

*KOKEMUKSET VERTAISOHJAAJUUDESTA  
PÄIHDEKUNTOUTUSLAITOKSESSA  
Vertaisohjaaja vertaisen, toipujan ja työntekijän rooleissa*

Tiina Ranta  
Pro gradu -tutkielma  
Turun yliopisto  
Sosiaalitieteiden  
laitos  
Sosiaalityö  
Heinäkuu 2018

TURUN YLIOPISTO  
Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta  
Sosiaalitieteiden laitos

Ranta, Tiina: Kokemukset vertaisohjaajuudesta päihdekuntoutuslaitoksessa.  
Vertaisohjaaja vertaisen, toipujan ja työntekijän rooleissa

Pro gradu -tutkielma, 80 s., 5 liites.  
Sosiaalityö  
Heinäkuu 2018  
Ohjaaja: Leo Nyqvist

---

Tämän tutkielman tarkoituksena on selvittää, mitä merkityksiä vertaisohjaajat, ammattilaiset ja päihdekuntoutujat antavat vertaisohjaajuudelle päihdekuntoutuslaitoksessa. Tutkielmassa kartoitetaan vertaisohjaajien asemaa, ammattilaisten ja vertaisohjaajien toiminnan ja toimenkuvien eroja sekä vertaisohjaajatoimintaan liittyviä haasteita, vahvuuksia ja mahdollisuuksia. Aineisto on kerätty haastattelemalla Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen vertaisohjaajia, ammattilaisia ja päihdekuntoutujia. Aineisto koostuu viiden kuntoutujan yksilöhaastatteluista sekä vertaisohjaajien ja ammattilaisten fokusryhmähaastatteluista. Haastatteluja ohjasi teemahaastattelurunko ja haastatteluaineisto on analysoitu sisällönanalyysin avulla.

Tutkielmassani nousi esille kolme selvää roolia, joista vertaisohjaajuus muodostuu. Vertaisohjaajan rooleja ovat vertainen, toipuja ja työntekijä ja tutkimuskysymyksiin vastataan näiden roolien kautta. Toimiessaan vertaisen roolissa vertaisohjaaja on esimerkki, tulkki ja läheinen. Toipujan roolissa vertaisohjaaja on päihdetoipuja ja työhönkuntoutuja ja työntekijän roolissa työyhteisön jäsen ja vastuun jakaja. Vertaisohjaajien ja ammattilaisten yhteistyö Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksesta on hyvä esimerkki jaetusta asiantuntijuudesta ja yhteiskehittämisestä. Vertaisohjaajat työskentelevät moniammatillisissa tiimeissä yhteistyössä ammattilaisten kanssa. He toimivat esimerkkeinä toipumisesta sekä päihdekuntoutujille että ammattilaisille. Vertaisohjaajien oma hoito tapahtuu muualla, mutta työ tukee toipumista ja tarjoaa mahdollisuuden tutustua työelämään ja sosiaali- ja terveysalan työhön.

Vertaisohjaajien työn tukirakenteet ovat pääsääntöisesti kunnossa, lukuun ottamatta perehdytystä, jonka taso vaihtelee. Vertaisohjaajien ja ammattilaisten toimenkuvien keskeisimpiä eroja ovat se, että ammattilaiset vastaavat kokonaisuudesta, virastoasioista, asiakastekstien kirjaamisesta ja yhteistyöstä avoimuuden kanssa, kun taas vertaisohjaajat toimivat vertaistukena, ohjaavat ryhmiä ja ottavat vastaan uusia kuntoutujia. Vertaisohjaajat pystyvät olemaan enemmän läsnä, antamaan kuntoutujille aikaa ja vapaamuotoisempaa tukea.

Tutkielman tulosten perusteella Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa tulisi kiinnittää enemmän huomiota vertaisohjaajien perehdyttämiseen. Vertaisohjaajien koulutusmahdollisuuksia tulisi myös kehittää sekä täydennyskoulutuksen, että vertaisohjaajien jatkokoulutuksen näkökulmista. Kuntoutuskeskuksen asiantuntemusta voisi hyödyntää myös laajemmin vertaisohjaajien kouluttamisessa muihin päihdepalveluyksiköihin. Vertaisohjaajamallia tulisi laajentaa ja kehittää. Vertaisohjaajatoiminnan jalkauttaminen tuetusti ja koordinoitusti Helsingin kaupungin kaikkiin päihdepalveluyksiköihin olisi perusteltua.

Asiasanat: vertaisohjaaja, vertaistuki, toipuminen, kokemusasiantuntija, yhteisöhoito, sisällönanalyysi

## SISÄLLYSLUETTELO

1 JOHDANTO .....	1
2 KESKEISET KÄSITTEET JA AIKAISEMPIA TUTKIMUKSIA.....	3
2.1 Toipuminen .....	3
2.2 Vertaistuki .....	6
2.3 Kokemusasiantuntija .....	9
3 TERVALAMMEN KARTANON KUNTOOUTUSKESKUS .....	13
3.1 Tervalampi-kuntoutus .....	13
3.2 Yhteisökuntoutus .....	16
3.3 Pienyhteisöt .....	17
3.4 Vertaisohjaajat.....	18
4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....	21
4.1 Tutkimustehtävä.....	21
4.2 Aineiston keruu .....	21
4.3 Aineiston analyysi.....	24
4.4 Tutkimuksen eettisyys.....	28
5 TULOKSET .....	30
5.1 Vertaisohjaaja vertaisen roolissa.....	31
5.1.1 Esimerkki .....	31
5.1.2 Tulkki .....	35
5.1.3 Läheinen.....	37
5.2. Vertaisohjaaja toipujan roolissa .....	40
5.2.1 Päihdetoipuja.....	41
5.2.2 Työhönkuntoutuja .....	43
5.3. Vertaisohjaaja työntekijän roolissa .....	45
5.3.1 Työyhteisön jäsen.....	46
5.3.2 Vastuun jakaja.....	53
6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA.....	62
LÄHTEET.....	75

LIITE 1: Toipumisprosessi (Ilmo Häkkinen)

LIITE 2: Kaksitoista askelta (AA)

LIITE 3: Sopimus

LIITE 4: Saatekirje

LIITE 5: Suostumuslomake

## **Kuvio- ja taulukkuuettelo**

Kuvio 1. Vertaisohjaajan roolit.....	30
Taulukko 1. Yläluokat.....	26
Taulukko 2. Yläluokat ja kokoavat käsitteet.....	27

## 1 JOHDANTO

Pro gradu- tutkielmassani kartoitan päihdekuntoutuslaitoksen kuntoutujien, vertaisohjaajien ja ammattihenkilöstön kokemuksia vertaisohjaajuudesta. Tutkimusympäristönä toimii Helsingin kaupungin Sosiaali- ja terveysviraston ylläpitämä Tervalammen kartanon kuntoutuskeskus, jossa päihdekuntoutajat ovat olleet mukana kuntoutuspalvelujen suunnittelussa, arvioinnissa ja kehittämisessä sekä yhteisessä päätöksenteossa jo vuodesta 1997 asti. Tämän on mahdollistanut yhteisökuntoutusmalli, jossa yhteisöllisyys, osallisuus ja vertaistuki ovat perinteisesti merkittävässä roolissa.

