökulmia ja täten stimuloinut erilaisia mielipiteitä enemmän? Toisaalta, jos ryhmiä olisi sekoittanut, ryhmältä saatava sosiaalinen tuki ei luultavasti olisi toteutunut yhtä hyvin. Vertaistuen saaminen miellettiin yleisesti positiiviseksi kokemukseksi ja tämä saattoi vaikuttaa mielipiteiden samankaltaisuuteen. En kuitenkaan kokenut, että samankaltaisuuden paine olisi estänyt tuomasta omia näkemyksiä esille.

5.4 Aineiston analyysi

Tämän tutkielman analyysimenetelmänä on sisällönanalyysi. Sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä ja sitä voidaan käyttää kaikissa laadullisen tutkimuksen perinteissä. Sisällönanalyysiä voidaan pitää yksittäisen metodin lisäksi myös väljänä teoreettisena kehyksenä ja sen avulla voidaan tehdä monenlaista tutkimusta. Sisällönanalyysi voidaan määritellä tekstianalyysiksi, jolloin tarkastelun kohteena ovat joko valmiiksi tekstimuotoiset tai sellaiseksi

muutetut aineistot. Sisällönanalyysillä tarkoitetaan tutkittavasta ilmiöstä muodostettua tiivistettyä kuvausta, joka liittyy tutkimuksen tulokset ilmiön laajempaan kontekstiin ja aikaisempiin aiheesta tehtyihin tutkimustuloksiin. Sillä voidaan tarkoittaa laadullisen analyysin lisäksi myös määrällistä erittelyä ja näitä molempia tapoja on mahdollista hyödyntää saman aineiston analyysissä. (Tuomi & Sarajärvi 2002.)

Sisällönanalyysissä aineisto puretaan aluksi pienempiin osiin, käsitteellistetään ja lopulta muodostetaan uudelleen uudelleen kokonaisuudeksi. Sisällönanalyysi mahdollistaa analyysin tekemisen aineistolähtöisesti, teorialähtöisesti tai teoriaohjaavasti riippuen siitä, perustuuko analyysi aineistoon vai valmiiseen teoreettiseen viitekehykseen. (Tuomi & Sarajärvi 2002.) Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä tutkijan tavoitteena on ymmärtää tutkittavia heidän omasta näkökulmastaan analyysin kaikissa vaiheissa. Tuloksissa esitetään empiirisestä aineistosta muodostettu malli, käsitejärjestelmä, käsitteet tai aineistoa kuvaavat teemat sekä kuvataan luokittelujen pohjalta muodostuneet käsitteet tai kategoriat ja niiden sisällöt (Tuomi & Sarajärvi 2009, 113.)

Teorialähtöinen sisällönanalyysi eroaa aineistolähtöisestä siten, että aineiston analyysia ohjaa valmis teoria tai käsitejärjestelmä, jonka kautta aineistoa tarkastellaan. Teorialähtöinen analyysi pohjautuu deduktiiviseen päättelyyn (yleisestä yksityiseen) kun taas aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä päättely on induktiivista, jolloin analyysi etenee yksittäisistä havainnoista yleisempiin väitteisiin. (Eskola & Suoranta 1998, 83, Tuomi & Sarajärvi 2002, 108, 115.) Teoriaohjaava analyysi etenee aineiston ehdoilla, kuten aineistolähtöinen analyysikin, mutta yleistäminen tapahtuu liittämällä empiirinen aineisto teoreettisiin käsitteisiin (Mt).

Tämän tutkielman sisällönanalyysi on lähinnä teoriaohjaavaa analyysia. Olen aloittanut tutkielman tekemisen lukemalla aiheeseen liittyvää kirjallisuutta ja sen pohjalta minulle on muodostunut jonkinlainen ennakkokäsitys tutkimusaiheeseeni liittyvistä teemoista. Täysin aineistolähtöistä tutkimusta on kritisoitu siitä, että ei ole olemassa täysin objektiivisia, öpuhtaita havaintoja, vaan jo käytetyt käsitteet, tutkimusasetelma ja menetelmät ovat tutkijan asettamia ja vaikuttavat tuloksiin. Näitä aineistolähtöisen analyysin ongelmia voidaan yrittää ratkaista teoriaohjaavassa analyysissä. Teoriaohjaavassa analyysissä on teoreettisia kytkentöjä, mutta ne eivät perustu suoraan teoriaan tai teoria voi olla apuna analyysia tehtäessä. Teorian vaikutus tässä tutkielmassa on uusia ajatuksia ja ymmärrystä lisäävä. Teoriaohjaavan analyysin päättelyssä on

usein kyse abduktiivisesta päättelystä. Tällöin ajatteluprosessissa vaihtelevat aineistolähtöisyys ja valmiit mallit. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 96697.)

Tutkielmani analyysi lähti liikkeelle litteroinnista eli nauhoitetun haastatteluaineiston muuttamisesta tekstimuotoon. Litteroinnissa muutin haastateltavien tunnistetiedot siten, että vaihdoin jokaisen nimen kohdalle uuden tunnistein (N=nainen, M=mies, numero 164 sen mukaan monesko haastattelu oli kyseessä). Litteroinnissa tutkija tekee valintoja sen suhteen, mitä, miltä osin ja millä tarkkuudella hän aineistonsa purkaa ja miten sen lukijalle esittää. Litterointi mahdollistaa laadullisen aineiston tuomisen lähelle lukijaa, tekee analyysin läpinäkyvämmäksi sekä mahdollistaa lukijan tekemät tulkinnat ja uudelleenanalyysit. (Nikander 2010, 4326433.) Tässä tutkielmassa litteroitua aineistoa tuli yhteensä 43 sivua.

Pyrin tekemään litteroinnit mahdollisimman pian haastatteluiden jälkeen, jolloin haastattelutilanteet olivat vielä hyvin mielessäni ja pystyin vähentämään teknisiä haasteita. Vaikka haastateltavia oli jokaisessa ryhmässä vain kolme, ei päällekkäin puhumiselta täysin vältytty ja nauhoituksia joutui kuuntelemaan tarkasti useamman kerran. Tässä tutkielmassa aiheen ja menetelmän huomioon ottaen, en nähnyt tarpeelliseksi tehdä litterointia, johon olisi sanojen lisäksi tehty muita merkintöjä kuten esimerkiksi äänenpainoja tai taukoja. Litterointia tehdessäni jouduin jatkuvasti miettimään tutkimuskysymystäni ja tekemään sen pohjalta valintoja siitä, mitä kaikkea litteroin. Haastattelu herätti haastateltavia pohtimaan myös sellaisia kysymyksiä, jotka eivät liittyneet tutkimuskysymykseeni millään tavalla ja päädyin jättämään joitain keskusteluja litteroimatta.

Litteroinnin jälkeen luin tekstiä läpi useaan kertaan ja poimin tekstistä sitaatteja, jotka mielestäni liittyivät haastateltavan kokemukseen vertaistuesta. Ennen sisällönanalyysin aloittamista tutkijan tulee määrittää tutkimustehtävään ja aineiston laatuun soveltuva analyysiyksikkö, joka voi olla yksittäinen sana, lauseen osa tai ajatuskokonaisuus. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 5.) Päädyin valitsemaan tämän tutkielman analyysiyksiköksi ajatuskokonaisuuden, koska tavoitteenani oli tutkia haastateltavien ajatusten avulla vertaistuen merkitystä haastateltaville. Luettuani tekstiä useampaan kertaan aloin etsimään sitaateista samankaltaisuuksia ja hahmottamaan sitä kautta muodostuvia vertaistuen merkitykseen liittyviä teemoja. Lopulta muodostin kolme teemaa joita olivat:

1. Vertaistuki kotoa lähtemisen ja osallistumisen motivaationa

2. Vertaistuki sosiaalisen tuen mahdollistajana
3. Vertaistuki oppimiskokemuksena

Teemojen muodostamisen haasteena oli niiden sidoksellisuus toisiinsa nähden. Tästä syystä koin aineistoesimerkkien valitsemisen vaikeaksi, sillä monet lainaamani kohdat olisivat sopineet kuvaamaan myös toista teemaa. Valitsemani kolme teemaa olivat kuitenkin sellaisia, että ne tulivat aineistosta selkeästi esille siitä huolimatta, että niiden sisällölliset perustelut ovat lähellä toisiaan tai osittain päällekkäisiä.

5.5 Tutkimuksen eettisyys

Laadullisen tutkimuksen tekemiseen kuuluu oleellisena osana eettisten kysymysten pohdinta. Elina Virokannaksen (2010) mukaan tutkimuseettinen arviointi ja hyvien tutkimuskäytäntöjen huomioiminen tulisi ulottaa tutkimuksen kaikkiin vaiheisiin ja valintoihin. Eettisesti kestävän sosiaalityön tutkimuksen tulee pyrkiä olemaan tutkimukseen osallistuville hyödyllistä ja rakentavaa sekä välttää vahingon aiheuttamista. (Mt.) Etenkin arkaluontoisia tietoja kerätessä tutkijan on pohdittava tarvitseeko hän niitä ja onko tutkimuksen mukanaan tuoma lisä niin arvokas, että se oikeuttaa puuttumaan ihmisen yksityisyyteen. Tutkittaville henkilöille tulee antaa riittävä informaatio tutkimuksen luonteesta ja korostaa osallistumisen vapaaehtoisuutta. (Yhteiskuntatieteellisen tutkimuksen tietosuoja 1987, Kylmä, Pietilä & Vehviläinen-Julkunen 2002, 70673.)

Arja Kuula (2006, 124) määrittelee ihmisten yksityisyyden kunnioittamisen yhdeksi tärkeimmistä tutkimuseettisistä normeista. Yksityisyyden kunnioittamiseen kuuluu anonymiteetin turvaamisen lisäksi itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen sekä tietojen luottamuksellinen käsittely hyvien tietosuojakäytäntöjen mukaisesti. Henkilötietolain mukaan henkilötietojen käsittely eli tutkimusaineiston kerääminen ja analysointi edellyttää tutkittavien suostumusta. Yksityisyyden suojan ja aineiston käyttömahdollisuuksien suhteen tärkeintä on se, mitä tutkittavien kanssa aineistosta, sen käytöstä ja jatkokäytöstä sovitaan. (Mt.)

Tutkimuksen eettisessä arvioinnissa on pohdittava myös sitä, miten tutkimusmenetelmät vastaavat tarkoitustaan, eli saadaanko tavoiteltava tieto aiotuilla aineistonkeruumenetelmillä. Tutkimustulosten raportointi mahdollisimman rehellisesti ja tarkasti, samalla tutkittavia suojellen

on osa tutkijan eettistä velvollisuutta. (Kylmä, Pietilä & Vehviläinen-Julkunen 2002, 70673, Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Tutkimuksessa on tuotava esiin analyysiprosessi ja se, miten esitetyt tulokset on saatu, jotta myös eettisten kysymysten huomioimisen arvioiminen mahdollistuu (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006).

Tämän tutkielman varsinainen aihe ei mielestäni ole erityisen arkaluontoinen, sillä vertaistukeen liitetään yleisesti positiivisia mielikuvia. Sen sijaan tutkimuksen kohdistuminen ihmisjoukkoon, jota leimaa jo yhteiskunnallisestikin ongelmalliseksi määritelty elämäntilanne, pitkäaikaistyöttömyys, vaati enemmän miettimistä. Pitkään jatkuneen työttömyyden on todettu useissa tutkimuksissa olevan yksilön hyvinvointia uhkaava tekijä. Monilla pitkäaikaistyöttömillä saattaa työttömyyden lisäksi tai siitä johtuen olla elämässään muitakin elämää hankaloittavia tekijöitä kuten esimerkiksi masennusta tai liiallista päihteiden käyttöä. Ennen haastatteluiden tekemistä olin henkisesti valmistautunut siihen, että haastattelutilanteessa tutkittavilta saattaisi nousta pintaan ahdistaviakin tunteita. Tavoitteenani oli tästä syystä luoda rento ilmapiiri, jossa kukaan ei kokisi liiallista ahdistusta eikä haastatteluni vahingoittaisi ketään.

Tutkijan tulee olla tietoinen eettisyyden merkityksestä ja seuraamuksista koko tutkimusprosessin ajan. Hyvässä tutkimuksessa on tärkeää tutkittavien informointi ja heidän tietoiseksi saattamisensa tutkimuksesta ja sen vaiheista, materiaalin käyttämisestä ja merkityksestä sekä tutkittavien vapaaehtoinen suostumus tutkimukseen. (Esim. Banister, Burman, Parker, Taylor & Tindall (1994, 1526154). Tässä tutkimuksessa sen lisäksi, että kysyin tutkielmaani luvan Tampereen kaupungilta, lupa kysyttiin myös tutkittavilta. Lähettämässäni saatekirjeessä (ks. liite 1) kerroin haastatteluni tarkoituksesta ja siitä, miten aineistoa tullaan käsittelemään. Kerroin myös, että haastattelut tullaan nauhoittamaan sekä siitä, että osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Lisäksi informoin tutkittavia salassapitovelvollisuudestani ja siitä, että aineiston henkilötiedot tullaan anonymisoimaan. Ennen jokaisen haastattelun aloittamista kertosin vielä nämä jo saatekirjeessä kertomani asiat tutkimuksen toteutuksesta ja kysyin olisiko tutkittavilla jotain kysyttävää. Varmistin myös, että jokainen oli tilanteessa vapaasta tahdostaan eikä esimerkiksi ryhmänohjaajan painostuksesta. Pidin tärkeänä myös sen asian esille tuomista, että ryhmän ohjaaja, virkavalta tai kukaan muukaan ei tulisi kuulemaan nauhoitustani eikä saamaan käsiinsä sellaista tekstiä, josta tunnistetiedot paljastuisivat.

Suoritin haastattelut ennen syventävien opintojeni harjoittelua Sosiaalisessa kuntoutuksessa. Koin hyväksi, etten tuntenut haastateltavia etukäteen. Se, etten ollut liian ösyvällä aiheessa, vaikutti

siihen, että pystyin tekemään haastattelut mahdollisimman avoimella mielellä ilman suuria ennakko-oletuksia. En myöskään halunnut, että haastateltavat kokevat velvollisuudekseen vastata kysymyksiini. Tavoitteenani oli ottaa jokainen persoonallisuus vastaan ja hyväksyä haastateltavien vastaukset ilman painostusta. Jos joku haastateltavista ei halunnut vastata tai ei keksinyt mitään sanottavaa, en halunnut manipuloida tai pakottaa vastaamaan. Myös Eskola & Suoranta (1998, 55) toteavat, ettei tutkittavien ja tutkijan välillä saa vallita sellaista riippuvuussuhdetta (esimerkiksi terapeutti ja potilas, opettaja ja oppilas jne.), joka voi vaikuttaa olennaisesti tietojen antamisen vapaaehtoisuuteen.

Eettisesti kestävään tutkimustyöhön kuuluu tutkimuksen luotettavuuden arviointi. Paunosen ym. (1997, 2156218) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuutta arvioidaan tutkimusaineiston keräämisellä, aineiston analysoinnilla ja tutkimuksen raportoinnilla. Laadullista tutkimusta tehdessä on muistettava, että tutkimuksessa tapahtuva tulkinta on aina tutkijan persoonallinen näkemys, eikä siitä voida erottaa omia tunteitaan ja intuitioitaan. Näin ollen aineistojen luotettavuus perustuu tutkijan harkintaan saadun tiedon luotettavuudesta. (Paunonen ym.1997, 2156218.)