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen entiset kuntoutujat ovat myös osallistuneet palvelujen kehittämiseen kokemusasiantuntijoina ja toimineet vertaistukena päihdekuntoutujille esimerkiksi kertomalla omista toipumiskokemuksistaan. Varsinainen vertaisohjaajatoiminta käynnistyi kuntoutuskeskuksessa kesällä 2011, kun ensimmäinen vertaisohjaaja aloitti tehtävässään. Toiminnan käynnistäminen oli ajankohtaista paitsi hyvien kokemusten ja päihdehuollon rakennemuutosten, myös kansallisten linjausten näkökulmasta. Kansallisessa mielenterveys- ja päihdesuunnitelmassa 2009 – 2015 asetettiin tavoitteeksi, että kokemusasiantuntijat ja vertaistoimijat otetaan mukaan mielenterveys- ja päihdetyön suunnitteluun, toteuttamiseen ja arviointiin (STM 2009, 14).

Kansallisen sosiaali- ja terveydenhuollon kehittämisohjelman (KASTE 2012 – 2015) tavoitteeksi puolestaan asetettiin hyvinvointi- ja terveyserojen kaventaminen sekä sosiaali- ja terveydenhuollon rakenteiden ja palvelujen järjestäminen asiakaslähtöisesti. Kaste-ohjelman mukaan osallisuudella ja asiakaslähtöisyydellä tarkoitetaan sosiaali- ja terveyspalveluissa sitä, että ihmisiä kuullaan ja heidän vaikutusmahdollisuuksiaan lisätään heitä itseään koskevassa päätöksenteossa sekä palveluissa ja niiden kehittämisessä esimerkiksi asiakasraatien ja kokemusasiantuntijatoiminnan avulla. (STM 2012, 18 – 19.)

Työskentelin Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa tammikuusta 2002 alkaen, ensin asiakastyössä vuoteen 2007 asti ja sen jälkeen kuntoutuskeskuksen Hallintopalveluissa erityissuunnittelijana vuoteen 2016 asti. Työni puolesta olen saanut olla mukana käynnistämässä, kehittämässä ja koordinoimassa uutta toimintamallia, jossa vertaisohjaajien ja ammattilaisten osaaminen yhdistettiin ja päihdetyötä lähdettiin tekemään uudella

tavalla. Kokemus oli arvokas ja ammatillisen kasvuni kannalta merkittävä. Kiinnostukseni tutkia vertaisohjaajamallia kasvoi toiminnan kehittyessä ja laajentuessa. Vuonna 2014, lähes kolme vuotta toiminnan käynnistymisen jälkeen toteutin haastattelut, jotka toimivat tämän tutkielman aineistona.

Tutkielmani tavoitteena on kuvata uutta toimintatapaa, tarkastella vertaisohjaajien toimintaa ja vertaisohjauksen merkitystä Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa sekä selvittää minkälaisia kokemuksia päihdekuntoutujilla, ammattilaisilla ja vertaisohjaajilla itsellään on toiminnasta. Tutkielma vastaa kysymyksiin: millainen on vertaisohjaajien asema päihdekuntoutuslaitoksessa, miten vertaisohjaajien toiminta ja toimenkuva eroaa ammattilaisten vastaavista sekä mitkä ovat vertaisohjaajuuteen liittyviä haasteita, vahvuuksia ja mahdollisuuksia päihdekuntoutuslaitoksessa?

Aikaisempaa tutkimusta vertaisohjaajuudesta ei ole tehty päihdekuntoutuksen kentällä. Aihe on ajankohtainen ja vertaisohjaajatoiminta tulee varmasti leviämään lähivuosina. Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen toiminnasta on tehty vuosien varrella lähinnä ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä, joissa on tarkasteltu esimerkiksi yhteisökuntoutusta, osallisuutta ja isyyttä, pro gradu -tutkielmat korvaushoidosta ja kuntoutusjakson jälkeisen tuen tarpeesta sekä lisensiaatin tutkimus lapsen todellistumisesta huumeperheen kuntoutusprosessissa. Vertaistuen merkitys osana päihdekuntoutusta on noussut esiin myös aikaisemmissa tutkimuksissa.

Tutkielman keskeisiksi käsitteiksi määrittyivät tutkimusprosessin aikana toipuminen, vertaistuki ja kokemusasiatuntija, jotka nousivat esiin haastatteluista. Näitä käsitteitä käsittelemän luvussa kaksi, viitaten samalla aikaisempiin tutkimuksiin ja teoriaan. Kolmannessa luvussa esittelen tutkimusympäristön eli Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen tutkimushaastattelujen tekohetkellä vuonna 2014 ja avaan yhteiskuntoutuksen käsitettä. Luvussa neljä kuvaan tutkimusprosessia ja luvussa viisi esittelen tutkimustulokset vertaisohjaajan eri roolien kautta. Tutkielmani viimeinen luku sisältää yhteenvedon ja pohdinnan.

## 2 KESKEISET KÄSITTEET JA AIKAISEMPIA TUTKIMUKSIA

Seuraavassa esittelen tutkielmassani esiin nousevia keskeisiä käsitteitä aikaisemman kirjallisuuden ja väitöskirjatutkimusten pohjalta. Aloittaessani tutkielman tekemistä arvelin, että ainakin vertaistuki, kokemusasiantuntijuus ja yhteisöhoidon ideologiaan perustuva yhteisökuntoutus tulevat nousemaan esiin tutkimushaastatteluissa. Tehdessäni tutkimussuunnitelmaa etsin tietoa lähinnä yhteisöhoidosta ja vertaistuesta. Kokemusasiantuntijuutta ei ole Suomessa juuri tutkittu. Tutkimusprosessini aikana valmistui kuitenkin Päivi Rissasen väitöskirja, jossa käsitettä on määritelty. Vertaisohjaajuudesta ei ole tehty aikaisempaa tutkimusta, mutta vertaistuesta sen sijaan on saatavilla hyvin tutkimustietoa. Työni edetessä keskeisen käsitteistön muodostivat tutkimusaineiston pohjalta toipuminen, vertaistuki ja kokemusasiantuntija.

### 2.1 Toipuminen

Tarkastelen toipumista tutkielmassani toipumisena päihderiippuvuudesta. Ilmo Häkkisen mukaan ihminen, joka tavoittelee täysraittiutta, toipuu usein ensin päihdeettömyyteen ja vasta sen jälkeen laadulliseen ja omaehtoiseen raittiuteen. Aluksi raittius on tavoite, joka sittemmin muuttuu edellytykseksi ja keinoksi muuttaa pitemmällä olevaa tavoitetta. Häkkinen toteaa päihdekuntoutujien taustojen ja lähtökohtien olevan erilaisia ja korostaa toipumisprosessin henkilökohtaisuutta. Toipumisprosessi (LIITE 1) pitää sisällään erilaisia vaiheita ensimmäisistä huolestumisista ja päihdeidenkäytön rajoittamisen yrityksistä kokonaisvaltaiseen muutokseen ja kasvuun. (Häkkinen 2013, 16 – 17.)

Päihderiippuvuuden ulottuvuuksia ja selitysmalleja en tutkielmassani tarkastele sen tarkemmin. Niitä on esitelty esimerkiksi Jan Holmbergin teoksessa Päihderiippuvuudesta elämänhallintaan, jossa riippuvuuden todetaan olevan fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja henkistä. Päihderiippuvuudelle ei ole tutkimuksissa löydetty yhtä selitysmallia. Päihderiippuvuutta on selitetty monin eri tavoin ja tutkimus on monitieteellistä. Selitysmalleja löytyy esimerkiksi psykologian ja lääketieteen aloilta. (Holmberg 2010, 40 – 44.)

Riippuvuus ja addiktio ovat käsitteitä, joita käytetään usein rinnakkain vaikka riippuvuus ei välttämättä aina ole addiktiivista. Anja Koski-Jännes kuvaa addiktiota pakonomaisena riippuvuutena, joka tuottaa välitöntä tyydytystä, aiheuttaa ihmiselle haittaa ja josta on

vaikea päästä eroon yrityksistä huolimatta. (Koski-Jännes 1998, 24.) Tutkielmassani käytän käsitettä päihderiippuvuus, jolla tässä yhteydessä tarkoitetaan addiktiivista käyttäytymistä eli pakonomaista riippuvuutta.

Transteoreettisen muutosvaihemallin mukaan elämäntapamuutos etenee vaiheittain, prosessiluonteisesti. James Prochaskan ja Carlo DiClementen kehittämän mallin mukaan päihderiippuvaisen muutosprosessi alkaa esiharkintavaiheesta, jolloin päihteiden käyttäjä ei vielä harkitse muutosta tai havaitse käyttäytymismallinsa olevan ongelmallinen. Harkintavaiheessa henkilö käyttää päihteitä, mutta huolen aiheita ja syitä muutokseen on havaittavissa ja hän harkitsee päihteiden käytön vähentämistä tai lopettamista. Valmistautumisvaiheessa päihteiden käyttäjä tekee suunnitelmia, kokee päihteiden käytön haitat etuja suuremmiksi ja on saattanut jo yrittää vähentämistä tai lopettamista. Toimintavaihe on aktiivisen muutoksen aikaa ja ylläpitovaiheessa muutosta pyritään ylläpitämään ja ongelmallisen käyttäytymisen uusiutumista ehkäisemään. (DiClemente & Velasquez 2002, 201 – 216; Miller 2008, 28 – 33.)

George De Leon puolestaan jakaa riippuvuudesta toipumisen vielä useampaan vaiheeseen kuin muutosvaihemalli, joskin samansuuntaisesti. De Leonin kymmenen vaihetta ovat kieltäminen, epäröinti, ulkoinen motivaatio, sisäinen motivaatio, valmius muutokseen, valmius hoitoon, irrottautuminen, raittius, jatkuminen sekä yhdentyminen ja identiteetin muutos. Nämä toipumisen vaiheet ovat mielestäni sijoitettavissa edellä esitellyn muutosvaihemallin sisään, De Leonin pilkkossa toipumisen vaiheet vielä useampaan osaan. (De Leon 2010, 80 – 81.)

Ihmisten toipumistarinoita tutkineet Vilma Hänninen ja Anja Koski-Jännes ovat jaotelleet riippuvuudesta irrottautumisen muutosprosessin neljään vaiheeseen, joita ovat riippuvuuden syntyminen, riippuvuuden tunnistaminen ongelmaksi, ongelman ratkaisun löytäminen ja elämän vakiinnuttaminen vapaaksi riippuvuudesta (Hänninen ja Koski-Jännes 2004, 233).

AA-liikkeen (Alcoholics Anonymous) piirissä alkunsa saanut kahdentoista askeleen toipumisohjelma etenee askel kerrallaan alkaen siitä, että yksilö myöntää olevansa voimaton suhteessa alkoholiin. AA-liike on kansainvälinen yhteisö, jonka jäsenten päämääränä on pysyä raittiina ja auttaa toisia alkoholisteja saavuttamaan raittius. Kahdentoista askeleen



ohjelma julkaistiin vuonna 1939 kirjassa Alcoholics Anonymous ja se perustuu ensimmäisten alkoholistien kokemuksiin siitä, miten he olivat pysyneet raittiina. (AA, 2016.)

Kahdentoista askeleen ohjelman toiminta-ajatus on sittemmin levinnyt laajasti ja muiden kahdentoista askeleen ryhmien toipumisohjelmat on muokattu AA:n toipumisohjelman pohjalta. Ohjelma on käytössä esimerkiksi NA:ssa (Narcotics Anonymous), jonka jäseniä yhdistää halu pysyä erossa huumeista sekä alkoholistien läheisille tarkoitetuissa Al-anon- ja Alateen-ryhmissä. (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2008, 222.)

Kahdentoista askeleen toipumisohjelmaa on sovellettu myös päihdekuntoutuksessa esimerkiksi Myllyhoidossa. Häpeän ja syyllisyyden kohtaaminen on helpompaa vertaisryhmässä, jossa on mahdollista samaistua toisten kokemuksiin. Myllyhoidossa myös monella työntekijällä on omakohtainen kokemus päihderiippuvuudesta toipumisesta. Päihderiippuvuus määritellään sairaudeksi, jolloin ihmisen on mahdollista oivaltaa, että hän voi toipua. (Lausvaara 2012, 219 – 220.)

Suomalaisissa väitöskirjoissa toipumista on tutkittu erilaisista näkökulmista. Jorma Niemelä on tarkastellut päihteiden käytöstä toipumista, johon liittyy kristillinen kääntymys. Niemelän haastattelemat 34 henkilöä ovat toipuneet ilman hoitoa, hoidossa tai hoidosta huolimatta. Yksilöiden näkökulman lisäksi Niemelä tarkastelee kristillisten järjestöjen ylläpitämää päihdehoitoa. Niemelän tutkimuksen perusteella päihdeongelman elämässä avautuu toisenlainen ajattelu-, tunne-, käyttäytymis- ja toimintamalli, minkä tilanne itsessään tuottaa. Toipuminen on toimintarakenteen muuttamista ja toipumisen keskeisiä lähtökohtia ovat tila, kieli, oivallus ja löytö. (Niemelä 1999.)