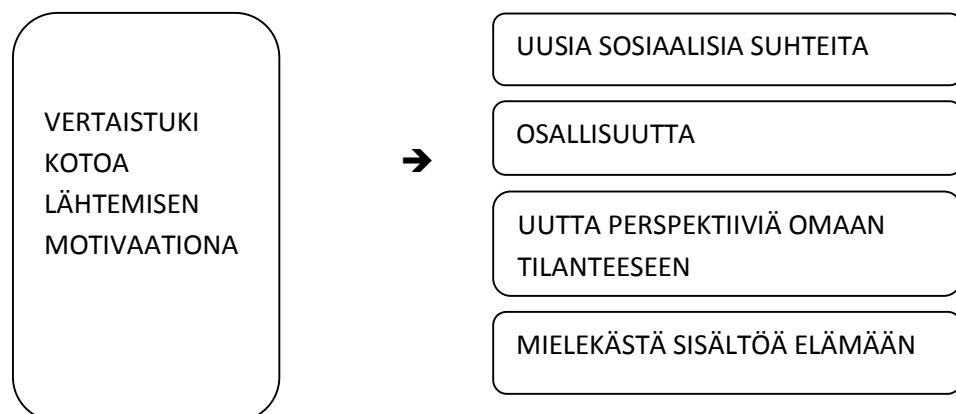
Laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen luotettavuutta tarkastellaan eri tavoin kuin kvantitatiivisessa tutkimuksessa. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa luotettavuutta tarkastellaan usein otannan edustavuuden ja tunnuslukujen käyttöä koskevien valintojen kautta. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa puolestaan arvioidaan luotettavuutta sen pohjalta, miten tutkija pystyy osoittamaan, että juuri tätä tutkimusasetelmaa käyttämällä ja juuri tätä kohderyhmää tutkimalla voidaan vastata tutkimuksen kysymyksen asetteluun. (Anttila 1998.) Olen pyrkinyt kuvaamaan tutkimusprosessiani mahdollisimman läpinäkyvästi ja tuomaan aineistosta esimerkkejä, joiden avulla pystyy tarkastelemaan tekemiäni tulkintoja. Työni kautta olen päässyt näkemään sosiaalisesta kuntoutuksesta saatuja palautteita ja onkin ollut kiinnostavaa huomata, että keräämäni aineisto antaa hyvin samankaltaisia vastauksia kuin palautekyselystä saadut tulokset. Laadullisesta tutkimuksesta päätelmiä ei voida tehdä yleistettävyyden näkökulmasta, mutta taustalla on kuitenkin ajatus siitä, että tutkittavan ilmiön pohjalta voidaan saada osviittaa myös muita vastaavanlaisia tapauksia varten.

6 VERTAISTUEN MERKITYKSIÄ

6.1 Vertaistuki kotoa lähtemisen motivaationa

Sosiaalinen kuntoutus mahdollisti haastateltaville vertaistuen saamisen. Vertaistuen saaminen näyttäytyi aineistossani yhtenä kotoa lähtemisen motivaationa. Haastateltujen asiakkaiden motivaationa sosiaalisen kuntoutuksen ryhmään lähtemisessä ja ryhmässä mukana pysymisessä olivat ryhmästä saatavien taloudellisten etujen lisäksi sosiaaliset kontaktit, osallisuus ja sisällön saaminen elämään. Ryhmässä käyminen tarkoitti haastateltaville piristävää syytä lähteä kotoa ihmisten pariin ja mahdollisuutta vastavuoroiseen kokemusten vaihtamiseen muiden pitkäaikaistyöttömien kanssa. Myös uudenlaisen perspektiivin saaminen koettiin positiivisena ja sen voidaan täten ajatella olevan yksi tekijä, joka motivoi jatkamaan ryhmässä käymistä. Kotoa lähtemisen kynnyks oli usean haastateltavan kohdalla kasvanut suureksi pitkittyneen työttömyyden myötä ja näin myös osallisuus yhteiskuntaan oli heikentynyt. Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmä merkitsi monelle ensimmäisen askeleen ottamista kotoa kohti aktiivisempaa ja osallistuvampaa elämää. Alla olevassa kuviossa olen hahmotellut, miten vertaistuki näyttäytyy kotoa lähtemisen motivaationa.

Kuvio 1.



Uusia sosiaalisia suhteita

Uusien sosiaalisten suhteiden saaminen mainittiin jokaisessa haastattelemassani ryhmässä yhtenä syynä ryhmään mukaan lähtemiselle. Pitkään jatkunut työttömyys oli tuonut monelle mukanaan yksinäisyyden, kun elämästä puuttui työn tuoma päivittäinen sosiaalinen kanssakäyminen ja omat sosiaaliset piirit olivat pienet. Uusien sosiaalisten suhteiden luominen oli hankalaa etenkin silloin, kun kynns kotoa lähtemiseen oli noussut liian suureksi. Seuraavissa aineisto-otteissa kuvaillaan kokemusta ryhmätoimintaan lähtemisestä.

ökun mä sain kirjeen, jossa sanottiin että Tampereen kaupunki lähestyy pitkäaikaistyöttömiä ja plaa, plaa näin. Niin mä olin kauheen innoissani, että jipii joku on huomannut mut, että kiva juttu. Ja tuota niin nimenomaan sen takia halusin lähtee tähän mukaan, että mulla on oikein paha mökkiintyminen nyt kyllä hyvässä vauhdissa, että mulla se kotioven kynns on noussut tosi korkeeksi että mä mieluiten olisin vaan kotona.ö (N2)

öSe että on joku tällänen, joka ryhmä, joka kokoontuu vain kerran viikossa niin tuo niin kun sen sellasen pakon niin kun pyristellä pihalle ja niin kun tuo uusia sosiaalisia kontakteja, joita tota ei oo niin kun ei oo työelämässä mukana.ö (N2)

Pitkittynyt työttömyys oli kasvattanut monen haastateltavan kohdalla kotoa lähtemisen kynnyksen niin suureksi, että kotiin jääminen tuntui mielekkäämmältä vaihtoehdolta kuin aktivoituminen kodin ulkopuolella. Vaikka motivaatiota töihin pääsemiseksi löytyi, tarvittiin asioihin tarttumiseen kaupungin yhteydenottoa ja mahdollisuutta sosiaalisuuteen. Kaikkien ryhmäläisten kohdalla työllistyminen ei ollut mahdollinen lähitulevaisuuden tavoite ja etenkin silloin muut tekijät, kuten kotoa lähteminen ja sosiaalisten suhteiden saaminen ryhmästä koettiin tärkeäksi.

Useiden haastateltavien puheessa ryhmätoiminta nähtiin mahdollisuutena parantaa omaa hyvinvointiaan jollain tavalla. Uusien sosiaalisten suhteiden saaminen oli keino parantaa omaa hyvinvointiaan erityisesti niillä, jotka kokivat olevansa yksinäisiä. Haastatteluissa yksinäisyyden kokemusta kuvailtiin muun muassa vastavuoroisuuden puuttumisella. Yksinäisyyden tuntemuksia havainnollistaa seuraava aineisto-ote, jossa haastateltava kuvaa yksinäisyyttään juttuseuran puuttumisella.

öOppii tuntemaan ihmisiä ja ei viitti aina yksin puhua kotona. Kyllä se taitaa yksin puhumiseksi välillä mennä ihan oikeesti.ö (N1)

Ryhmätoiminta antoi monelle mahdollisuuden oppia tuntemaan ihmisiä ja saada vastavuoroista vuorovaikutusta. Tutustuminen tapahtui monen mielestä yllättävän nopeasti ottaen huomioon sen, että ryhmäläiset tapasivat vain kerran viikossa. Kaikki haastateltavat kuvailivat muita ryhmäläisiä ystävinä ja joistain ryhmäläisistä tuli ystäviä myös ryhmän ulkopuolella. Sosiaalisuus näyttäytyi yhtenä tärkeimpänä ryhmästä saatavana, hyvinvointia lisäävänä voimavarana. Hyväriin mukaan vertaistukiryhmässä tukea jaetaan vastavuoroisesti ja myös ystävyystyminen ja rakastuminen ovat sallittuja, mikä ei ole hyväksyttävää samassa määrin ammatillisissa työyhteisöissä. (Hyväri 2005, 214 -219)

öJoo kyllä se oli just uusia naamoja ja se on mun mielestä melkeen niin kun yks tärkeimpiä että. Ihan tullut ihan tutuiks täällä niin kun aika paljon muitakin kuin me ja me nyt pääasiassa me kymmenen vai ykstoista mitä meitä on niin tota jokka kerran viikossa nähdään niin ihan hyvin niin kun täysin niin kun tutustunu. Ei tuu äkkiseltään ajateltuna koska niin kun ihmiseen kolmessa kuukaudessa näin hyvin tutustunu. Se on ihan plussaa ja sitä sosiaalisuutta.ö(M3)

Yksinäisyyttä tutkinut Juho Saari (2010) on myös tullut siihen johtopäätökseen, että hyvinvointi kytkeytyy useimmilla yksilöillä ryhmän tai yhteisön jäsenyyteen ja sitä kautta rakentuviin sosiaalisiin suhteisiin. Jouttimäki ym. (2001) on todennut ryhmämuotoisen sosiaalityön mahdollistavan asiakkaiden hyvinvoinnin parantamista monella tasolla; se tyydyttää asiakkaiden yhdessä olemisen ja yhteisöllisyyden tarpeita, sosiaalista ja henkistä osallisuutta sekä lisää sosiaalisia, henkisiä ja sivistyksellisiä resursseja.ö (Mt.) Vertaistukiryhmätoiminnan perusajatuksena on usko ihmisen omiin sisäisiin voimavaroihin, jotka voidaan saada käyttöön esimerkiksi ryhmätoiminnan avulla. Ryhmään lähteminen edellyttää, että ihminen ensin itse tunnistaa oman, elämää kuormittavan ongelmansa (menetykset, sairaus, elämäntilanne) ja haluaa siihen muutosta. Vain omilla oivalluksilla on muutosvoimaa. Ryhmään ei mennä millään läheteellä vaan se on aina oma, aktiivinen valinta. (Versova.)

Hyvä ryhmähenki näyttäytyi tärkeänä uusien sosiaalisten suhteiden muodostamisessa. Se koettiin myös edellytyksenä toimivalle ja mielekkäälle ryhmätoiminnalle. Aineistoni mukaan sosiaalisen kuntoutuksen ryhmät olivat onnistuneet oikeanlaisen ryhmähengen luomisessa hyvin. Haastateltavien puheissa välittyi arvostus jokaista ryhmäläistä kohtaan ja erilaisuus nähtiin

rikkautena. Seuraavassa aineistoesimerkissä ryhmäläisten erilaisuutta kuvaillaan ryhmän voimavarana.

öSehän olis kammottava ajatus jos tälläiset ryhmät muodostettais sillä tavalla, että etukäteen valittais että nämä tänne ja nämä tänne joittenkin niin kun yhtäläisyyksien tai tämmösten vuoksi, että mun mielestä se on nimenomaan se että meillä on niin erilaisia.ö(N2)

Vertaistukiryhmissä haasteeksi voi muodostua erilaisten persoonien huomioiminen niin, että kaikki saavat tarvitsemaansa tilaa joko puhumiselle tai hiljaa olemiselle. Tämän tutkielman aineistossa ryhmäläisten erilaisuutta ei kuitenkaan nähty esteenä toimivan vuorovaikutuksen syntymiselle. Toimivana vuorovaikutuksena koettiin tasaisesti jakautuva keskustelu ja kaikkien huomioiminen. Seuraavassa aineisto-otteessa ryhmää kuivaillaan ystävälliseksi, jossa jokainen ryhmäläinen on yhtä tärkeä ja oikeutettu saamaan tasavertaisesti tilaa omien näkemysten esittämiselle.

öMun mielestä meillä on ollut hyvin ystävällinen ryhmä ja kaikki on saanu esittää mielipiteitä ja on puhuttu niin kun tasasesti sillä lailla eikä ketään niin kun oo jätetty ulkopuolelle.ö(M4)

Jokainen haastateltavista koki saaneensa ryhmässään riittävästi tilaa. Haastateltavat kuvasivat ryhmien ilmapiiriä sallivaksi, jossa kaikki osallistujat saivat olla sellaisia kuin ovat.

Jantunen on tutkimuksissaan todennut tilan löytymisen mahdollistavan muutoksen, sillä tällöin oleminen helpottuu, aletaan puhua ja saada vahvistusta omille kokemuksille sekä asetutaan oman itsen puolelle. Muiden vastaavanlaisten ajatusten, tunteiden ja kokemusten huomaaminen vahvistavat helpotuksen tunnetta. On helpottavaa huomata, että myös muilla on vastaavanlaisia ajatuksia, tunteita ja kokemuksia kuin itsellä. Mahdolliset kielteiset käsitykset itsestä alkavat vaihtua itsensä ymmärtämiseksi. (Jantunen 2010, 94695.)

Toimiva vuorovaikutus paitsi ryhmäläisten kesken myös ryhmän ja ohjaajan välillä vaikutti myönteisesti koko ryhmän ilmapiiriin. Seuraavasta aineisto-otteesta käy ilmi, miten tärkeänä ryhmäläiset kokivat sen, että ohjaaja kohteli heitä samoin kuin ketä tahansa aikuista ihmistä.

öNiin kyllä siis sen ohjaajan merkitys on aina niin kun näissä ja monissa muissa ryhmätilanteissa niin kun mun mielestä äärimmäisen suuri. Mä oon kyllä niin kun tykännyt hänen tyylistään sillain

että me olla aikuisia ihmisiä kuitenkin kaikki, että kohtelee meitä sillain kun aikuisia ihmisiä vaikka ollaankin nyt tämmöisellä kuntouttavalla ja kellä nyt mitäkin. (N1)

Ohjaajan aitous, hyväksyvä kohtaaminen, tasa-arvoisuus, muuntautumiskyky ja riittävä jämäkkyys koettiin tärkeinä ominaisuuksina hyvälle ohjaajalle.

öNo just se ihmisen niin kun aito kohtaaminen ja semmonen, et se ottaa ihmisen semmosena kun se on että ei sitte ole sitä semmosta että minä olen vähän parempi kun minä olen täällä ja sinä olet tuolla, vaan niin kun et ottaa sem ihmisen semmosena kuin on. Siitä mä oon tykännyt.ö (N2)

Tärkeänä koettiin myös se, että ohjaaja kuunteli ryhmän toiveita ja kykeni muuttamaan toimintatapojaan jos huomasi ettei joku asia toiminut odotetulla tavalla.

öI kokeilee ja miettii, että ei toi ollutkaan hyvä noin että mitenköhän sen tekis toisin. Sillain pystyy se oman toimintansa arvioimaan ja miettii mikä olis paras.ö (N2)

Sosiaalityölle tyypillinen auttaja autettava suhde määrittyi ryhmätoiminnassa eri tavoin kuin yksilökohtaisessa työskentelyssä. Vaikka kyseessä oli kuntouttava ryhmätoiminta, ryhmäläiset kokivat tärkeänä, ettei heitä määritellä ihmisinä tietynlaisiksi kuntoutuksen tarpeen perusteella. Vaikka ohjaaja ei ollut ryhmässä vertainen, oli hänellä mahdollisuus omalla käytöksellään vaikuttaa ryhmähengen ja sitä kautta edistää luottamuksellisen ja hyväksyvän ilmapiirin muodostumista. Pääsääntöisesti ohjaajat saivat ryhmäläisiltä kiitosta, mutta yhden ryhmän kohdalla tyytymättömyys ohjaajan epäkunnioittavaan käytökseen tuotiin esille. Epäkunnioittavana koettiin esimerkiksi valmistautumattomuus ryhmätapaamiselle. Tyytymättömyys ohjaajaan ei kuitenkaan tämän ryhmän kohdalla muodostunut esteeksi hyvän ryhmähengen muodostumiselle. Yhteinen kokemus pitkäaikaistyöttömyydestä ja samankaltainen ajattelumaailma toivat ryhmäläisille yhteenkuuluvuuden tunteen ja auttoivat näin positiivisen ryhmähengen luomisessa.

Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmässä vertaistuen saaminen elää kiinteässä vuorovaikutuksessa virallisten järjestelmien kanssa. Palojärvi (2009) toteaa, että vertaistuen ja ammatillisen tuen yhdistelmällä pystytään kohtaamaan ja ehkäisemään uudenlaisia ongelmia, ihmisten subjektiivista pahoinvointia. Hänen mukaansa ammattilaisten roolina vertaisryhmän

rakentamisessa on auttaa ryhmän vertaistuen muodostumisessa luomalla sellaisia tukirakenteita, että kasvu, muutos ja viimein voimaantuminen voivat alkaa tapahtua.