Katja Kuusiston tutkimuksessa toipuneet ovat jakaantuneet kolmeen ryhmään toipumisreittinsä mukaan. Ryhmät ovat vertaistuen avulla toipuneet (n=51), joita kutsutaan ryhmäläisiksi, professionaalisen hoidon avulla toipuneet eli asiakkaat (n=18) ja ilman hoitoa toipuneet spontaanitoipujat (n=35). Tutkimuksen mukaan toipumisreiteissä esiintyy sekä yhtäläisyyksiä että eroja. Toipujan muutosvalmius syntyy negatiivisten seurannaisvaikutusten kasautuessa ja erityisesti yksilön sisäisen merkityksenannon kautta. Toipumisen kannalta ovat merkityksellisiä esimerkiksi ongelman vaikeusaste, pystyvyysodotukset ja uskomukset hoidon merkityksestä omalle toipumiselle. (Kuusisto, 2010.)

Huumeiden käytön lopettaneiden henkilöiden elämäntavan rakentumista ja toipumista tutkinut Ulla Knuuti on teemahaastatellut 32 henkilöä, joista osa on päässyt huumeista eroon psykososiaalisesti painottuneen hoidon avulla (ei-medisiinisesti käytön lopettaneet, n=19) ja osa opioidiriippuvaisten korvaushoidon avulla (korvaushoitolaiset, n=13). Toipumista kuvataan prosessina, joka alkaa pidättäytymisenä päihteistä ja jatkuu kokonaisvaltaiseen muutokseen ihmisen identiteetissä ja arvoissa. Knuuti käyttää käsitettä toipumiskulttuuri kuvaamaan toipumista tukevaa kulttuurista mallia, joka ajan myötä muuttuu ja kehittyy suhteessa yksilön merkittävinä pitämiin kokemuksiin ja elämäntapahtumiin. Yhteisösuhteiden avulla rakentuva toipumiskulttuuri toimii vaihtoehtona huumeidenkäyttäjien alakulttuurille. (Knuuti 2007.)

Arja Ruisniemi puolestaan on tutkinut päihderiippuvuudesta toipumista minäkuvan muutoksen kautta. Tutkimus koostuu kymmenen asiakkaan haastatteluista, jotka on toteutettu yhteisökuntoutusjakson alussa, lopussa ja jälkeen. Tutkimuksen perusteella haastateltavien minäkuva on muuttunut joustavammaksi ja muihin ihmisiin suhtautuminen on muuttunut, mikä näyttäytyy esimerkiksi uudenlaisena luottamuksena ja vanhemmuuden identiteetin vahvistumisena. Ruisniemen haastateltavien tarinat jakaantuivat selviytymistarinaan, tasapainoilutarinaan ja kasvutarinaan. (Ruisniemi 2006.)

## 2.2 Vertaistuki

Susanna Hyvärin mukaan vertaistukeen perustuvan auttamisen ydin on ilman titteleitä tai identiteettimääryityksiä tapahtuva arkinen kohtaaminen ihmisten välillä. Sosiaali- ja terveysalan työhön Suomessa 1990-luvun puolivälissä vakiintunut vertaistukitoiminta perustuu ihmisten kokemuksiin ja niiden jakamiseen. Vertaistuessa on keskeistä auttaminen, toisten tukeminen ja tuen saaminen. Vertaistukiryhmässä kriittisiä ja kriisiytyneitä elämäntilanteita käsitellään yhdessä vastavuoroisesti. (Hyväri 2005, 214 – 215.)

Elina Kotovirta toteaa, että samankaltaiset elämäkokemuksen yhdistävät vertaistoimintaan osallistuvia. Vertaistoiminta voi olla vertaisten vapaa-ajanviettoa, vertaistukiryhmiin osallistumista, haittojen vähentämiseen tähtäävää vertaisvalistusta tai palkallista vertaisyhtä. Vertaistoiminta osallistaa ja aktivoi, sillä se lisää yhteisöllisyyttä ja vastavuoroisuutta ja vahvistaa yksilön uskoa omiin kykyihinsä. Vertaistoimintaa käytetään nykyisin

entistä laajemmin ammatillisen työn rinnalla ja uusia toimintatapoja on viime vuosina kehitetty vertaisten ja ammattilaisten yhteistyönä. (Kotovirta 2012, 140.)

Edellisessä luvussa mainittu AA-liike on suurin vertaistuen vaikuttaja Suomessa ja AA-ryhmiä kokoontuu ympäri maata yli 700. Ryhmät toimivat itsenäisinä myös päihdehuoltolaitoksissa, vankiloissa ja sairaaloissa saattaen sanomaa vielä kärsiville alkoholisteille ja moni raitistunut onkin saanut toipumiselleen alun laitosryhmässä. (Vuorinen 2012, 130.)

Päihdekuntoutujille on tarjolla erilaista vertaistukea kolmannen sektorin toiminnoissa. Vuonna 1962 perustettu A-kiltojen liitto on yksi merkittävistä toimijoista. A-killat ovat saaneet alkunsa A-klinikkojen yhteydessä toimivina asiakasyhdistyksinä. A-kiltatoiminta on tänä päivänä aktiivista ja Suomessa toimii noin 60 A-kiltojen yhdistystä. (Mt, 130.) Pienimmissä A-killoissa on muutamia jäseniä ja suurimmissa satoja. Toimintaan voivat osallistua myös henkilöt, jotka eivät ole jäseniä. Kaikki A-kiltatoiminta on päihdeetöntä ja tavoitteena on päihdeongelmista vapaa elämäntapa. A-killoissa on esimerkiksi keskustelu- ja toiminnallisia ryhmiä ja suurella osalla on myös oma päivätoimintakeskus, joka toimii päihdeettömänä olohuoneena. (Häkkinen 2013, 233 – 237.)

Vertaisryhmiä ohjaavat myös ammattilaiset, mutta perinteisesti ryhmät ovat kokoontuneet kahdentoista askeleen ryhmien tavoin vertaisten voimin. Vertais- ja oma-apuryhmien luonteeseen kuuluu se, että ryhmää ohjaava henkilö on mukana ryhmäläisenä eikä ulkopuolisena. (Hiltunen 2005, 115). Ilmo Häkkisen mukaan edellisessä alaluvussa mainittu toipumiskulttuuri perustuukin vertaisuudelle, vertaistuella ja vertaisten yhdessä toimimiseen vaikka ammattilaisetkin ovat yleensä osana sitä hoidon ja muun tukemisen kautta (Häkkinen 2013, 156).

Vertaiset voivat toimia myös vertaistukihenkilönä toisilleen silloin kun omat voimavarat ovat hyvät. Vertainen voi auttaa esimerkiksi käytännön asioiden hoitamisessa tai toimia juttukaverina ja rinnalla kulkijana. Vertaissuhteessa jaettava yhteinen kokemus ja siitä syntyvä ymmärrys toisen tunteita ja ajatuksia kohtaan on asia, jonka voi saavuttaa ainoastaan vertaisen kanssa. Vertaistukihenkilön tulee saada tuki toiminnalleen ja työnohjaus sekä työntekijän kanssa keskustelu ovat hyviä keinoja purkaa tilanteita. (Meriluoto 2015, 60.)

Vertaistuen hyödyntämisellä on pitkät perinteet päihdekuntoutuksen piirissä. Esimerkiksi terapeuttisessa yhteisössä vertaisryhmä vaikuttaa kuntoutumiseen ratkaisevasti. Samankaltaisen menneisyyden omaavat henkilöt toimivat tärkeimpänä tukena muutoksessa ja uuden elämäntavan oppimisessa. Vertaiset ovat roolimalleja toisilleen suhtautumisessa toisiinsa ja henkilökuntaan sekä ristiriitojen ja ongelmien käsittelyssä, itsetutkiskelussa ja tunteiden hallinnassa. (Murto 2013, 25.)

Yhteisökasvatusta tutkineen Anna Liisa Hännikäinen-Uutelan tutkimuksessa vertaistuen merkitys näyttäytyykin osana päihdekuntoutusta. Tutkimus osoittaa, että sosiaaliset suhteet ja välittäminen ovat kuntoutuksen aikana vastavuoroisia ja kuntoutusyksikön oppilaat oppivat samaistumaan toisiinsa ja käsittelemään haavoittuvuuttaan ja defenssejään. He oppivat myös ymmärtämään ja hyväksymään toisiaan sekä toimimaan esimerkkeinä toisilleen (Hännikäinen-Uutela 2004.)

Liisa Hokkanen on väitöskirjassaan todennut, että vertaistuki kategorisoidaan usein tunteueksi vaikka se voi ilmetä emotionaalisen lisäksi instrumentaalisenä sekä toiminnallisena ja kohdistua ympäristön tai elämäntilanteen muuttamiseen. Tutkimuksesta käy ilmi, että vertaistuen piiriin pääsevät todennäköisimmin ne, joilla on ennestään sosiaalista pääoma. Vaikeimmissa elämäntilanteissa olevien pääseminen tuen piiriin on vaikeampaa. (Hokkanen 2014.)

Sairastuneiden henkilöiden vertaistukea tutkineen Irja Mikkosen väitöskirjassa käsitellään kuuden eri sairausryhmän vertaistukitoimintaa. Tutkimuskohteena ovat sairastuneiden lisäksi läheiset, ryhmänvetäjät ja tukihenkilöt. Aineisto on kerätty haastattelemalla, havainnoimalla sekä kyselylomakkeen avulla. Tutkimukseen osallistuneiden mukaan vertaistuki tarjoaa kokemukseen perustuvaa tietoa ja toimintaa, tukea ja turvaa sekä rohkaista ja voimavaroja. Ilman vertaistukea tutkimukseen osallistuneet olisivat myös kokemuksensa mukaan joutuneet käyttämään enemmän sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja. Vertaistuki täydentää ja tukee julkisia palveluja, toimii tietolähteenä ja lisää järjestelmien oikeudenmukaisuutta. (Mikkonen 2009.)

NA:n toimintaa tutkineen Elina Kotovirran väitöskirjan aineisto koostuu NA:n jäsenten episodisesta haastatteluaineistosta (n=24) sekä lomakeaineistosta (n=212). Tutkimus osoittaa vertaistuen olevan merkityksellistä ja vertaisten tukevan toisiaan keskustelemalla, kuuntelemalla ja tekemällä asioita yhdessä. Tutkimuksen mukaan myös virallista

hoitojärjestelmää tarvitaan eikä NA voi kokonaan korvata ammatillista tukea. (Kotovirta 2009.)

Alkoholistien ja heidän läheistensä toipumista tutkinut Heikki Oinas-Kukkonen korostaa kasvatustieteen väitöskirjassaan vertaisryhmien olevan tärkeitä päihde- ja läheisriippuvuuden hoidossa. Tutkimuksessa on esimerkiksi todettu, että AA:n ja entisten potilasto-vereiden tuki on merkityksellistä Minnesota-hoidon läpikäyneille. Toipumista tukee yhteinen kieli ja se, että auttaessaan toisia yksilö auttaa itseään. (Oinas-Kukkonen 2013.)

### 2.3 Kokemusasiantuntija

Kokemusasiantuntijatoiminta on kehittynyt vertaistuen pohjalta potilas-, vammais- ja kansalaisjärjestöissä. Kokemustieto sekä vertaistuki ja -ohjaus ovat merkittävässä asemassa kolmannen sektorin palveluissa ja sieltä erilaiset mallit ovat siirtyneet julkisiin palveluihin. (Hietala & Rissanen 2015, 12 – 13.)

Mielenterveyden keskusliitto on ollut Suomessa edelläkävijä ammattiosaamisen ja asiantuntemuksen ja vertaistuen yhdistämisessä. Liiton kuntoutuskurssitoiminnassa on jo 1980-luvulla ollut mukana kuntoutujataustaisia työntekijöitä, joita alettiin 1990-luvun alussa nimittää vertaisohjaajiksi. (Koskisuus 2007, 10.)

Päivi Rissanen on todennut, että vertaisuus ja kokemusasiantuntemus limittyvät yleensä jollakin tavalla toisiinsa. Erona on yksilön asema. Toimiessaan ammattilaisten kanssa yksilö pitää itseään kokemusasiantuntijana ja toimiessaan kuntoutujien kanssa hän pitää itseään vertaisena. Toisena erona Rissanen mainitsee Mielenterveys- ja päihdesuunnitelmaa mukaillen, että kokemusasiantuntijoiden työstä maksetaan palkkaa tai palkkiota kun taas vertaistuki- ja toiminta ovat perinteisesti olleet palkatonta ihmisten omaan kokemukseen perustuvaa vapaaehtoistyötä. (Rissanen 2013, 14; STM 2009.)

Kokemusasiantuntijan tehtäviä ovat kouluttaminen, kehittäminen, tiedottaminen ja arviointi. Kokemuskouluttajat luennoivat esimerkiksi sosiaali- ja terveysalan oppilaitoksissa ja organisaatioissa. Kehittämistehtävät pitävät sisällään työskentelyä erilaisissa työ-, oh-

jaus- ja johtoryhmissä ja kokemusarvioijat osallistuvat palvelujen arviointiin ja tutkimiseen. Mielenterveys- ja päihdeongelmista tiedottaminen ja vaikuttamistyö kuuluvat myös kokemusasiantuntijan tehtäviin. (Rissanen 2013, 15 – 16.)