Osallisuutta

Osallisuus on käsitteenä moniulotteinen, mutta tässä yhteydessä viitataan osallisuuden käsitteellä johonkin kuulumisen ja mukana olemisen tunteeseen. Työn ajatellaan olevan yksi tärkeimmistä yhteisölliseen toimintaan osallistumisen muodoista. (Esim. Terveysten- ja hyvinvoinninlaitos). Näin ollen pitkäaikaistyöttömyys on yksi suurimmista syrjäytymisen uhkista, joka tuli esille myös tämän tutkielman aineistossa. Särkelä-Kukon (2014) mukaan osallisuuden kokemukset rakentuvat pienistä arjen asioista: kuulluksi ja huomioduksi tulemisesta, sosiaalisista suhteista, omaan elämään linkittyviin asioihin vaikuttamisesta ja omista asioista päättämisestä, keskusteluista ja kohtaamisista. Osallisuus on myös syrjäytymisen vastavoima, sillä ulkopuolisuuden kokemukset yhdistyvät voimakkaasti heikoksi koettuun hyvinvointiin. (Särkelä-Kukko 2014)

Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmä toi vertaistuen saamisen avulla kaivattua osallisuutta ja johonkin kuulumisen tunnetta, joka motivoi lähtemään kotoa ihmisten pariin. Ryhmämuotoinen toiminta koettiin yleisesti positiivisena kokemuksena ja jotkut kuvailivat sitä parempana kuin esimerkiksi kahdenkeskistä toimintaa.

öParempi tietenkäin tämmönen kuin olis joku kaks tai kolme ollu eihän se oo.ö (M3)

Ryhmäläisiä yhdistävä työttömyyden kokemus helpotti mukaan lähtemistä ja motivoi jatkamaan ryhmässä käymistä. Monet kokivat helpotuksen tunnetta, kun huomasivat, etteivät ole ongelmiensa kanssa yksin ja saivat tuntea kuuluvansa johonkin ryhmään. Seuraavassa aineistotteessa kuvaillaan sitä, miten ryhmään kuulumisen on vaikuttanut osallisuuden tunteeseen ja auttanut huomaamaan ettei ole tilanteessaan yksin.

öKyllä mä niin kun koen silleen että niin kun on ihmisiä jotka on samassa tilanteessa niin kokee että ei oo ihan yksin sitten ja ennen kaikkee että niin kun on tämmösessä ryhmässä mukana, että ei oo ihan niin kun tyhjän päällä vaikka tää on vaan kerran viikossa niin kun se kuitenkin mun mielestä auttaa, että on semmonen jonkunlainen päämäärä ja jotain niin kun mielekästä tekemistä.ö (M4)

öNäkee että ei oo ainoa jolla menee paskasti. Tai jotenkin tiäkkö silleen. On tämmösiä yhteisöjä keksitty, se on ihan hyvä juttu.ö(N3)

Kokemus siitä, että ei ole yksin, auttoi näkemään oman elämäntilanteensa lohdullisempana. Johonkin kuulumisen lisäksi turvallisuuden tunnetta ja antoi uskoa tavoitteelliselle eteenpäin menemiselle. Näin ollen ryhmään mukaan lähteminen näyttäytyi yhdenlaisena polkuna osattomuudesta kohti osallisuutta ja uusia päämääriä. Samansuuntaiseen johtopäätökseen on tullut myös Eila Jantunen (2010, 85), joka masentuneiden vertaistukikokemuksia käsittelevässä tutkimuksessaan totesi masentuneiden keskinäisen vertaistuen olevan silta ulkopuolisuuden maailmasta yhteyteen ja osallisuuteen.

Osallisuus ryhmään mahdollisti vertaistukeen kuuluvan yhteenkuuluvuuden tunteen syntymisen. Vaikka ryhmäläisten taustat olivat erilaisia, kaikkia yhdisti kokemus pitkäaikaistyöttömyydestä ja ryhmäläiset kokivat yhteisyyttä tätä kautta. Yhteenkuuluvuuden tunne näyttäytyi asiana jota ei osannut sanoa selittää ja oli jotain sellaista, joka oli heti olemassa. Haastateltavat kuvasivat yhteenkuuluvuuden tunnetta muun muassa ösielujen sympatianaö ja öyhteisenä leikkinä.ö

öMeillä oli varmaan osalla heti semmonen sielujen sympatia tai mikskä sitä sanoisö(N2)

öNo kun mulla on välillä sellanen niin kun tunne että meillä on tämmönen yhteinen leikki että tota sellanen jotenkin niin kun jännä yhteenkuuluvuuden tunne on, syntyi niin kun tosi äkkiä ja sekin tuntuu aika hassulta muuten miten äkkiä se niin kun jotenkin, mutta meillä oli jotenkin.. me oltiin kaikki samassa juonessa sillä tavalla.ö(N2)

Yhteenkuuluvuuden tunne muodostui samankaltaisuudesta. Vertaistuen rakentumiselle ominainen samankaltaisuus ja samaistuminen tulivat esille tämänkin tutkielman aineistossa samankaltaisina ajatuksina ja kokemuksina. Eroja ryhmäläisten koulutustaustoissa tai työhistoriassa ei koettu esteenä toisten kokemuksiin samaistumiselle eikä sen koettu heikentävän

yhteenkuuluvuuden tunnetta. Ryhmässä käsiteltävät asiat olivat osalle jo ennestään tuttuja, mutta motivaatio ryhmässä käymiseen syntyi mukavien, samankaltaisia asioita kokeneiden ihmisten kautta.

öOllaan samantyyppisiä ihmisiä tai samanlailla ajattelevia. Et jos tää ei olis näin positiivista porukkaa niin eihän olis niin kun mitään motivaatiota lähtee kun ei mulla oon niin kun mitään tekemistä mä oon ne kaikki tehny.ö (M2)

öKyllä mä ainakin koen näin että on voinut samaistua toisten tarinoihin.ö(N3)

Globalisoituvassa markkinataloudessa ja individualisoituvassa yhteiskunnassa yhteisöllistämisen politiikka ja strategiat ovat saaneet paljon huomiota. Uusia yhteisöjä kasvukeskuksissa ei ole muodostunut helposti ja perinteiset suvun ja naapuruston lähiverkostot ovat rapautuneet maaseudullakin kasvukeskuksiin muuttamisen myötä. Ihmiset hakevat yhteisöistä voimaa, turvaa, terveyttä ja muutoksen mahdollisuutta. Yhteisöllisyys voi parhaimmillaan lisätä hyvinvointia ja sosiaalista pääomaa, mutta joskus tiivis yhteisö voi rajata ulkopuolelleen ja tuottaa sosiaalista syrjäytymistä. (sosnet.fi)

Kuten Laimio ja Karnellkin (2010) ovat todenneet, myös tässä tutkimuksessa tuli esille yhteisöllisyyden perustuminen luottamuksellisuuteen, joka loi turvallisuutta. Ihmisen tulevaisuususkon edellytyksenä on, että hänen elämässään on luottamusta ja toivoa herättäviä asioita. Nämä asiat syntyvät usein lähimpien ihmisten ja yhteisöjen kautta. Sen sijaan ulkopuolisuuden tunne ja tunne siitä, että ei voi vaikuttaa omiin asioihin, aiheuttavat epätoivoa, kyynisyyttä ja näköalattomuutta. Laimio ja Karnell huomauttavat myös siitä, että ryhmällä on enemmän voimaa tehdä ongelmia näkyviksi ja vaikuttaa asioihin kuin yhdellä ihmisellä (Laimio & Karnell)

Uutta perspektiiviä omaan tilanteeseen

Ryhmässä käyminen vaikutti monen kohdalla siihen, että omaa tilannetta alettiin tarkastella uusien näkökulmien kautta. Muiden ryhmäläisten kokemusten kuuleminen auttoi suhteuttamaan omia ongelmia ja elämäntilannetta uudella tavalla.

öOn antanu vähän perspektiiviä sillain, että itellä ei mitään ihan kauheita ongelmia ollu. Kuullu muiden tarinoita, että on sitä kaikkea tapahtunut.ö(M2)

Haastatteluissa kävi ilmi, että omien ongelmien pyörittely yksin saattoi saada omat ongelmat tuntumaan suuremmilta kuin ne todellisuudessa olivat. Toisten kokemusten kuuleminen antoi uudenlaista perspektiiviä ja ymmärrystä omaan tilanteeseen. Ryhmä antoi mahdollisuuden päästä tarkastelemaan omaa elämää laajemmasta näkökulmasta ja avartaa omia ajatuksia.

öí paljon ku viettää yksin ja miettii niin kun omia ajatuksiaan ja asioitaan, niin sitä niin ku ajattelee, että mun elämä on ihan täyttä kakkaa ja kaikki menee pieleen ja mistään ei tuu mitään. On saanu vähän sitä perspektiiviä että ei se nyt välttämättä ihan niinkään ole ja kaikilla on ongelmia ja kellä nyt sitten mitäkin ja muuta että. Vähän on päässyt tosiaan siitä omasta pienestä ympyrästä niinku ulkopuolelle. Sillain mä oon ainakin kokenut, että se on ihan hyvä vähän niin kun silmiä avartaa. Et ei tää nyt tää oma elämä niin kauheeta ookaan vaikei se nyt ehkä täydellistä ole, mutta kelläpä se olis.ö (N1)

Seuraavassa aineisto-otteessa haastateltava kuvaa sitä millaisena hän näki mahdollisuutensa työelämään paluuseen ennen ryhmää ja miten hänen käsityksensä muuttui ryhmän aikana muiden kokemusten kuulemisen myötä.

ömä jo luulin, että mä en enää ikinä mee töihin. Mulla on alle vuosi kun mä oon töissä ollu ja täällä on ihmiset kuitenkin sitten ollu monta vuotta pois työelämästä tai ei oo tehny töitä lainkaan, että mulla on tullut semmonen positiivinen kuva, että ehkä minäkin tästä vielä töihin pääsen, kun toisetkin on innoissaan lähössä opiskelemaan ja työkokeiluihin.ö (N4)

Myös Laimio & Karnell (2010) ovat todenneet toisten samankaltaisia asioita kokeneiden ihmisten tapaamisen auttavan näkemään ja ymmärtämään omia oloja ja tuntemuksia prosessiin kuuluvina ja normaaleina reaktioina. öEn olekaan tulossa hulluksi- tai öEn olekaan ainutö-kommentit ovat tyypillisiä kommentteja vertaisryhmissä.

Kotiin erakoituminen vaikeutti työn etsimistä, aiheutti monelle toivottomuutta ja vähensi tahdonvoimaa. Toivottomuus puolestaan aiheutti sen, että olemassa olevia mahdollisuuksia ei nähty. Ryhmältä saatu tuki ja empatia auttoivat näkemään uusia mahdollisuuksia. Ryhmä toi haastateltaville paitsi uusia mahdollisuuksia uuden tiedon myötä, se toi monelle myös toivon,

joka auttoi näkemään mahdollisuuksia. Seuraavassa aineisto-otteessa haastateltava kuvaa sitä kuinka hän toivon löytymisen myötä alkoi nähdä lisää keinoja tilanteensa ratkaisemiseksi.

öTuntuu, että kun on työttömänä jonkun aikaa niin erakoituu sinne kotiin, niin kauheen hankalakin sieltä sitten lähtee niin kun oikein ettiin sitä työtä ja sillain, et jotenkin tuntuu, että taas on enemmän mahdollisuuksia tossa tulevaisuudessa kun mitä aikasemminö(N1)

Ryhmän myötä toivon kipinä heräsi monen kohdalla uudelleen. Toivon palaaminen avarsi näkemyksiä omista mahdollisuuksista ja lisäsi tahdonvoimaa. Yhdyn tässä Snyderin (2006) näkemykseen toivosta, joka on psyykkisen tahdonvoiman ja keinojen hallinnan summa, kun tavoite on olemassa.

MIELEKÄSTÄ TEKEMISTÄ

Ryhmätoimintaan osallistuminen koettiin yleisesti piristävänä kokemuksena ja sen koettiin tuovan kaivattua mielekästä tekemistä elämään. Ryhmä tarjosi paikan, jossa sai rauhassa miettiä omia asioitaan, kuunnella muiden kokemuksia, ja saada sitä kautta vertaistukea. Pitkäaikaistyöttömyys koettiin elämäntilanteena, josta oli joko tarve puhua tai kuulla muiden kokemuksia. Ryhmän kautta avautui mahdollisuus, jossa mieltä painavista tai mietityttäneistä asioista pystyi keskustelemaan ymmärtäväisessä seurassa.

öKyllä tää niin kun semmonen piristävä päivä mulle ainakin on aina että joka kerta ollu. Saanu kuunnella muittenkin samantapaisia juttuja ja kertoo omia asioita. Kotona ei olis varmaan tullut tällään tota puitua ja mietittyäkään että.ö(M3)

öNiin kyllä tää sellasta ajankulua on, viikkoon vähän tota muunlaista vaihtelua justiin, mielenkiintoa ja mukavaa ollu. (M3)

Vertaisten seura ja huumori kuuluivat ryhmätoiminnasta saataviin positiivisiin voimavaroihin. Ryhmäpäivä oli monelle päivä jota odotettiin innolla.

öKyllähän täällä on saanut nauraa! Tietää aina keskiviikko aamuna, että kyllä sitä mielellään lähtee sieltä kotoota.ö (N1)

Joidenkin ryhmäläisten elämäntilanteeseen liittyi pitkäaikaistyöttömyyden lisäksi myös muita elämäntilanteellisiä ongelmia. Seuraavassa aineisto-otteesta haastateltava kuvaa ryhmän myötä tullutta havaintoaan siitä, että ilman alkoholiakin voi olla hauskaa.

öHuomas että voi olla hauskaa selvinpäinkin, porukassa tuli naurettua oikein kunnolla kaikkien möhläyksilleö(N4)

Positiivisuus, huumori ja koettu yhteys ryhmäläisten keskuudessa vapauttivat ryhmien tunnelmaa. Ryhmätoiminta koettiin mukavana päivänä, jolloin sai nauraa ja olla oma itsensä. Joidenkin mielestä ryhmäkertoja olisi voinut olla enemmänkin tai ne olisivat voineet kestää kerralla pidempään. Seuraavassa aineisto-otteesta tuodaan esille se, miten mukavan ryhmäpäivän yhtenä edellytyksenä oli, että ryhmässä ei tarvinnut esittää mitään muuta kuin oli. Tärkeää oli myös, että mihinkään ei pakotettu jos itsellä oli paha olla.