Rissanen mukaan kokemusasiantuntijan erilaisia rooleja ovat tukihenkilö, vertaispalveluohjaaja, vertaisohjaaja ja vertaisliikuttaja, ryhmäohjaaja ja ammattilaisen työpari sekä kokemusammattilainen. Tukihenkilö voi tavallisen arjen lisäksi tukea esimerkiksi laitoksesta kotiutuvaan ja luoda toivoa vaikeuksista selviytymiseen ja koulutettu vertaispalveluohjaaja toimii ihmisten tukena palvelujärjestelmässä. Vertaisohjaaja toimii vertaisryhmien ohjaajana ja vertaisliikuttaja ohjaa liikunnallisia ryhmiä. (Rissanen 2013, 16 – 17.)

Kokemusasiantuntijatoiminnan tavoitteena on saada kokemustieto ja teoreettinen tieto toimimaan rinnakkain ja täydentämään toisiaan sekä asiakastyössä, että kehittämisessä, arvioinnissa ja tutkimuksen tekemisessä (Kostiainen, Ahonen, Verho, Rissanen & Rotko 2014, 8). Yhdistämällä ammatillinen- ja kokemustieto on mahdollista kehittää palvelujärjestelmää ja muokata uudenlaista toimintakulttuuria (Toikko 2011, 113).

Kuntoutussäätiön vuosina 2010 – 2013 toteuttamassa KoJu-hankkeessa (Kolmannen ja julkisen sektorin palveluyhteistyö monitahoisessa kuntoutuksessa) kokemusasiantuntijoiden ja ammattilaisten yhteistyö oli keskeistä sosiaalisen kuntoutuksen kehittämisessä. Kokemusasiantuntijatoiminta tarjosi tarvittavan sillan julkisen ja kolmannen sektorin yhteistoiminnan kehittämiseksi ja ammattilaisten ja asiakkaiden yhteiskehittämiseksi. (Hietala 2014, 42.)

Kokemusasiantuntijuus on näyttäytynyt merkittävänä resurssina ammatilliselle asiantuntijuudelle myös esimerkiksi väkivaltatyössä. Miina-projektin osahankkeissa valta jäsenyi uudella tavalla vaikuttaen ammattilaisen rooliin ja asiakkaiden asemaan palvelujärjestelmässä. Projektiin osallistuneet naiset kokivat toiminnan voimaannuttavana ja tavoitteellisenä. Kokemustiedon hyödyntämiselle kehitettiin uusia väyliä ja areenoita poliittisten päättäjien tavoittamiseksi. (Laitinen & Niskala 2013, 451 - 452.)

Autoetnografisessa kokemustutkimuksessaan Päivi Rissanen tarkastelee omia kokemuksiaan sairastumisesta ja kuntoutumisesta sekä sitä, miten hoitokokemukset ja asiakassuhteet ovat muuttaneet häntä prosessin eri vaiheissa. Väitöskirjassaan Rissanen tutkii myös vertaistuen ja kokemusasiantuntijuuden merkitystä yksilölle ja täydentää omakohtaista

kokemustaan sekä aiheeseen liittyvällä tutkimuksella, että toisten kokemusasiantuntijoiden tietämyksellä. (Rissanen 2015.)

Rissanen toteaa, että kokemusasiantuntijuutta määritellään yleensä erilaisten roolien ja tehtävien kautta, eikä sille löydy täsmällistä määritelmää. Hän itse määrittelee kokemusasiantuntijan henkilöksi, jolla on omakohtaiseen kokemukseen perustuvaa tietoa sairastumisesta ja kuntoutumisesta sekä siitä, mikä on auttanut häntä tai läheistä. Keskiössä on muiden ihmisten auttaminen tai palveluiden kehittäminen oman kokemuksen pohjalta. (Rissanen 2015, 22.)

Tukipilareita Rissanen kuntoutumisessa ovat olleet vertaistuki, kokemusasiantuntijatoiminta, opinnot ja työ, toivo ja unelmat, vuorovaikutus asiakassuhteessa sekä kokemusten ja tunteiden reflektointi (Rissanen 2015, 112 – 146). Vertais- ja kokemusasiantuntijatoiminta ovat tukeneet hänen kuntoutumistaan ja muuttaneet potilaan ja kuntoutujan identiteettiä esimerkiksi toiminta- ja osallistumismahdollisuuksien kautta (mt. 173). Rissanen on jakanut kokemusasiantuntijuuden kolmelle tasolle. Yksilöllisellä tasolla kokemusasiantuntijuus on voimauttavaa toimintaa ja toimii kuntoutuksen välineenä. Järjestelmän tasolla kokemusasiantuntija toimii sosiaali- ja terveydenhuoltojärjestelmässä, kouluttaa ammattilaisia tai osallistuu tutkimustyöhön. Yhteiskunnallisella tasolla kokemusasiantuntijat tekevät vaikuttamistyötä. (Rissanen 2015, 203 – 206.)

Kokemusasiantuntijuutta on tutkittu vähän. Suomalaisista tutkimuksista mainitsemisen arvoinen on Vallattomuudesta vastuuseen – kokemuksen politiikan sankaritarinoita, joka perustuu päihde- ja mielenterveysongelmista kärsineiden henkilöiden selviytymistarinoihin. Tuolloin ei vielä puhuttu kokemusasiantuntijoista, mutta Susanna Hyvärin haastattelut seitsemän selviytyjää ovat oman toipumiskokemuksen omaavia mielenterveys- ja päihdealan toimijoita. He ovat auttaneet ihmisiä ja hyödyntäneet asiantuntemustaan esimerkiksi perustamalla hoitoyhteisöjä ja toimimalla kansalaisaktiiveina. (Hyväri 2001.)

Hyväri puhuu kokemuksen politiikasta, jossa yhdistyvät henkilökohtainen kasvutarina ja vastuun ottaminen muista. Kokemuksen politiikka on osa yhteiskunta- ja sosiaalipolitiikkaa ja sen keskiössä ovat kokemuksista ja elämänhistoriasta nouseva tietäminen ja taidot. Kokemustiedon ja ammatillisen tiedon suhteen tulee Hyvärin mukaan olla dialoginen (Hyväri 2001, 285 – 286)

Myöhemmin Hyväri on visioinut, että vertaistoiminnan vakiinnuttamiseksi paikallisille, vertaissuhteisiin perustuvilla käytännöillä tulisi luoda ohjelmat, jotka liitetään osaksi hyvinvointipalveluja. Julkisen ja kolmannen sektorin yhteistyötä tulisi vahvistaa ja ottaa mukaan myös muut paikallistoimijat. Toisena visiona hän esittää vertaistuen liikkeiden vahvistamisen luomalla kansalaisjärjestöissä laajoja ohjelmia ja tuomalla vertaistoiminnan ja kokemustiedon eri muodot läheiseen vuoropuheluun keskenään. Tavoitteena on edetä yhden aatteen vertaistukiryhmistä kansallisiin ja kansainvälisiin foorumeihin. Kolmas visio kohdistuu ammattilaisten ja vertaisten välille. Vertaistukeen ja kokemustietoon tulisi perehtyä jo ammatillisten opintojen aikana, joka mahdollistaisi ammatillisen kasvun vertaisten ja ammattilaisten yhteistyöhön. (Hyväri 2005, 228 – 230.)