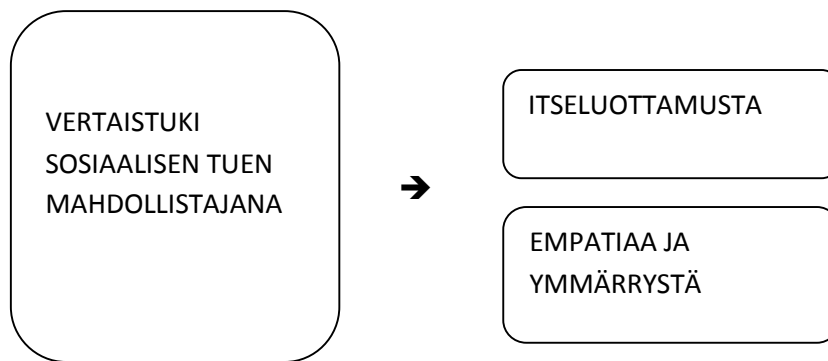
öTämmösessä ryhmässä nii se, että se on mun mielestä positiivista että en joudu puristaan ainakaan, itsestä tuntuu että on paha olla ja mä joudun tekee tätä ja tätä, vaan sen ottaa sillain että kiva mä pääsen johonkin ja mulla on siellä kivaa. Mä pääsen syömään ja mä voin nauraa siellä.ö

6.2 Vertaistuki sosiaalisen tuen mahdollistajana

Vertaistuen saaminen näyttäytyi tutkimukseni aineistossa mahdollisuutena saada sosiaalista tukea. Sosiaalisella tuella viitataan tässä analyysissä määritelmään, jossa sosiaalinen tuki nähdään ihmisen identiteetin muodostumisen, kriisitilanteista selviytymisen tai muutokseen sopeutumisen kannalta oleellisena tekijänä. Myös vuorovaikutussuhteet liittyvät oleellisesti sosiaalisen tuen saamiseen. Puskurimallin mukaan sosiaalinen tuki on keskeistä etenkin stressitilanteissa ja kuormittavassa elämäntilanteessa. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 89690) Pitkäaikaistyöttömyys vaikuttaa elämänlaatuun monella eri osa-alueella ja sen voidaan ajatella olevan melko stressaava

elämäntilanne. Vertaistuen kautta saatu kokemus sosiaalisesta tuesta toimi puskurin tavoin helpottaen ja lieventäen pitkittyneen työttömyyden ja muiden elämän ongelmien aiheuttamia negatiivisia tunteita. Alla olevassa kuviossa olen hahmotellut sitä, miten vertaistuen mahdollistama sosiaalinen tuki näyttäytyi tutkittavien elämässä itseluottamusta vahvistaen sekä lisäsi empatian ja ymmärryksen saamista.

Kuvio 2



Itseluottamusta

Pitkään jatkunut työttömyys näkyi aineistossani haasteellisena elämäntilanteena, jossa yksilön usko omiin mahdollisuuksiinsa oli heikentynyt. Toisin sanoen työttömyyden myötä käsitys omasta toimijuudesta oli heikentynyt. Toimijuudella viitataan tässä yhteisöllisessä toiminnassa syntyvään yksilön identiteettiin ja kulttuurisiin malleihin perustuvaan toimintavalmiuteen (Hakkarainen & Lipponen 2004, 391).

Vähäiset sosiaaliset suhteet olivat aiheuttaneet itseluottamuksen huonontumista ja käsitys omasta toimijuudesta vaikutti joidenkin haastateltavien kohdalla jopa hieman vääristyneeltä. Sen huomaaminen, että tulee ryhmäläisten kanssa toimeen, oli monelle tärkeä itseluottamusta vahvistava kokemus. Samalla käsitys omasta toimijuudesta näytti muuttuvan positiivisemmaksi.

öNäkee että tulee toimeen erilaisten ihmisten kanssa tosi hyvin ja se on niin kun tärkeä että tota.ö(N3)

Seuraavassa aineisto-otteessa kuvaillaan sitä miten itseluottamus lisääntyi, kun huomasi pystyvänsä kommunikoimaan vieraiden ihmisten kanssa ja oleimautumaan heidän kanssaan.

öOn niin kun rohkassu ja jotenkin niin kun kohottanut itsetuntoa, että niin kun huomaa pärjäävänsä ihmisten kanssa ja huomaa että pystyy niin kun outojen ihmisten kanssa kuitenkin niin kun sillä tavalla leimautumaan tälleen näin.ö(M3)

Toisten samassa tilanteessa olevien ryhmäläisten kokemusten kuuleminen vaikutti muuttavan minäkuvaa positiivisempaan suuntaan. Minäkuvan käsitteellä viitataan tässä ihmisen kokemukseen siitä, kuka hän on ja mihin hän kykenee (Vahtivaara 2010, 21). Usko omiin mahdollisuuksiin saattoi kasvaa, kun huomasi muidenkin olevan innoissaan ja tosissaan lähdössä kohti työelämää. Toisten innostus tarttui ja synnytti näin positiivisen kierteen ryhmän sisällä.

Myös Irja Mikkonen (2011) on todennut vertaisen kohtaamisen ja erityisesti vastaavanlaisista kokemuksista selviytyneen tuen olevan tervetullut apu uuden identiteetin rakentumisessa. Mikkosen mukaan vastayhteisöjen kautta on mahdollista lieventää ja purkaa syrjäytymisen aiheuttamia haittoja sekä niiden johdosta sisäistettyä kielteistä identiteettiä ja sen luomaa leimaa. Mikäli yksilö ei koe kuuluvansa mihinkään yhteisöön, yhteisöllisyyden kokemuksia ei ole ja siten vastuu jää yksilölle itselleen. Myönteisen identiteetin rakentamiseen tarvitaan yhteisösuhteita, joka tarkoittaa hyväksynnän ja tuen saamista toisilta sekä uskon palautumista omaan itseen. (Mt.)

Empatiaa ja ymmärrystä

Työttömyyteen liittyvien samankaltaisten ajatusten, kokemusten ja tunteiden olemassaolo helpotti vuorovaikutusta ryhmäläisten välillä ja toisten ymmärtäminen oli helpompaa. Samankaltaisia pitkäaikaistyöttömyyteen liittyviä asioita läpikäyneet ryhmäläiset tarjosivat haastateltaville sellaista tukea mitä muut työelämässä mukana olevat eivät välttämättä pystyneet tarjoamaan. Seuraavassa aineisto-otteessa haastateltavat kuvaavat ryhmäläisten keskinäisen ymmärryksen kautta muodostunutta kokemusta sosiaalisen tuen saamisesta.

öPikemminkin enemmän on saanut tukea kuin koskaan jostain sosiaalipuolen ihmiseltä, TE-toimistosta tai Kelastaö(M2)

öTiedätkö mulle tuli tunne että mä saan enemmän tukea täältä ryhmästä kuin sieltä kriisiryhmästä.ö (N1)

Anne Laimio ja Sonja Karnell (2010, 18619) ovat todenneet artikkelissaan, että riittävästi samankaltainen elämäntilanne takaa sen, että osanottajat tietävät omasta kokemuksestaan jotakin toisten tunteista. Tällöin osanottajat kokevat usein tulevansa ymmärretyiksi jo puolesta sanasta ja kokemus empatiasta on myös eri luokkaa kuin useilta ammattilaisilta, perheeltä tai ystäviltä saatu.

Ryhmäläiset kokivat helpompana puhua omista asioistaan samankaltaisessa tilanteessa olevien kanssa kuin työelämässä mukana olevien kanssa. Ryhmäläiset eivät uskoneet, että työssäkäyvät jaksaisivat kuunnella ja ymmärtäisivät heitä.

(H): Onko ollut helpompi puhua sellaisille, joilla on samankaltaista?

(M3): On joo kun mennä jollekin joka on töissä tossa puhuu tämmösiä asioita joka on kahdeksan tuntia hommissa. Ei kai se kuuntelis tämmösiä.

(N3): Joo ei se varmaan paljon kuuntelis.

(M3): Eikä sillain itte viittis mennä puhuunkaan että kyllä siä semmonen on että.

Muilta ryhmäläisiltä saatu tuki näyttäytyi tärkeimpänä tukimuotona. Tämä tuotiin esille erityisesti siinä ryhmässä, joka ei ollut tyytyväinen ohjaajaansa. Ohjaaja koettiin tuolloin lähinnä järjestyksenvalvojana.

öRyhmän sisäinen tuki on se tärkein. Itse vetäjiltä ei pääsääntöisesti mitään tukea olla saatu. Ne on ollu ihan niin kun valvoja, järjestysmiehiä tai järjestysnaisia.ö(M2)

Ryhmien sisällä vallitsi kannustava ilmapiiri. Ryhmäläisten keskinäinen välittäminen lisäsi joidenkin ryhmäläisten kohdalla vastuuntuntoa paitsi omasta elämästä myös muista ryhmäläisistä. Seuraavassa aineistoesimerkissä ryhmäläinen kuvaa sitä miten hän haluaisi kannustaa hiljaisempia ryhmäläisiä huomaamaan, että vastoinkäymiset kuuluvat elämään eikä niiden saisi antaa vaikuttaa liikaa.

öEi maailma kaadu vaikka se välillä vähän horjuu.ö(N2)

Ryhmissä ajateltiin myös toisten hyvinvointia ja toivottiin, että jokainen löytäisi ryhmän kautta jotain hyvää elämäänsä.

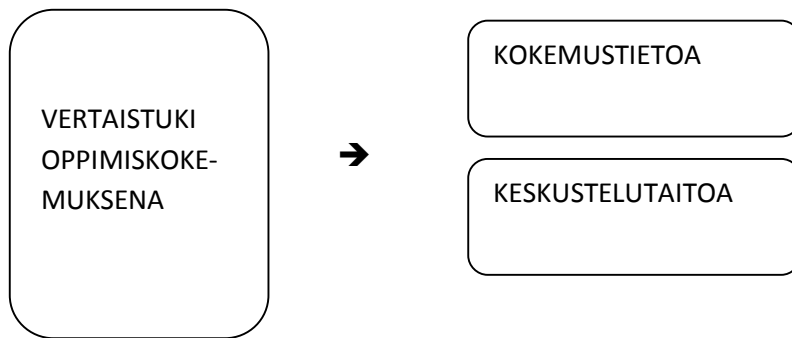
öMä toivon, että kaikki niin kun löytäis tätä kautta jotain itselleen.ö(N4)

Turvallinen, salliva ja tasa-arvoinen ilmapiiri näyttäytyivät haastattelemisani ryhmissä empatian kokemusta lisäävinä tekijöinä ja edesauttoivat voimaantumisen tunnetta. Myös Siitonen on todennut voimaantumisen syntyvän luontevimmin sellaisessa sosiaalisessa kontekstissa, jossa ihminen kokee ilmapiirin turvalliseksi, itsensä hyväksytyksi ja asemansa tasa-arvoiseksi. Siitonen (1999) toteaa voimaantumisen olevan henkilökohtainen, ihmisestä itsestään lähtevä ja sosiaalinen prosessi. Sitä jäsentävät hänen mukaansa osaprosessit, joita ovat; päämäärät, kykyuskomukset, kontekstiuskomukset ja emootiot sekä näiden sisäiset suhteet. Päämääriin sisältyvät toivotut tulevaisuuden tilat, vapaus ja arvot. Kykyuskomuksiin liittyvät minäkäsitys, itseluottamus, tehokkuususkomukset ja vastuu. Kontekstiuskomukset käsittävät hyväksynnän, arvostuksen, luottamuksen ja kunnioituksen, turvallisen ilmapiirin, toimintavapauden (oman kontrollin), autenttisuuden ja yhteistoiminnan. Emootioihin kuuluvat säätelevä ja energisoiva toiminta, positiivinen lataus, toiveikkuus, onnistuminen/epäonnistuminen ja eettisyys. (Mt. 1616165.)

6.3 Vertaistuki oppimiskokemuksena

Vertaistuen saaminen näyttäytyi monelle mahdollisuutena oppia toisten kokemuksista. Toisten kokemusten kuuleminen auttoi pohtimaan omia asioita uudella tavalla. Kokemukseen perustuva tieto koettiin tärkeäksi ja sen avulla saatiin konkreettista kosketuspintaa moniin asioihin. Ryhmässä opittiin myös keskustelutaitoa, jonka koettiin auttavan tulevaisuudessa monessa tilanteessa. Seuraavassa kuviossa olen hahmotellut sitä, miten vertaistuki näyttäytyi oppimiskokemuksena.

Kuvio 3.



Kokemustietoa

Toisten kokemusten kuuleminen koettiin tärkeäksi ja niistä haluttiin ottaa oppia. Muiden suunnitelmat auttoivat puntaroimaan omia ajatuksia. Erilaisten valintojen tiedostaminen ja mahdollisuuksien näkeminen helpotti omien suunnitelmien arvioimista. Aineisto-otteissa kuvaillaan myös sitä kuinka kokemustieto mahdollisti toisten virheistä oppimisen.

öOtamme opiksi toistemme nöyryytyksistä. Ja samalla se niin kun mun mielestä palvelee meitä kaikkia paremmin sekin että jokaisella on niin kun erilaiset tähtäimet myös että mihin me ja niin kun näkee toisen niin kun valinnat ei tartte jäädä miettiin kaikkeen, että mitähän jos oliskin niin ja noin ja näin kun näkee et ahaa ne meinaa tehdä tolleen selvä.ö (N2)

öEttä se niin kun tässä on oppinu mikä niin kun mun mielestä hyvä että hei mulla meni näin et älä sää tee sitä.ö (N2)

Vaikka ryhmäläisillä oli paljon kokemusta samankaltaisista asioista, niin jokaisella oli kuitenkin oma henkilökohtainen kokemus asiasta, joka saattoi tuoda esille erilaisia näkökulmia. Ryhmäläisten kokemukset täydensivät toisiaan ja lisäsivät tietämystä.

öSe on jännä että vaikka me paljon tiedetään samoistakin asioista, mut sitten jokaisella on myöskin omat jutut mitä tietää niin. Niin että sillain täydennämme myöskin niin kun sillain hyvin toisiamme.ö (N2)

Vertaisoppiminen mahdollisti haastattelemieni ryhmäläisten mukaan ajankohtaisen kokemukseen perustuvan tiedon saamisen. Seuraavassa aineisto-otteessa haastateltava kuvailee ryhmästä saatua tietoa sellaiseksi tiedoksi, jonka uskoo olevan mahdollista saada vain kokemuksen myötä.

öon voitu jakaa tota noin niin tietämystä näistä käytännöistä ja byrokratian koukeroista miten niistä on käytännössä selvitty ja miten on toimittu niin on tullut esille paljon sellasia asioita joita ei kukaan ohjaaja olisi osannut tai tullut mieleenkään ruveta kertomaan, mutta kun ne on tullut meille.ö(N2)

Fawcett & Garton (2005) ovat määritelleet vertaisoppimisen yhteisölliseksi ja oppilaslähtöiseksi työtavaksi, jossa oppija toimii opettajana vertaisilleen ja jossa yhteisö toimii yhdessä jonkin ongelman ratkaisemiseksi. He kuvailevat vertaisoppimista sellaiseksi oppimistyyliksi, jossa oppilaat toimivat yhteisönä, ja oppiminen tapahtuu yhteisön jäsenten välillä keskinäisesti. Tällöin aktiivinen osallistuminen, sitoutuminen sekä vuorovaikutus ja keskustelu ovat oleellisia. Heidän mukaansa vertaisoppiminen kehittää erityisesti ymmärrystä ja ongelmanratkaisutaitoja. (Fawcett & Garton, 2005.) Opettajan näkökulmasta katsottuna tärkeää on saada aikaan yhteisöllinen ja turvallinen oppimisilmapiiri, jossa mahdollistuu ajatusten vaihtaminen ja toisten kuunteleminen ja kunnioittaminen (Ogden, 2000). Lisäksi opettajan tulee ottaa huomioon oppilaiden erilaiset tieto- ja taitotasot sekä vuorovaikutus- ja ongelmanratkaisutaidot (Fawcett & Garton, 2005).

Vertaistoiminnan perustana on kokemuksellinen asiantuntijuus. Vertaisuuden ja kokemustiedon vastakohta on ammatillinen tieto ja asiantuntemus, joka perustuu koulutukseen, tutkimukseen ja ammatillisessa työssä saatuun osaamiseen (Laimio & Karnell 2010). Kokemustieto perustuu ihmisen oman henkilökohtaisen kokemuksen kautta kertyneeseen tietopäähömaan. On tärkeä muistaa, että jokainen ihminen kokee ja tulkitsee kaikki elämänsä tapahtumat omista lähtökohdistaan. Kokemus on tietoja ja taitoja, joita ei voi hankkia opiskelemalla, vaan kokemus syntyy vuorovaikutuksesta ympäristön kanssa. Kokemuksien muodostumiseen, eli siihen, miten ihmiset tulkitsevat erilaisia tapahtumia ja tietoja, vaikuttavat lukuisat sekä tietoiset että tiedostamattomat seikat, kuten aiempi elämäkokemus sekä minä- ja maailmankuva. (Vahtivaara 2010, 21.) Kokemustiedon jakaminen on ensiarvoisen tärkeää niin tukea tarvitsevalle kuin myös tiedon jakajalle. Se vähentää myös ei-toivottua yksinäisyyden tunnetta ja avuttomuutta uudessa

elämäntilanteessa. Ihmiselle välittyy samalla konkreettinen tieto, että on olemassa muitakin, jotka ovat tai ovat olleet samankaltaisessa tilanteessa. (Nylund, 1999.)

Keskustelutaitoa

Haastattelemissani sosiaalisen kuntoutuksen ryhmissä keskinäinen tuki toteutui suurelta osin keskusteluina. Moni haastateltava kuvaili oppineensa ryhmän aikana keskustelutaitoa ja rohkeutta ilmaista itseään. Ryhmäläisten erilaiset taustat ja tietotaito ruokkivat keskustelua

öToisella on tietoa jostain toisesta asiasta ja sitten toisella saattaa olla toisesta. Täällä oppii sitä puhetaitoa, uskaliaisuutta jutella.ö (N3)

öSe on että jos yks puhuu, niin kohta puhuu kaikki. Aina pitää olla se joka alottaa puhuun.ö(N3)

Vähäiset sosiaaliset suhteet olivat saaneet vetäytymään tai aiheuttaneet joillekin arkuutta ryhtyä keskustelemaan uusien ihmisten kanssa. Muiden ryhmäläisten rohkaisu ja aloitteen tekeminen auttoivat myös arempia keskustelemaan. Ryhmästä koettiin saavan rohkeutta keskustella ja keskustelutaidon oppimisesta ajateltiin olevan hyötyä tulevaisuudessa.

öOma piiri niin pieni että kyllä se varmasti auttanut tulevaisuuteen eteenpäin että uskaltaa mennä ihmisille puhuun ja eikä ole missään nurkassa kyykkimässä, kun ei uskalla puhua taikka ei viitti.ö(N4)

öNii ja sitten noi pojat ketä on hiljaisempia ne vaan sanokin jossain vaiheessa, kun mä kysyin et häiritteeks teitä että kun me ollaan tämmösiä, niin ne sano, et ei et ei me kumminkaan blokata heiltä sitä tilaa pois, et hekin niin kun uskaltaa siellä kun on tämmöstä.ö(N2)

ökesti vähän aikaa niin kun sillain että avautu. Mulla aina yleensä sillain että jos on outo porukka niin sitten loppua kohti sitten pystyin enemmän puhuun, jutteleen porukan kanssa.ö(N4)

Ryhmätilanteet olivat kaikille haastateltaville jollain tapaa ennestään tuttuja, mutta toiset kokivat sosiaalinen arkuuden erityisenä haasteena ennen ryhmään tuloa. Monille oli tärkeää huomata

pystyvän toimimaan ryhmässä ja ryhmään lähteminen saattoi olla ensimmäinen askel, jonka jälkeen, uskallettiin lähteä muihinkin palveluihin.

öTänne ryhmään tuleminen helpotti siten, että mä rupesin käymään tuolla AA:ssa, mitä mä olin vältellyt viimeeseen asti koska olin jotenkin jännittänyt vähän niitä ryhmätilanteita ja muita.ö (N1)
öNo minua ainakin jännitti ens alkuun ja koko ajan vähemmän on jännittänyt nyt kun tuntee ihmisiä, että pystyy puhumaan sitten jo kaikkien kanssa kaikenlaista ja ihan hyvää on tehny kyllä tää ryhmä.ö (N4)

Ryhmän luottamuksellinen ja turvallinen ilmapiiri edesauttoivat keskustelun syntymistä. Ryhmässä yhteenkuuluvuuden tunne, tasavertaisuus, kokemusten vastavuoroinen jakaminen ja hyväksytyksi tuleminen edesauttoivat turvallisen ja luottavaisen ilmapiirin muodostumista ja helpottivat keskustelun syntymistä. Omia asioita uskallettiin tuoda esille ilman pelkoa siitä, että muut tuomitsisivat. Seuraavasta aineisto-otteesta käy ilmi, että omista asioista voitiin halutessa puhua hyvinkin avoimesti.

öEi sillain tarvi pimittää omia asioita mun mielestä ainakaan.ö (M3)

Kuten Laimi & Karnellkin (2010) toteavat, turvallinen ja luotettavaksi koettu paikka voidaan nähdä edellytyksenä sille, että omista arkaluontoisistakin asioista uskalletaan puhua. Vastavuoroinen jakaminen edistää omista asioista puhumista niin, että kun rohkeampi tekee aloitteen, arempikin uskaltaa kertoa omista ajatuksistaan tai pätevyydestään. (Laimi & Karnell 2010, 18619) Muutos- ja sopeutumisprosessit herättävät ihmisissä yleensä monenlaisia tunteita, joiden tunnistaminen ja ilmaiseminen ovat tärkeitä hyvinvoinnin kannalta. Vertaisryhmässä tarvitaan uskallusta näiden tunteiden käsittelyyn ja elämiseen ötässä ja nyt. (Versova)

Ajatuksia vaihdettiin myös muista kuin työttömyyteen liittyvistä asioista. Monenlaisia asioita pohdittiin yhdessä ja toisilta oli mahdollisuus saada apua, jos ei itse jotain asiaa heti ymmärtänyt.

öja kyllä mulla niin kun lajemmassakin merkityksessä, että ei suoraan niin kun tähän työttömyyteen liittyviä asioita vaan muitakin niin kun sellasia.. No joo kylläkin työttömänä olevia koskettaa mutta kuitenkin sellasia yleismaailmallisia ja yhteiskunnallisia on yhdessä sitten puitu.ö(N2)

öHerättää semmosia ajatuksia, me käydään ehkä sen verran hitaalla, me ollaan tällöisiä iältään sen ikäisiä että meillä pikkasen toi piuha on hidas ja pidempi ja sitten se keskustelu, et hei ymmärsiks sä et miks toi oli ja miks näin ja sitten pohditaan kumminkin.ö(N2)

Ryhmäläisten väliset keskustelut antoivat uusia ajattelun aiheita ja näkökulmia elämään. Keskustelujen ja muilta saatujen kommenttien kautta omaa elämää alettiin miettiä enemmän.

öIhan niin kun hyviä kommentteja ja ajatuksia on ollut ryhmäläisillä erilaisista asioista elämään liittyen.ö(M4)

Toisten samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien tarinat toimivat ikään kuin peilinä, jonka kautta oli mahdollista oppia uutta itsestään. Omista kokemuksista kertominen avasi tietoa jakavalle henkilölle uusia näkökulmia asioiden tai tapahtumien uudelleen prosessoinnin kautta. Tällöin voi olla kyseessä tietynlainen oppimiskokemus omassa elämässä. Tätä voi hyödyntää eri tavoin jatkossa. Näin ollen sekä kokemustiedon jakaja että sen saaja voivat saada paljon itselleen. (Vahtivaara 2010.)

7 YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET

7.1 Yhteenvetoa tutkimuksen tuloksista

Tutkimukseni tarkoituksena oli selvittää millaisia merkityksiä pitkäaikaistyöttömät antavat vertaistuelle. Tutkimukseni aihe nousi käytännön työstä sosiaalityön ja yliopiston yhteistyön tuloksena. Pitkäaikaistyöttömyys, syrjäytyminen ja aktivointipolitiikka ovat olleet viime aikoina paljon esillä ja minua kiinnosti tuoda esille vertaistuellinen näkökulma keskusteluun. Halusin tuoda näkyväksi pitkäaikaistyöttömien oman äänen ja yhteisöllisemmän lähestymistavan perinteisen yksilökohtaisen sosiaalityön sijaan. Purettuani haastattelut kirjalliseen muotoon ja luettuani aineistoa useaan kertaan läpi, muodostui aineistosta kolme keskeistä vertaistuen merkitystä kuvaavaan teemaa: Vertaistuki kotoa lähtemisen motivaationa, Vertaistuki sosiaalisen tuen mahdollistajana ja Vertaistuki oppimiskokemuksena. Teemojen erottelu toisistaan oli ajoittain haasteellista, sillä vertaistuen teemat kietoutuvat läheisesti toisiinsa.

Tulosluvun ensimmäisessä osiossa öVertaistuki kotoa lähtemisen motivaationaö keskeisimpänä havaintona oli se, miten vertaistuki näyttäytyi mahdollisuutena saada uusia sosiaalisia suhteita, osallisuutta, uusia perspektiivejä ja mielekästä tekemistä elämään. Nämä olivat niitä tekijöitä, jotka taloudellisten etujen lisäksi joko motivoivat lähtemään mukaan ryhmätoimintaan tai jatkamaan ryhmässä käymistä. Uudet sosiaaliset suhteet näyttäytyivät aineistossani ehkä merkittävimpänä ja useimmin mainittuna asiana, kun puhuttiin ryhmätoiminnan positiivisista puolista. Pitkään jatkuneen työttömyyden myötä sosiaaliset suhteet olivat monen kohdalla kaventuneet merkittävästi ja ryhmätoiminta toi kaivattua helpotusta yksinäisyyteen. Sosiaalisten suhteiden muodostamisessa tärkeää oli hyvä ryhmähenki, joka muodostui jokaisen ryhmäläisen tasa-arvoisesta kohtaamisesta, kunnioittamisesta ja tilan saamisesta. Ryhmäläisten erilaisuus nähtiin ryhmää rikastavana tekijänä eikä se häirinnyt sosiaalisten suhteiden muodostamista. Myös ohjaajalta vaadittiin kunnioittavaa käytöstä ja sosiaalityölle tyypillinen auttaja autettava suhde määrittäyikin ryhmätoiminnassa eri tavoin kuin yksilökohtaisessa työskentelyssä.

Vertaistuen mahdollistama osallisuuden kokemus tuli esiin johonkin kuulumisen ja mukana olemisen tunteena. Osallisuus ryhmään mahdollisti vertaistukeen kuuluvan yhteenkuuluvuuden tunteen syntymisen. Ryhmäläisiä yhdistävä työttömyyden kokemus helpotti mukaan lähtemistä ja motivoi jatkamaan ryhmässä käymistä. Sen huomaaminen, että ei ole tilanteessaan yksin oli monelle merkittävä, lohtua tuova kokemus. Johonkin kuulumisen lisäksi turvallisuuden tunnetta ja antoi uskoa tavoitteelliselle eteenpäin menemiselle. Aineistosta kävi ilmi, että suuri osa haastatelluista koki olevansa jollain tapaa syrjässä yhteiskunnasta ja ryhmätoiminta oli yhdenlainen polku tai askel osattomuudesta kohti osallisuutta ja aktiivisempaa kansalaista.

Uudenlaisen perspektiivin saaminen ryhmän avulla näyttäytyi tärkeänä, joillekin jopa käännteentekevänä vaikutuksena. Aineistossa tuli esille se, miten asioiden pyörittely yksin oli saanut oman tilanteen tuntumaan toivottomalta ja ongelmat suuremmilta kuin todellisuudessa olivat. Muiden kokemusten kuuleminen antoi uudenlaista perspektiiviä omaan tilanteeseen ja avarsi ajatuksia. Uudenlaisen perspektiivin seurauksena suhtautuminen omaan tilanteeseen muuttui positiivisemmaksi ja antoi ryhmäläisille toivoa tulevaan.

Ryhmätoiminnasta koettiin saavan mielekästä tekemistä ja lisää sisältöä elämään. Ryhmätapaamiset olivat piristäviä päiviä ja niitä odotettiin innolla. Toisten samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien seura, positiivinen ilmapiiri, huumori ja koettu yhteys ryhmäläisten

keskuudessa tekivät ryhmäpäivistä mielekkäitä ja ne koettiin tarpeellisina työttömän arkea rikastuttavina päivinä, jotka antoivat uutta ajateltavaa.

Tulosluvun toisessa osiossa öVertaistuki sosiaalisen tuen mahdollistajanaö, oli löydettävissä sosiaaliselle tuelle ilmeisiä piirteitä, jotka mahdollistuivat vertaistuen saamisen kautta. Vertaistuen koettiin tuovan lisää itseluottamusta sekä tarjoavan empatiaa ja ymmärrystä. Sen huomaaminen, että pystyy tulemaan toimeen ja kommunikoimaan vieraiden ihmisten kanssa kasvatti rohkeutta ja antoi luottamusta omiin kykyihin. Etenkin niiden henkilöiden kohdalla, jotka olivat kokeneet sosiaalisen arkuuden haasteeksi ennen ryhmään tuloa, rohkeuden ja itseluottamuksen lisääntyminen lisäsi aktiivisuutta ja auttoi tarttumaan muihinkin elämää hankaloittaviin asioihin, jotka haittasivat työn saamista. Näin ollen käsitys siitä millainen ihminen on ja mihin hän kykenee, muuttuivat sosiaalisen tuen myötä. Toisten innostus synnytti positiivisen kierteen ryhmän sisällä ja lisääntynyt rohkeus ja itseluottamus saivat monet muuttamaan käsityksiään tulevaisuutensa mahdollisuuksista.

Ryhmästä koettiin saavan sellaista tukea, empatiaa ja ymmärrystä, joita ei voitu saada muualta kuin samassa tilanteessa olevilta. Kuten Anne Laimio ja Sonja Karnell (2010, 18619) ovat todenneet, riittävästi samankaltainen elämäntilanne takaa sen, että osanottajat tietävät omasta kokemuksestaan jotakin toisten tunteista. Tällöin osanottajat kokevat usein tulevansa ymmärretyiksi jo puolesta sanasta ja kokemus empatiasta on myös eri luokkaa kuin useilta ammattilaisilta, perheeltä tai ystäviltä saatu. Ryhmissä empatia ja ymmärryksen saaminen näkyivät kannustavana, välittävänä ja huolehtivana ilmapiirinä, jossa toisille toivottiin aidosti hyvää. Empatian ja ymmärryksen saaminen olivat keskeisimpiä voimaannuttavia tekijöitä, joiden muodostumista edesauttoivat turvallinen, salliva ja tasa-arvoinen ilmapiiri.

Tulosluvun viimeisessä osiossa vertaistuki näyttäytyi oppimiskokemuksena, josta oli mahdollista saada ajankohtaista kokemustietoa ja oppia keskustelutaitoa. Vertaistoiminnan perustana oleva kokemuksellinen asiantuntijuus koettiin tärkeäksi. Henkilökohtaiseen kokemukseen perustuva tieto koettiin sellaiseksi tiedoksi jota ei ollut mahdollista saada muualta. Muiden kokemusten kuuleminen auttoi pohtimaan omia tulevaisuuden suunnitelmia ja mahdollisti toisten virheistä oppimisen. Ryhmäläisillä oli paljon kokemusta samanlaisista asioista, mutta jokaisella oli kuitenkin oma henkilökohtainen kokemus, joka saattoi tuoda keskusteluun uusia näkökulmia.

Vertaistuen kautta syntynyt luottamuksellinen, turvallinen ja salliva ilmapiiri rohkaisivat tuomaan omia asioita muiden kuultavaksi ja opetti keskustelutaitoa. Omia asioita uskallettiin kertoa ilman pelkoa siitä, että ryhmäläiset tuomitsisivat. Erilaiset persoonat täydensivät keskusteluissa toisiaan. Turvallinen ilmapiiri rohkaisi myös arempia ottamaan osaa keskusteluihin, kun rohkeammat tekivät aloitteen. Keskusteluun osallistuminen auttoi prosessoimaan omia kokemuksia uudelleen ja näin ollen keskustelutaidon oppimisesta saattoi tulla myös itsestä oppimisen prosessi. Keskustelutaidon oppiminen koettiin tärkeäksi, josta ajateltiin olevan hyötyä tulevaisuudessa.