Asiakkaiden osallisuutta mielenterveys- ja päihdetyössä tutkinut Minna Laitila on vastavasti todennut, että kokemusasiantuntijoiden hyödyntämisestä mielenterveys- ja päihdepalveluissa tulee laatia valtakunnallinen ohjeistus. Laitilan mukaan kokemusasiantuntijana toimimisen käytännön esteitä tulisi myös selvittää ja käynnistää toimenpiteet niiden poistamiseksi. Osallisuuden ja asiakaslähtöisen toimintatavan kehittämisen tulee tapahtua yhteistyössä eri toimijoiden kesken, palveluiden käyttäjät mukaan lukien. (Laitila 2010.)



### 3 TERVALAMMEN KARTANON KUNTOUTUSKESKUS

Tutkimusympäristönäni toimii Helsingin kaupungin Sosiaali- ja terveysviraston ylläpitämä päihdehuollon laitos Tervalammen kartanon kuntoutuskeskus. Tehdessäni tutkimushaastattelut vuonna 2014 Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa oli 73 laitospaikkaa helsinkiläisille päihdekuntoutujille ja laitoksen perustehtävä oli muotoiltu seuraavasti: ”*Tervalammen kartanon kuntoutuskeskus järjestää täysi-ikäisille henkilöille mahdollisuuden päihdekuntoutumiseen yhteisökuntoutuksen menetelmin.*” (Tervalammen kartanon palvelukuvaus 2013.) Seuraavissa alaluvuissa kuvataan tutkimusympäristöä ja toimintaa sellaisena kuin se oli vuonna 2014. Sittemmin esimerkiksi kuntoutuskeskuksen paikkalukua on laskettu ja kuntoutusyhteisöjen rakenne on muuttunut.

#### 3.1 Tervalampi-kuntoutus

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa päihdekuntoutujilla on mahdollisuus opetella elämään päihdeettömää arkea monenlaisen toiminnan ja tekemisen kautta. Kuntoutukseen sisältyy ulkoilua, liikuntaa, luovaa toimintaa, kuntouttavaa työtoimintaa ja yhteisiä arkiaskareita. (Tervalammen kartanon palvelukuvaus 2013.) Päihdekuntoutusjakso jakaantuu Tervalampi-kuntoutuksessa vaiheisiin. Orientaatiovaiheen eli sopeutumisvaiheen tarkoituksena on auttaa kuntoutujaa pysähtymään, asettumaan omaan pienyhteisönsä, keskittymään omaan itseensä sekä tutustumaan kuntoutuskeskuksen toimintaan ja kuntoutusmenetelmiin. (Munck, Ranta & kokemusasiantuntijat Juha, Juho & Stidi 2011, 6.)

Orientaatiovaihe kestää viikon ja se nähdään merkittävänä koko kuntoutumisjakson onnistumisen kannalta. Sopeutumista Tervalampi-kuntoutukseen edesautetaan rajaamalla kaupunkiharjoitteluja ja päiväkäyntejä laitosalueen ulkopuolella. Ainoastaan välttämättömät käynnit esimerkiksi lääkärissä ovat valvotusti mahdollisia. Lisäksi orientaatiovaiheen kuntoutujat osallistuvat kuntoutussopimusryhmään, yhteisökuntoutusryhmään, lääkelinjaryhmään sekä muihin vaiheen ohjelmaan kuuluviin ryhmiin, kuten vertaisohjaajien ohjaamiin ryhmiin. (Mt. 6.)

Toisessa vaiheessa eli kuntoutumisvaiheessa päihdekuntoutujan vapaudet ja vastuu lisääntyvät yhteisössä. Kaikkien pienyhteisöjen viikko-ohjelmat sisältävät yhteisökuntoutusmenetelmän oleelliset rakenteet, pienyhteisöjen yhteisökokoukset eli vapaamuotoiset aamukokoukset ja yhteisökahvit sekä formaalit yhteisökokoukset. Lisäksi pienyhteisöistä osallistuu edustus koko kuntoutuskeskuksen henkilökunnan ja kuntoutujien kokoukseen hekuun, joka kokoontuu viikoittain. Kuntoutumisvaiheeseen kuuluu osallistuminen oman pienyhteisön toimintaan kokouksissa, ryhmissä ja omia vastuualueita hoitamalla. Yhteisöt ylläpitävät tilojen siisteyttä itse ja vastuualueet jaetaan kerran viikossa. (Mt. 6.)

Yhteisökuntoutuksen keskeisimpiä periaatteita Tervalampi-kuntoutuksessa ovat asioiden ja ongelmien yhdessä tapahtuva käsittelyminen ja yhteinen toiminta. Kaikkien yhteisön jäsenten tulee osallistua asioiden käsittelyyn ja niistä päättämiseen ja yhteisön jäsenille annetaan vastuuta ja päätösvaltaa yhteisön asioihin. Uuden elämäntavan opettelu ja muutoksen mahdollisuuden tiedostaminen tapahtuvat mallioppimisen ja vastuunoton avulla ja keskeisimpänä voimavarana kuntoutuksessa hyödynnetään vertaistukea. (Mt. 6 – 7.)

Pienyhteisöjen viikko-ohjelmat sisältävät toimintaan osallistavia, tunteiden käsittelyyn ja päihdeongelman tutkimiseen liittyviä ryhmiä sekä toiminnallisia ja luontoa hyödyntäviä ryhmiä. Ryhmien ja kokousten tarkoituksena on mahdollistaa kuntoutujan oman toiminnan tarkastelu ja toiminnan muuttaminen päihdeettömäksi ja mielekäksi arkea tukevaksi. (Mt. 7.)

Kaupunkiharjoittelut kuuluvat oleellisesti kuntoutumisvaiheeseen. Harjoittelujen tarkoituksena on auttaa kuntoutujaa tarkastelemaan omaa toimintaansa kotiooloissa ja tukea häntä entisten tapojensa muuttamiseen. Tutustuminen avohuollon yksiköihin ja oman avokuntoutuksen tukiverkoston luominen ovat tärkeä osa kaupunkiharjoittelujen sisältöä. Kaupunkiharjoittelut aloitetaan orientaatiovaiheen jälkeen vaiheittain ja yksilölliset toimintasuunnitelmat harjoittelun ajalle käsitellään yhdessä yhteisökokouksissa ennen ja jälkeen harjoittelun. (Mt. 7.)