7.2 Johtopäätökset ja pohdinta

Työttömien sosiaaliseen kuntoutukseen liittyvä tutkimus on tällä hetkellä hyvin ajankohtaista. Työttömyys on viime vuosien aikana kasvanut ja uusia keinoja sen ratkaisemiseksi pyritään löytämään jatkuvasti. Useissa tutkimuksissa on todettu työttömyydellä olevan negatiivisia vaikutuksia hyvinvointiin ja erityisesti terveyteen. Työttömyys on useissa tutkimuksissa yhdistetty huonoon terveyteen, psyykkisen hyvinvoinnin vajeisiin, kohonneeseen kuolleisuuteen, huonoon taloudelliseen asemaan ja sosiaalisen tuen ja osallisuuden heikkouteen. (Esim. Heponiemi ym. 2008; Kauppinen ym. 2010). On esitetty, että työttömyydestä yhteiskunnalle koituvat kustannukset eivät ole ensisijaisesti taloudellisia vaan sosiaalisia, jotka liittyvät työttömyyden psykososiaalisiin vaikutuksiin. Sagen (2013) mukaan työttömien aktiivointia tulisikin määritellä ja seurata sen mukaan, miten toimet vaikuttavat työttömien terveyteen, hyvinvointiin ja osallisuuteen.

Tämän tutkielman tarkoituksena oli selvittää millaisia merkityksiä pitkäaikaistyöttömät antavat vertaistuelle sosiaalisessa kuntoutuksessa. Haastattelemieni asiakkaiden antamat merkitykset olivat sellaisia, mitä muissakin vertaistukitutkimuksissa on löydetty. Yhteenvetona annetuista merkityksistä voisi todeta, että vertaistuki lisäsi asiakkaiden hyvinvointia monella tavalla. Tutkielman tulokset antavat viitteitä myös siitä, että vertaistueella oli työttömiä aktivoiva vaikutus ainakin ryhmätoiminnan käynnissä ollessa. Oli mielenkiintoista huomata, miten näinkin vähäisillä tapaamisilla erilaisista taustoista tulevat ja eri-ikäiset asiakkaat kokivat saaneensa vertaistuesta paljon uusia voimavaroja. Siitä huolimatta, että kyseessä ei ollut pelkästään vertaistuen lähtökohdista muodostettu ryhmä, näyttäytyi vertaistuki keskeisenä elementtinä

ryhmäläisille. Vertaistuen muodostumisen esteeksi ei muodostunut myöskään se, että ryhmien ohjaajat olivat ammattilaisia eivätkä vertaisia.

Osallistava sosiaaliturva ó loppuraportin mukaan riittävä sosiaaliturva yhdistettynä aktiivisesti tarjottuihin työllistymistä edistäviin palveluihin sekä toimiviin sosiaali- ja terveystalveluihin on paras tapa edistää osallisuutta ja torjua syrjäytymistä. Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoimintaan osallistuminen on matalan kynnyksen toimintaa, joka tutkielmani mukaan edistää osallisuutta sekä torjuu syrjäytymistä tai vähentää sen haittoja vertaistuen avulla. Vuokko Niiranen (2002) on todennut osallistumisen opettelemisen voivan lisätä elämäntalvinnan taitoja, ehkäistä omaa elämää koskevasta päätöksenteosta syrjäytymistä ja mahdollisesti myös vahvistaa yleisemmin kokemusta täysivaltaisesta kansalaisuudesta. Elämäntalvinnan lisääntyminen ja vahvistuminen osallisuuden avulla tulivat näkyville myös tässä tutkielmassa. Niiranen tuo esille tärkeän huomion siitä, että osallistumisen kautta ihminen saa erilaisia kokemuksia vaikuttamisesta, mukana olemisesta tai syrjäytymisestä sen mukaan, millainen rooli hänelle asiakkuudessa tarjotaan; nähdäänkö hänet toimenpiteiden kohteena, palvelua käyttävänä ja vaikuttamiseen oikeutettuna asiakkaana, markkinasuuntautuneena kuluttajana vai oman yhteisönsä tai yhteiskuntansa aktiivisena jäsenenä. (Niiranen 2002, 67671.)

Työttömien aktivointia voidaan toteuttaa monenlaisista lähtökohdista käsin riippuen siitä pidetäänkö aktivoitumista työttömän velvollisuutena vai oikeutena. Työttömyysetuisuuksien saamisen edellytyksenä on usein toimenpiteisiin osallistuminen. Tällöin aktivoimisella tarkoitetaan käytännössä toimenpiteisiin pakottamista etuisuuksien katkaisemisen uhalla. Tuija Kotirannan (2008, 169) mukaan aktivoinnin sijasta tulisi puhua aktivoitumisen tukemisesta tai aktivoitumisen esteiden poistamisesta, koska aktivointi ei käsitteenä sisällä elementtejä, joiden pohjalta ihminen aktivoituu.

Aktivoitumiseen tukeminen voidaan mielestäni nähdä vapaaehtoisuuteen perustuvan sosiaalisen kuntoutuksen periaatteena. Vertaistuki houkutteli tässä tutkimuksessa esiin ihmisen oman, sisäisistä tarpeista lähtevän halun aktivoitua. Voidaan kysyä, saadaanko sanktioihin perustuvalla aktivoinnilla aikaan ihmisestä itsestään lähtevään haluun perustuvaa todellista aktivoimista, joka torjuisi syrjäytymistä pidemmän päälle vai vaaditaan aktivoitumiseen ihmisen omaa tahtoa ja houkutusia aktivoitumiseen? Kysymykseen ei liene yhtä oikeaa vastausta ja se mikä toimii toisella, ei välttämättä toimi toisella. Tätä kysymystä on kuitenkin mielestäni syytä pohtia, kun keskustellaan aktivoinnin hyvinvointivaikutuksista.

Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön asettaman työryhmän tehtävänä oli arvioida sosiaalihuollon roolia heikossa työmarkkina-asemassa olevien henkilöiden tukemisessa silloin, kun tavoitteena on joko työllistyminen tai muu osallisuus yhteiskunnassa ja yhteisöissä. Lähtökohtana työryhmällä oli heikossa työmarkkina-asemassa olevien henkilöiden osallisuuden edistäminen ja syrjäytymisen torjunta. Heikossa työmarkkina-asemassa olevilla henkilöillä työryhmä tarkoittaa työttömiä, joiden toimintakyky on alentunut vamman, sairauden, elämänhallinnan ongelmien, pitkittyneen työttömyyden tai vaikean sosiaalisen tilanteen vuoksi ja joilla tästä johtuen on merkittäviä vaikeuksia työllistyä avoimille työmarkkinoille. Työryhmä päätyi loppuraportissaan ehdottamaan, että heikossa työmarkkina-asemassa olevien henkilöiden nykyiset sosiaalihuollon työllistymistä ja osallisuutta tukevat palvelut koottaisiin samaan sosiaalihuollon erityislakiin, jonka painopiste olisi sosiaalisessa kuntoutuksessa. (Ilmonen & Pöyhönen 2014.)

Lain perusteella heikossa työmarkkina-asemassa olevalle henkilölle järjestettäisiin joko työelämävalmiuksia edistävää sosiaalista kuntoutusta tai osallisuutta edistävää sosiaalista kuntoutusta henkilön palvelutarpeesta riippuen. Tällöin työkykyiset henkilöt veloitettaisiin osallistumaan työelämävalmiuksia edistävään sosiaaliseen kuntoutukseen kun taas osallistava sosiaalinen kuntoutus olisi vapaaehtoista niille, joiden toimintakykyä tulisi arvioida ja osallisuutta edistää. (Ilmonen & Pöyhönen 2014.) Työryhmän esitys työttömien jakamisesta eri kategorioihin saa pohtimaan, lisääkö tämän kaltainen erottelu työttömien leimaamista helpommin aktivoitaviin ja vaikeammin aktivoitaviin. Outi Välimaa (2011) huomauttaa osuvasti, että aktivointipolitiikka liittyy työttömiin valitettavan negatiivisia leimoja. Hän toteaa yksilön omaa vastuuta korostavan ideologian ja aktivoinnin vastakohtina vastuuttomuuden ja passiivisuuden yhdistyvän erityisesti niihin työttömien ryhmän jäseniin, jotka eivät aktiivitoimista huolimatta työllisty palkkatöihin. Vappu Karjalaisen ja Tuukka Lahden (2005) mukaan aktivointipolitiikalla on moraalinen tehtävä. He tuovat esille sen, että työttömyyteen liittyvä häpeäkulttuuri on aktivointipolitiikan ja yksilön vastuun korostamisen myötä vaihtunut syyllisyyskulttuuriksi.

Tutkielmani kohteena olevissa sosiaalisen kuntoutuksen ryhmissä ryhmäläisten erilaisuus koettiin rikkautena. Ryhmissä oli mukana sellaisia, jotka olivat lähempänä työelämää ja sellaisia, joille työelämään pääseminen oli kaukana siintävä tavoite. Kokemus työttömyydestä oli ryhmäläisten yhteenkuuluvuutta lisäävä tekijä, vaikka taustat olivat muuten erilaiset. Ryhmäläiset kokivat tärkeänä erilaisten näkemysten ja kokemusten kuulemisen, jotta he pystyivät peilaamaan omia kokemuksiaan niihin ja saamaan vertaistukea. Toisten innostus ja kokemusten kuuleminen toi

monille toivoa ja uskoa parempaan tulevaisuuteen sekä mahdollisti toisten kokemuksista oppimisen. Mikäli työttömät jaotellaan tulevaisuudessa työkykyisiin ja työkyvyttömiin, herääkin kysymys, onko vertaistuen kautta enää mahdollista oppia ja saada uudenlaisia näkemyksiä yhtä paljon kuin silloin, kun ryhmäläiset ovat hieman eri vaiheissa työllistymispolullaan. Voidaan kysyä myös mitä tapahtuu vertaistuen itsetuntoa vahvistavalle vaikutukselle osallistavassa sosiaalisessa kuntoutuksessa, kun työttömät kategorisoidaan tällä tavalla? Lisääntykö toivottomuus, jos kaikkein vaikeimmassa elämäntilanteessa olevat laitetaan yhteen? Vaarana voi tuolloin olla myös liian vahva me-henkisyys, jolloin toisenlaisten näkemykset jäävät huomaamatta.

Mielenkiintoista on pohtia myös sitä, mitä tapahtuu vertaistuelle, kun sosiaalisesta kuntoutuksesta tulee työkykyisille velvoittavaa. Onko vertaistuen syntymiselle enää samanlaisia edellytyksiä, jos asiakas tulee kuntoutukseen vasten tahtoaan? Hyvä ryhmähenki näyttäytyi tutkielmani mukaan yhtenä vertaistukea edesauttavana tekijänä. Jos ryhmässä on mukana toimintaan kovin negatiivisesti suhtautuvia henkilöitä, saattaa edellytykset vertaistuen saamiselle olla heikkommat. Tällöin ammattitaitoisen ohjaajan merkitys on entistä suurempi ja hänen täytyy kiinnittää erityistä huomiota negatiivisen ilmapiirin muuttamiseen.

Suomessa vertaistoiminnan ja ammattityön väliselle vuoropuhelulle ei ole muodostunut selkeitä rakenteita. Tästä syystä kokemusasiantuntijuus esimerkiksi kehittämistyössä jää usein hyödyntämättä ja palveluja tarvitsevat ihmiset kokevat, etteivät he voi riittävästi vaikuttaa omiin asioihinsa. (Terveys- ja hyvinvoinninlaitos.) Kokemukseen perustuvan tiedon saaminen koetaan usein tärkeäksi, kuten myös tässä tutkielmassa tuli esille. Ammatilaisen vetämä ryhmä ei sulkenut pois kokemustiedon kautta oppimista ja parhaimmassa tapauksessa niiden voidaankin ajatella palvelevan ja täydentävän toisiaan. Vertaistuki perustuu osallistujien keskenään jakamiin kokemuksiin, ajatuksiin ja tunteisiin, joita ammatilainen voi omalla toiminnallaan edesauttaa luomalla ryhmälle turvalliset puitteet, rohkaista kokemusten jakamiseen ja antaa kokemusasiantuntijuudelle tilaa. (Terveys- ja hyvinvoinnin laitos.) Kuten Laimio ja Karnellkin (2010) toteavat, ammatillisen ja kokemustiedon dialogi voisi viedä kohti monipuolista, erilaista asiantuntijuutta rakentavaa hyvinvointityötä

Ammatillaisen tukeman ja ohjaaman ryhmän etuna vertaistuen saamisen kannalta voidaan mielestäni pitää sitä, että ohjaajalla on mahdollisuus tarkkailla vertaistuen vaikutuksia ja puuttua tilanteeseen, mikäli havaitsee asioiden johtavan haitalliseen suuntaan. Kun toiminnalla

tavoitellaan jonkinlaista muutosta ihmisen käyttäytymisessä, ammattilaisen tehtävänä on pyrkiä edistämään tavoitteiden täyttymistä. Vertaistuki ei enää ole palvelujen käyttäjän tavanomaisen sosiaalisen verkoston antamaa sosiaalista tukea, vaan merkittävältä osaltaan suunnitelmallista, annosteltua, asiantuntijoiden valvomaa toimintaa. Ilpo Vilkkumaan (2010) mielestä on itsestään selvää, että jotakin vertaistuen arkisista piirteistä häviää tai laimenee, mutta vastaavasti vertaistuen saamisen mahdollisuudet lisääntyvät tai ainakin tasavertaistuvat.

Kuntouttavan sosiaalityön tavoitteena on ihmisten elämän kokonaisvaltainen tukeminen, jossa korostuu erityisesti sosiaalinen tukeminen. (Terveys- ja hyvinvoinnin laitos) Sosiaalinen kuntoutus voidaan nähdä yhtenä kuntouttavan sosiaalityön työmuodoista, jossa vertaistuella on sosiaalisen tuen mahdollistajana tärkeä kuntoutumista edistävä rooli. Samankaltaisiin johtopäätöksiin ovat tulleet esimerkiksi Kaskela, Tourunen, Pitkänen & Henriksson (2014), jotka totesivat vuonna 2012 Järvenpään sosiaalisairaalassa tekemiensä haastatteluiden pohjalta, että aktivoitumiseen liittyvät asiat ja vertaistuki olivat yleisimmät kuntoutumista edistävät asiat riippumatta henkilön toimintakyvystä. Tämä kertoo heidän mukaansa siitä, että toimintakyvyltään erilaiset henkilöt vaikuttavat kaipaavan suhteellisen samankaltaista tukea kuntoutusjaksoltaan.

Työttömyyden lisääntyminen on lisännyt viime vuosien aikana sosiaalisen kuntoutuksen tarvetta. Työttömyys koskettaa yhteiskunnan huonossa taloustilanteessa yhä useampia ja keinoja ihmisten hyvinvoinnin säilyttämiseen tai parantamiseen tarvitaan lisää. Muun muassa syrjäytyminen, köyhyys, yksinäisyys, huono-osaisuuden kasautuminen ja mielenterveysongelmat ovat niitä teemoja, jotka ovat olleet viime vuosien aikana päivän polttavia kysymyksiä ja joihin on pyritty etsimään ratkaisuja. Yhteiskunnan tilanne huomioon ottaen sosiaalisesti vahvistavalle työskentelylle on selvä tilaus, kun epävarmuuden ja äkillisten muutosten keskellä pitäisi kyetä säilyttämään toimintakykyisyys ja tunne oman elämän hallinnasta, sen merkityksellisyydestä ja ohjaamisesta.

Sosiaalisessa vahvistamisessa painottuvat hyvinvoinnin, yhteisöjen kuulumisen ja yksilöiden arjen hallinnan kysymykset sekä yksilöiden ja yhteisöjen sosiaalisen tukemiseen, osallistamiseen ja toimintakyvyn kehittämiseen liittyvät praktiset taidot, joita tarvitaan ehkäisevän työn moninaisilla työkentillä. (Lundbom & Herranen 2011.) Sosiaalisessa vahvistamisessa on kyse kokonaisvaltaisesta elämänhallinnan tukemisesta. Sen tavoitteena on sosiaalinen vahvistuminen, joka on kokemuksena subjektiivinen ja voimaannuttava, sekä parempi elämä, johon sekä vapaaehtoiset että ammatilliset voimat pyrkivät monin eri tavoin. (Mehtonen 2011.)

Mikkonen (2011) on väitöskirjaansa, *öSairastuneen vertaistukiö*, pohjautuvassa artikkelissaan käsitellyt vertaistuen mahdollisuuksia osana sosiaalista vahvistamista. Hän on todennut vertaistuen mahdollistavan muun muassa kuulluksi tulemisen, omiin asioihin vaikuttamisen, sosiaalisuuden lisääntymisen, tunteiden käsittelyn kokemustiedon avulla ja omien kokemusten peilaamisen toisten kokemuksiin. Tämän tutkielman tulokset tukevat Mikkosen havaintoja ja vertaistuella voidaankin todeta olevan tärkeä asema sosiaalisesta vahvistavassa työssä.

Sosiaalityön yhtenä keskeisenä tehtävänä on elämänhallinnan vahvistaminen (esim. Juhila 2006, 63). Elämänhallinnalla viitataan siihen, että elämisen kannalta välttämättömät asiat ovat järjestyksessä ja että ihmiset kokevat elämänsä olevan omassa otteessaan (Juhila 2006, 61). Tutkielmani mukaan vertaistuella on elämänhallintaa vahvistava vaikutus ja se herätteleekin pohtimaan, tulisiko sosiaalityön painopistettä siirtää yksilötyöstä enemmän ryhmämuotoiseen työskentelyyn? Ryhmämuotoinen työskentely ei toki sovi kaikille, mutta mahdollisuuksia tämänkaltaiseen osallisuuteen voisi olla tarpeellista luoda lisää. Tutkielmani haastateltavista moni kuvaili omaa sosiaalista piiriään pieneksi ja työelämän ulkopuolella oleminen oli tehnyt osallisuuden mahdollisuudet vähäisiksi. Osallisuuden on todettu olevan keskeinen hyvinvointia ja terveyttä tuottava tekijä (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos). Osallisuuden kautta syntyvää yhteenkuuluvuuden tunnetta tarvitaan etenkin silloin, kun omassa elämäntilanteessa on jokin haastava tilanne ja ihmisellä on tunne siitä, että hän ongelmiensa kanssa yksin.

Ihmisen hyvinvointia horjuttavissa elämäntilanteissa ja kriiseissä ihminen tarvitsee aitoa kohtaamista, välittämistä, ymmärrystä ja huolenpitoa. Sosiaalityöntekijän tehtävänä on kuunnella asiakasta ja arvioida yhdessä hänen kanssaan millaista apua hän tarvitsee. Sosiaalityöntekijä tai kukaan muukaan viranomainen ei kuitenkaan kykene tarjoamaan sellaista ymmärrystä, mitä samanlaisia asioita kokeneilta vertaisilta on mahdollista saada. Vertaistuen voima on osoitettu monen alan tutkimuksissa, mutta kunnallisessa sosiaalityössä, yhtenä sosiaalityön työmuotona sitä on hyödynnetty varsin vähän.

Usein kuulee aikuissosiaalityöntekijöiden päivittelevän sitä, miksi asiakas ei tullut vastaanotolle silloin, kun asialle olisi vielä voinut tehdä jotain. Tärkeä kysymys onkin, miten ongelmia voitaisiin ennalta ehkäistä ja puuttua kriisiytyneisiin tilanteisiin tarpeeksi nopeasti. Vertaistuki mahdollistaa toisten kokemuksista ja etenkin virheistä oppimisen. Näenkin tutkielmani pohjalta vertaistuella olevan mahdollisuuksia toimia erityisesti ennaltaehkäisevänä työmuotona.

Tutkielmani tarkasteli asiakkaiden antamia merkityksiä vertaistuelle. Sosiaalityön tutkimuksessa on tärkeää tuoda kuuluville asiakkaiden ääntä ja vahvistaa näin heikossa asemassa olevien vaikutusvaltaa palveluiden suunnittelussa ja kehittämisessä. Asiakaslähtöisyys onkin yksi sosiaalityön ajankohtaisista teemoista. Raunio (2009) toteaa asiakaslähtöisyyden olevan keino, jolla eettisesti korkeatasoista sosiaalityötä toteutetaan. Asiakaslähtöisyyteen liittyy oleellisesti voimavarakeskeisyyden periaate ja asiakkaan toimintavoiman voiman kasvulle tulisikin luoda mahdollisuuksia (Rostila 2001, 40).

Vertaistuellalla todettiin olevan monia hyvinvointia vahvistavia vaikutuksia ryhmän aikana ja jatkossa olisikin kiinnostavaa tutkia, säilyvätkö nämä vaikutukset ryhmätoiminnan päättyessä vai putoavatko asiakkaat lopulta samaan tilanteeseen kuin ennen ryhmää. Yksi mielenkiintoinen tutkimusaihe jatkossa olisi myös se, missä vaiheessa kuntoutumisprosessia vertaistuesta on eniten hyötyä.

Sosiaalisen kuntoutuksen sosiaalityöntekijänä olen yllätynyt siitä, miten suuri motivaatio suurimmalla osalla asiakkaistamme on työllistymisen tai elämänhallinnan parantamisessa. Julkisuudessa pitkäaikaistyöttömille lyödään helposti leima passiivisina työttömyysturvan väärinkäyttäjinä. Toki heitäkin löytyy, mutta todella moni asiakkaistani on todennut, että tekisi mitä vain kunhan vaan olisi jotain mitä tekisi. Jos mitään hyödyllistä tekemistä ei ole tarjolla ja omat sosiaaliset ympyrät ovat pienet, ei ole ihme jos ihminen vuosia jatkuneen työttömyyden myötä lannistuu ja kokee olevansa syrjäytynyt. Vertaistuelle on luotava puitteet ja annettava lisää mahdollisuuksia vuorovaikutuksessa sosiaalityön ammattilaisten kanssa. Jotta ihmisen hyvinvointi ei horjuisi muutostilanteissa, on tärkeää antaa tukea ja osallistumisen väyliä silloin, kun ihminen sitä eniten tarvitsee.

LÄHTEET

Antila, Outi, Parpo, Antti, Keso, Ilari, Meretniemi, Milla, Pöyhönen, Eveliina, Tiainen, Milja & Saikku, Peppi (2015) Osallistava sosiaaliturva. Työryhmän loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriö.

http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=12777119&name=DLFE-33902.pdf

Viitattu 10.4.2015

Anttila, Pirkko (1998) Tutkimisen taito ja tiedonhankinta. Metodix.

http://www.metodix.com/fi/sisallys/01_menetelmat/01_tutkimusprosessi/02_tutkimisen_taito_ja_tiedon_hankinta/10_tutkimuksen_luotettavuus/10_2_2laadullisen_tutkimuksen_validiteetti

Viitattu 13.3.2015

Banister, Peter & Burman Erica & Parker Ian & Taylor Maye & Tindall Carol (1994) Qualitative methods in psychology. A research guide. Buckingham: Open university press.

Bonoli, Giuliano, Vic, George & Taylor-Gooby, Peter 2000: European Welfare Futures. Towards a Theory of Retrenchment. Cambridge: Polity Press

Drøpping, Jon Anders, Hvinden, Bjørn & Vik, Kristen (1999). Activation Policies in the Nordic countries. Teoksessa: Mikko, Kautto, Matti, Heikkilä, Bjørn Hvinden, Staffan, Marklund & Niels Plous (toim.), Nordic Social Policy. Changing Welfare States. London: Routledge, 1336-158.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha (1998) Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino

Fawcett, L. M. & Garton, A. (2005) The effect of peer collaboration on children's problem-solving ability. British Journal of Educational Psychology, 75, 157-169.

<http://www.readcube.com/articles/10.1348%2F000709904X23411> Viitattu 10.3.2015

Finn, Jerry & Banach, Mary (2000) Victimization Online: The Down Side of Seeking Human Services for Women on the Internet. Cyber-Psychology & Behavior 3 (2), 243-254.

Haimi, Tea ja Kahilainen, Jaana (2012) Sosiaalisen kuntoutuksen käsitteen historiaa Suomessa.

Hakkarainen, Kai & Lonka, Kirsti & Lipponen Lasse (2004) Tutkiva oppiminen - Järki, tunteet ja kulttuuri oppimisen sytyttäjinä, s. 391. Porvoo: WS Bookwell,

Harkko, Jaakko, Ala-Kauhaluoma, Tuula & Lehikoinen, Mika (2012) Vaikeasti työllistyvät helsinkiläiset. Rekisteritutkimus kunnan osarahoittamaa työmarkkinatukea saaneista helsinkiläisistä työttömistä. Helsinki: Tietokeskus.

http://www.hel.fi/hel2/tietokeskus/julkaisut/pdf/13_02_14_Tutkimuksia_4_12_Harkko.pdf

Viitattu 12.4.2015

Helander, Voitto & Laaksonen, Harri (1999). Suomalainen kolmas sektori. Rakenteellinen esittely ja kansainvälinen vertailu. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto.

Hellsten, Katri (1992). Muuttuva yhteiskunta ja sosiaalipolitiikan keskeiset arvot ja päämäärät. Teoksessa Riihinen, Olavi (toim.) Sosiaalipolitiikka 2017. Näkökulmia suomalaisen yhteiskunnan kehitykseen ja tulevaisuuteen. Porvoo: WSOY

Helne, Tuula (2002) Syrjäytymisen yhteiskunta. Helsinki: Stakes

Helne, Tuula & Karisto, Antti (1992) Syrjäytymisen ongelma. Teoksessa: Olavi, Riihinen (toim.) Sosiaalipolitiikka 2017. Porvoo: WSOY, 5176531

Heponiemi, Tarja, Wahlström, Mikael, Elovainio, Marko, Sinervo, Timo, Aalto, Anna-Mari & Keskimäki, Ilmo (2008) Katsaus työttömyyden ja terveyden välisiin yhteyksiin. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja 14/2008.

Hietalahti, Liisa (1976). Ryhmätyö r.y vuosina 1958-1972 : tutkielma ryhmätyötä maassamme kehittämään ja levittämään perustetun yhdistyksen kehityksestä sen 15:n ensimmäisen vuoden aikana. Tampere: Tampereen yliopisto.

Hirsjärvi, Sirkka & Huttunen, Jouko (1995) Johdatus kasvatustieteeseen. Porvoo; Helsinki; Juva: WSOY

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko ja Sajavaara, Paula (2004) Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi
Hokkanen Liisa (2003) Vapaaehtoinen ja vertainen auttaminen. Teoksessa: Merja, Laitinen & Anneli, Pohjola, (toim.) Sosiaalisen vaihtuvat vastuut. PS-kustannus, Helsinki, 267

House, J. S. & Kahn, R. L. (1985). Measures and concepts of social support. In S. Cohen & S. L. Syme (Eds.), Social support and health. New York: Academic Press, 836108

Hyväri, Susanna (2005) Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa: Nylund, Marianne & Yeung, Marianne. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 2146235

Ilmonen, Kari & Pöyhönen, Eveliina (2014) Sosiaalihuollon työelämäosallisuutta tukevan lainsäädännön ja palvelujärjestelmän uudistamistarpeita arvioivan työryhmän loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2014:32
http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=9882185&name=DLFE-32003.pdf

Jantunen, Eila (2010) Vertaistuki masentuneen osallisuuden vahvistajana. Teoksessa: Terhi, Laine, Susanna, Hyväri & Päivi, Vuokila-Oikkonen. Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi

Jauhainen Riitta & Eskola, Marjatta (1994). Ryhmäilmiö. Porvoo: WSOY.

Jouttimäki, Päivi, Kangas, Saija & Saurama, Erja (toim.)(2001) Uudistuva ja voimaannuttava aikuissosiaalityö. Socca ó Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus.
http://www.socca.fi/files/1676/Uudistuva_ja_voimaannuttava_aikuissosiaalityo_-_Visio_vahvasta_aikuissosiaalityosta_-_hankkeen_loppuraportti.pdf Viitattu 10.2.2015

Juhila, Kirsi (2006) Sosiaalityöntekijöinä ja asiakkaina: Sosiaalityön yhteiskunnalliset tehtävät ja paikat. Tampere: Vastapaino

Julkunen, Raija 2006: Kuka vastaa? Hyvinvointivaltion rajat ja julkinen vastuu. Helsinki: STAKES

Jyrkämä, Oili (2010) Vertaistukiryhmä käyntiin! Teoksessa: Teoksessa Tanja, Laatikainen (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA.
http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf Viitattu 22.3.2015

Järvikoski, Aila & Härkäpää, Kristiina (2011) Kuntoutuksen perusteet: näkökulmia kuntoutukseen ja kuntoutustieteeseen. Helsinki: WSOY pro

Kananoja, Aulikki (2012) Sosiaalinen kuntoutus ja sosiaalihuollon uudistuksen suunta. Teoksessa: Kuntoutus 2012. Sosiaalisen kuntoutuksen teemanumero. Kuntoutussäätiö.
<http://www.kuntoutussaatio.fi/files/1341/4-12-valmis.pdf> Viitattu 30.3.2015

Karjalainen, Vappu & Lahti, Tuukka (2005) Pitkäaikaistyöttömyyttä tunnustava tieto. Teoksessa: Sakari, Hänninen, Jouko, Karjalainen & Tuukka Lahti (toim.) Toinen tieto. Kirjoituksia huono-osaisuuden tunnistamisesta. Saarijärvi: Stakes, 2716291

Kaskela, Teemu, Henriksson, Misha, Tourunen, Jouni & Pitkänen, Tuuli (2014) Toiminta ja vertaistuki tärkeitä kuntoutuksessa. A-klinikkasäätiö
http://www.a-klinikka.fi/tiedostot/tutkittua/Tiimi_214.pdf. Viitattu 10.3.2015

Karppinen, Krister & Savioja, Hannele (2007) Koulu ja syrjäytymisen riskitekijät. Teoksessa Saija, Alatupa (toim.) Krister, Karppinen, Liisa, Keltikangas-Järvinen, & Hannele, Savioja. Koulu, syrjäytyminen ja sosiaalinen pääomaölöytykö huono-osaisuuden syy koulusta vai oppilaasta. Raportteja 75, Helsinki: Sitra, 117. www.sitra.fi/julkaisut/raportti75.pdf Viitattu 8.4.2014

Kauppinen, Timo M. & Saikku, Peppi & Kokko, Riitta-Liisa (2010) Työttömyys ja huono-osaisuuden kasautuminen. Teoksessa: Marja, Vaarama, Pasi, Moisio & Sakari, Karvonen (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2010. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2346251.

Keskitalo, Elsa & Karjalainen, Vappu (2013) Mitä on aktivointi ja aktiivipolitiikka? Teoksessa: Karjalainen, Vappu & Keskitalo, Elsa (toim.) Kaikki työuralle! Työttömien aktivointipolitiikkaa Suomessa. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos, 7617.
http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104433/URN_ISBN_978-952-245-888-9.pdf?sequence=1 Viitattu 8.4.2014

Kesä, Mikko, Kinnunen, Riitta, Ala-kauhaluoma, Mika, Laiho, Anna, Müller, Jan-Erik & Joutsen, Minna (2013) Sosiaalisen kuntoutuksen selvitystyö. Loppuraportti 10.9.2013, 2 (278)

Kotiranta, Tuija (2008). Aktivoinnin paradoksit. Jyväskylän yliopisto,

Kuntoutusselonteko (2002): Valtioneuvoston selonteko eduskunnalle

<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/114250/kselte02.pdf?sequence=1> Viitattu 6.4.2014

Kuula, Arja (2006) Yksityisyyden suoja tutkimuksessa. Teoksessa Jaana Hallamaa, Veikko Launis, Saira Lötjönen & Irma Sorvali. Etiikkaa ihmistieteille. Helsinki: SKS, 1246140

Kuuskoski, E. 2003. Vertaistoiminta osana ihmisyyttä. Teoksessa: J. Niemelä & V. Dufva. (toim.) Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. Juva: PS-kustannus.

Kyngäs, H. & Vanhanen, L. 1999. Sisällönanalyysi. Hoitotiede 11 (1), 469

Kylmä, Jari, Pietilä, Anna-Maija & Vehviläinen-Julkunen, Katri (2002) Terveystieteiden edistämisen lähtökohdat. Teoksessa: Anna-Maija Pietilä, Tuovi Hakulinen, Eila Hirvonen, Päivi Koponen Eeva-Maija Salminen & Kirsi Sirola (toim.) Terveystieteiden edistäminen. Uudistuvat työmenetelmät. Helsinki: WSOY, 62676.

Lahti, Jari & Anneli, Pienimäki (2004) Päihdekuntoutus rakentuu sosiaaliselle perustalle. Teoksessa Vappu, Karjalainen & Ilpo Vilkkumaa (toim.). Kuntoutus kanssamme. Ihmisen toimijuuden tukeminen. Helsinki: Stakes, 1376151

https://julkari.fi/bitstream/handle/10024/102986/URN_ISBN_978-952-245-782-0.pdf?sequence=1 Viitattu 2.12.2014

Laimio, Anne & Karnell, Sonja (2010). Vertaistoiminta ó kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Tanja, Laatikainen (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA. http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf Viitattu 3.3.2015

Lehtonen, Heikki & Aho, Simo (2000). Hyvinvointivaltion leikkausten uudelleen arviointia. Muuttivatko leikkaukset suomalaista hyvinvointivaltiota? Janus 8 (2), 976113

Lundbom, Pia ja Herranen, Jatta (2011) Sosiaalisen vahvistamisen ajankohtaisuus. Teoksessa: Pia Lundbom ja Jatta Herranen (toim.) Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu ó HUMAK
<http://www.humak.fi/wp-content/uploads/2014/12/humak-sos-vahvistaminen-verkko.pdf> Viitattu 5.4.2015

Mehtonen, Tuija (2011) Sosiaalisen vahvistamisen osaaminen. Teoksessa: Pia Lundbom & Jatta Herranen (toim.) Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu ó HUMAK
<http://www.humak.fi/wp-content/uploads/2014/12/humak-sos-vahvistaminen-verkko.pdf> Viitattu 5.4.2015

Metteri, Anna ja Haukka-Wacklin, Tuula (2004). Sosiaalinen tuki kuntoutuksen ytimessä. Teoksessa Karjalainen, Vappu ja Vilkkumaa, Ilpo (toim.). Kuntoutus kanssamme. Ihmisen toimijuuden tukeminen. Helsinki: Stakes

Mikkonen, Irja (2011) Vertaistuki osana sosiaalista vahvistamista. Teoksessa: Lundbom, Pia ja Herranen, Jatta (toim.). Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Humanistinen ammattikorkeakoulu ó HUMAK
<http://www.humak.fi/wp-content/uploads/2014/12/humak-sos-vahvistaminen-verkko.pdf> Viitattu 11.4.2015

Munnukka, Terttu, Kiikkala, Irma, & Valkama, Katri (2005) Vertaiset verkossa. Teoksessa: Marianne Nylund & Anne Birgitta Yeung (toim.) Vapaaehtoistoiminta: Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Vastapaino

Niemelä, Jorma (2003) Järjestöt ajan hengen uudistajana. Teoksessa Jorma Niemelä & Virpi Dufa (toim.) Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat. Sosiaali- ja terveysjärjestöt uudella vuosituuhannella. Juva: Ps-Kustannus, 1086128

Niiranen, Vuokko (2002) Asiakkaan osallistuminen tukee kansalaisuutta sosiaalityössäkin. Teoksessa Kirsi Juhila, Hannele Forsberg & Irene Roivainen (toim.) Marginaalit ja sosiaalityö. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, 63680.

- Nikander, Pirjo (2010) Laadullisten aineistojen litterointi, kääntäminen ja validiteetti. Teoksessa: Johanna, Ruusu vuori, Pirjo, Nikander & Matti, Hyvärinen (toim.) Haastattelun analyysi. Tampere, Vastapaino 2010. 4296442.
- Nylund, Marianne (1996) Suomalaisia oma-apuryhmiä. Teoksessa: Aila-Leena Matthies, Ulla Kotakari & Marianne Nylund (toim.) Vastapaino. Jyväskylä. 1936 205
- Nylund, Marianne (1999) Oma-apuryhmät välittäjinä arjessa. Teoksessa: Liisa Hokkanen, Petri Kinnunen & Martti Siisiäinen (toim.) Haastava kolmas sektori. Jyväskylä: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto.
- Nylund, Marianne (2005) Vertaisryhmät kokemuksen ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa: Marianne, Nylund. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 1956213
- Ogden, L. (2000) Collaborative tasks, collaborative children: An analysis of reciprocity during peer interaction at Key Stage 1. British Educational Research Journal 26 (2), 2116226
- Ollikainen, Heikki (2004) Turmiolan Tommi internetissä. Tampereen yliopiston verkkosivut. <http://tutkielmat.uta.fi/pdf/lisuri00021.pdf>. Tampereen yliopisto
- Palojärvi, Helena (2009) Vertaistuki voimaantumisen välineenä sosiaalityössä. Miten NOVAT-ryhmä auttaa ja tukee, kun naisella on paha olo? Helsinki: Helsingin yliopisto <http://www.sosnet.fi/loader.aspx?id=2e2fa159-6aa2-43a1-94bc-a83464eac4ea> Viitattu 2.2.2014
- Patton, Michael, Quinn (1990) Qualitative Evaluation and Research Methods. Newbury Park. Sage Publications. USA: International Educational and Professional Publisher
- Paunonen, Marita & Vehviläinen-Julkunen, Katri (1997) Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Helsinki: WSOY
- Pierson, Paul (ed.) The New Politics of the Welfare State. Oxford: Oxford University Press

Puumalainen, Jouni (2008) Kuntoutuksen historiaa. Teoksessa Paavo, Rissanen, Tapani, Kallaranta & Asko, Suikkanen (toim.). Kuntoutus. Helsinki: Duodecim

Raunio, Kyösti (2009) Olennainen sosiaalityössä. Helsinki: Gaudeamus

Raunio, Kyösti (2006) Syrjäytyminen: sosiaalityötä kiinnostavia näkökulmia. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto

Rissanen, Reino (1969) Sosiaalisen ryhmätyön menetelmä. Porvoo: WSOY

Rostila, Ilmari (2001) Tavoitelähtöinen sosiaalityö. Voimavarakeskeisen ongelmanratkaisun perusteet. [Goal-Oriented Social Work. Principles for Empowering Problem-Solving]. Jyväskylä: Sophi, Jyväskylän yliopisto.

Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna. (2006) KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkojulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/> Viitattu 29.04.2014

Saari, Juha (2010) Yksinäisten yhteiskunta. Helsinki : WSOYpro, 2010

Sage, Daniel (2013) Activation, health and well-being: neglected dimensions? International Journal of Sociology and Social Policy, vol. 33, no. 1/2, 4620.

<http://www.emeraldinsight.com/doi/abs/10.1108/01443331311295145> Viitattu 22.3.2015

Savukoski, Marjo & Kauramäki, Pirjo (2004) Nuoren sosiaalinen tukeminen omalle ammatilliselle uralle. Teoksessa Vappu, Karjalainen & Ilpo Vilkkumaa (toim.). Kuntoutus kanssamme. Ihmisen toimijuuden tukeminen. Helsinki: Stakes, 1236135 http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104433/URN_ISBN_978-952-245-888-9.pdf?sequence=1 Viitattu 8.4.2014

Siitonen, Juha (1999) Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulu: Oulun yliopisto

Sillanaukee, Päivi (2012) Sosiaalihuollon lainsäädännön uudistaminen. Sosiaalihuollon lainsäädännön uudistamistyöryhmän loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2012:21

Silverman, David (2010) Doing qualitative research; practical handbook. London: Sage Publications

Sipilä, Jorma (1985). Sosiaalipolitiikan tulevaisuus. Helsinki: Tammi

Snyder, M. 2006. Approaching hope. <http://www.sgiquarterly.org/feature2006Jan-2.html>
(Viitattu 20.2.15)

Sosiaalihuoltolaki 13001/2014

Sosiaali- ja terveysministeriö. Sosiaali- ja terveystalvet. Kuntoutus.
http://www.stm.fi/sosiaali_ja_terveystalvet/kuntoutus Viitattu 3.3.2015

Sosnet. Yliopistoverkosto. Yhteisösosiaalityö.
<http://www.sosnet.fi/Suomeksi/Koulutus/Erikoistumiskoulutus/Erikoisalut/Yhteisösosiaalityo>
Viitattu 12.12.2015

Sulkunen, Pekka (1990) Ryhmähaastattelujen analyysi. Teoksessa Klaus Mäkelä (toim.)
Kvalitatiivisen aineiston analyysi ja tulkinta. Helsinki: Gaudeamus, 2646285.

Syrjälä, Leena & Numminen, Merja (1988) Tapaustutkimus kasvatustieteessä = Case study in research on education. Oulu: Oulun yliopisto

Särkelä-Kukko, Mona (2014) Osallisuuden eriarvoisuus ja eriarvoistuminen Teoksessa: Arja, Jämsén, & Anne, Pyykkönen (toim.)(2014) Osallisuuden jäljillä. Saarijärvi:Pohjois-Karjala Sosiaaliturvayhdistys ry.

Taskinen, Sirpa (toim.)(2007) öHuono ennusteö: mitä on lasten ja nuorten syrjäytyminen?
Aiheitaómonistesarja 10/2001 Stakes. 4615

Taylor-Gooby, Peter (2008): The New Welfare State Settlement in Europe. *European Societies* 10(1) 2008:3624

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2014). Hyvinvointi ja terveyserojen kaventaminen. <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus> Viitattu 27.1.2014.

Tuomela, Raimo & Mäkelä, Pekka (2011) Sosiaalinen toiminta. Teoksessa: Kotiranta T., Niemi, P., & Haaki, R. (toim.) Sosiaalisen toiminnan perusta. Gaudeamus, Helsinki. 87112.

Tuomi & Sarajärvi (2002). Sisällönanalyysi. Luku 7.3.2 kokonaisuudesta Saaranen-Kauppinen, Anita ja Puusniekka, Anna. (2006) KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkojulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>. Viitattu 19.11.2014

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2009) Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 6. uudistettu painos. Helsinki: Tammi

Tuusa, Matti (2015) Sosiaalinen kuntoutus nuorten osallisuuden vahvistajana. Selvitys nuorten sosiaalisesta kuntoutuksesta. Kuntoutussäätiö. http://www.google.fi/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CB8QFjAA&url=http%3A%2F%2Fsote.kainuu.fi%2Fshowattachment.asp%3FID%3D4695%26valikko_id%3D2395&ei=dd4iVdP5NYH2sAG9-4O4BA&usq=AFQjCNFMiY5Cb8D2_HFXFOo86-uninpW6A&sig2= J3O9GaDIQ8H1Mk1793QxA&bvm=bv.89947451,d.bGg Viitattu 6.4.2015.

Työ- ja elinkeinoministeriö, työnvälitystilasto. Tilastokeskus. <http://findikaattori.fi/fi/37> Viitattu 3.3.2015

Töttö, Pertti (2004) Syvällistä ja pinnallista: teoria, empiria ja kausaalisuus sosiaalitutkimuksessa. Tampere: Vastapaino

Vahtivaara, Julia-Maarie (2010) Kokemustieto ó vertaistuesta vaikuttamiseen. Teoksessa: Tanja, Laatikainen (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA. http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf

Valtonen, Anu (2005) Ryhmäkeskustelut ó millainen metodi? Teoksessa Johanna, Ruusuvuori & Liisa, Tiittula. Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino

Versova. Vertaistytön ja vapaaehtoistytön kumppanuushanke (2011)

<http://www.kssotu.fi/versova/pages/vertaisryhmae-toiminta.php> Viitattu 12.12.2015

Vilkkumaa, Ilpo (2004) Kolme tapaa nähdä sosiaalinen kuntoutuksessa. Teoksessa: Karjalainen, Vappu & Vilkkumaa, Ilpo (2004). Kuntoutus kanssamme: ihmisen toimijuuden tukeminen. Helsinki: Stakes

Vilkkumaa, Ilpo (2010) Vertaistuki kuntoutuksen väline ja areena. Kuntoutusportti. http://www.kuntoutusportti.fi/portal/fi/ajankohtaista/tatakin_voisi_tutkia/?bid=325 Viitattu 1.3.2015

Virokannas, Elina (2010) Sosiaalitytön tutkimuksen eettinen ennakoarviointi. Helsinki: Helsingin yliopisto. http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Diat_Elina_Virokannas.pdf

Virsta virtual statistics. Ryhmähaastattelu. <https://www.stat.fi/virsta/tkeruu/04/05/> Viitattu 30.2.2015

Välimaa, Outi (2010) Kategoriat ongelma selontekoina. Pitkaikaistytttmyydest neuvotteleminen ja sen rakentuminen haastattelupuheessa. Tampere: Akateeminen vitoskirja. Tampereen yliopisto.

Varal, Reijo (2000) Tarvitseeko Suomi syrjäytymisen vastaista ohjelmaa. Teoksessa: Matti, Heikkilä & Jouko, Karjalainen (toim.) Köyhyys ja hyvinvointivaltion murros. Helsinki: Gaudeamus, 74685

Yhteiskuntatieteellisen tutkimuksen tietosuojat: Tieteen keskustoimikunnan asettaman jaoston raportti (1987) Helsinki: Suomen akatemia

LIITTEET

Liite 1.

TUTKIMUKSEN SAATEKIRJE

Hyvä ryhmäkuntoutuksen asiakas,

Opiskelen Tampereen yliopistossa yhteiskuntatieteiden maisterin tutkintoa, pääaineenani sosiaalityö. Olen tekemässä tutkintooni kuuluvaa pro gradu -tutkimusta aiheesta ryhmämuotoinen sosiaalinen kuntoutus. Olen kiinnostunut tutkimaan osallistujien kokemuksia ryhmän mahdollistamasta tuesta, ja etsinkin nyt vapaaehtoisia mukaan tutkimushaastatteluun. Tutkimuksen tarkoituksena on parantaa asiakastytyväisyyttä.

Haastattelu kestää pisimmillään enintään tunnin ja se tehdään kolmen tai neljän henkilön ryhmissä keskustellen. Haastattelu voidaan järjestää ryhmäkuntoutuksen loppuvaiheessa esimerkiksi viikottaisen ryhmäkuntoutustapaamisenne jälkeen tai mahdollisesti myös sen aikana. Tavoitteenani on saada haastattelut tehtyä kevään tai alkukesän 2014 aikana.

Haastattelussa antamasi tiedot käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti, eikä henkilöllisyytesi tule esille missään vaiheessa. Haastattelu nauhoitetaan ja tämän jälkeen muutetaan tekstitiedostoksi. Äänitallenne hävitetään, kun tekstitiedosto on saatu valmiiksi.

Haastattelun tekee tutkija, opiskelija Tiina Tuiskunen. Sosiaaliaseman henkilökunta ei osallistu haastattelujen käsittelyyn. Mikäli sinulla on jotain kysyttävää, vastaan mielelläni.

Tampereella huhtikuun 10. päivänä 2014

Tiina Tuiskunen

puh.0405439588

tiina.tuiskunen@uta.fi

Liite2.

RYHMÄHAASTATTELUN RUNKO

Ryhmään osallistuminen

- Mikä sai sinut lähtemään mukaan ryhmään? Mitä ajattelit ryhmämuotoisesta kuntoutuksesta?
- Millaisia odotuksia sinulla oli ryhmän suhteen?
- Oliko ryhmään osallistuminen sinulle helppoa?

Ryhmän toimivuus

- Kuvaile ryhmän hyviä ja huonoja puolia?
- Miten koit muut ryhmäläiset? Tunsitko kuuluvasi joukkoon?

Ryhmän tuki

- Koetko saaneesi muilta ryhmäläisiltä sellaista tukea, jota et olisi saanut muualta?
- Millaista tukea sait ja miten se on näkynyt elämässäsi? Onko ryhmältä saatu tuki muuttanut tilannettasi jotenkin?
- Vastasiko ryhmän toiminta omia tavoitteitasi?
- Millainen merkitys ryhmän ohjaajalla oli ryhmälle?