Kolmannessa vaiheessa eli irtaantumisasiheessa kuntoutuja suunnittelee tiiviimmin tulevaisuutta ja päihdeettömäksi arkea laitospäätyneen jälkeen. Laitoskuntoutusjakson aikana kuntoutujat osallistuvat pienyhteisöjen viikko-ohjelmiin, joten laitoskuntoutuksen arki on hyvin suunniteltua ja strukturoitua. Palaaminen laitosoloista kotioloihin on haastavaa niin

arjen ohjelman kuin ympäristön tarjoamien houkutusien näkökulmasta. Laitosjakson loppupuolella kuntoutujaa ohjataan lisäämään kaupunkiharjoittelujen määrää ja suunnittelemaan jatkokuntoutustaan kaupungissa. (Mt. 7.)

Tervalampi-kuntoutuksen aikana on mahdollista osallistua Helsingissä pidettäviin NA-, AA- ja A-killan ryhmiin iltaisin ja viikonloppuisin. Lisäksi kuntoutujan tapaamisia oman avohuollon työntekijän kanssa pyritään tukemaan, jotta tuki kuntoutumiseen jatkuisi myös laitosjakson jälkeen. (Mt. 7.)

Intervallijaksot on tarkoitettu Tervalampi-kuntoutuksen sovitusti ja suunnitellusti päättäneille kuntoutujille. Jaksojen tarkoituksena on tukea ja päivittää kuntoutumisen etenemistä sekä antaa mahdollisuus pysähtyä ja jäsentää omaa elämäntilannetta. Intervallijakso on pituudeltaan 1 – 2 viikkoa. Suunnitelmat ja päätökset jaksolle tehdään yhdessä lähtevän työntekijän kanssa. (Mt. 7.)

Intervallijakson alussa viikko-ohjelma räätälöidään kuntoutujalle sopivan mielekkääksi ja haastavaksi yhdessä pienyhteisön oman työntekijän kanssa. Jaksoon sisältyy kokemusasiantuntijana toimiminen esimerkiksi Päihdeettömyystyöryhmässä, hekussa, Toverikunnassa (asiakasyhdistys Toverikunta Tervapiiri ry) ja erilaisissa ryhmissä. Omassa pienyhteisössään intervallikuntoutuja osallistuu yhteisökokouksiin. Sopivat toimintavaihtoehdot muilta osin valitaan seuraavista:

- Orientaatiovaiheen kuntoutusryhmissä mukana oleminen / ryhmän ohjaaminen
- Vierailijaryhmien infoaminen ja kartanon toiminnan esittely yhdessä henkilökunnan kanssa
- Avohoidon palvelujen tutustumiskäynteihin osallistuminen kokemusasiantuntijana
- Omien erityistaitojen käyttäminen vapaa-ajan toiminnoissa ja kuntoutuksessa
- Itseohjautuvien ryhmien ohjaaminen
- Mahdollisuus toimia Toverikunnan erityistehtävissä ja tukena esimerkiksi tapahtumien järjestämisessä
- Mahdollisuus jakaa kokemuksia vertaistuesta ja vertaistoiminnasta. (Mt. 7.)

### 3.2 Yhteisökuntoutus

Tervalammen kartanon kuntoutusmenetelmä yhteisökuntoutus perustuu yhteisöhoidon ideologiaan ja sitä on toteutettu kuntoutuskeskuksessa vuodesta 1997 alkaen. Yhteisökuntoutusmenetelmän toi laitokseen tuolloin johtajana toiminut Antti Särkelä, jonka mukaan keskinäinen huolenpito, välittäminen, luottamus ja hyväksyntä ovat yhteisössä yksittäisiä menetelmiä keskeisempiä vaikuttajia (Särkelä 1998, 15).

Kari Murron mukaan yhteisöhoito kattaa fyysisen ja sosiaalisen ympäristön sekä kuntoutukseen, kasvatukseen ja terapiaan liittyvät periaatteet, painotusten vaihdellessa yhteisötyypistä toiseen. Kaiken, mitä yhteisössä tapahtuu, tulee palvella perustehtävää. Yhteisöhoidolla tarkoitetaan koko yhteisön tietoista käyttämistä kasvatuksellisten, kuntoutuksellisten ja hoidollisten tavoitteiden toteuttamiseen. (Murto 1997, 13.) Yhteisöhoidon toteuttaminen edellyttää yhteisökokouksia. Näiden kokousten keskeisiä tehtäviä ovat perustehtävän esillä pitäminen, avoin kommunikaatio, päätösten tekeminen, säännöistä sopiminen ja niiden noudattamisen valvominen sekä ristiriitojen käsittely. (Mt. 240.)

Onnistuakseen yhteisöhoito edellyttää yhteistä sosiaalista todellisuutta, jonka rakentamiseksi on käytävä jatkuvaa yhteisöllistä dialogia asiakkaiden, henkilökunnan ja johdon kesken. Tämä puolestaan edellyttää avoimuuden kulttuuria ja toiminnallisia rakenteita. Murto on tarkastellut terapeuttisen yhteisön rakenteita ja todennut, että sosiaalinen rakenne käsittää henkilöstö- ja asiakasyhteisöt, johdon, ryhmät, säännöt, hierarkian ja roolit. Toiminnalliseen rakenteeseen taas kuuluvat foorumit, vuorovaikutus, kommunikaatio, päätöksenteko, ongelmien käsittely ja rajojen hallinta. (Murto 2013, 18 – 19.)

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen foorumirakenne mahdollistaa yhteisen dialogin ja päätöksenteon sekä asioiden ja ongelmien käsittelyn. Jo aiemmin mainittujen pieniyhteisöjen omien yhteisökokouksien ja henkilökunnan ja kuntoutujien yhteisen kokouksen lisäksi foorumirakenteeseen kuuluvat henkilökuntakokous ja johtoryhmä.

### 3.3 Pienyhteisöt

Toteuttaessani tutkimushaastattelut kesällä 2014 Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa toimivat Naistenyhteisö, Toiminnallinen arkikuntoutusyhteisö ja Työ- ja Ryhmätoimintayhteisöt. Naistenyhteisössä pyritään vahvistamaan naisten omaa identiteettiä tiiviin yhteisön avulla ja etsitään uusia keinoja ja toimintatapoja päihdeettömään elämään avohuollon tuella. Viikko-ohjelma koostuu päivittäisistä yhteisöllisistä palavereista ja teemallisista pienryhmistä. Kuntoutuksen ydintä on yhteisön jäsenten välinen vertaistuki ja monimuotoinen yhteisöllinen toiminta. (Tervalammen kartanon palvelukuvaus 2013.)

Toiminnallinen arkikuntoutusyhteisö on tarkoitettu erityisesti kaksoisdiagnoosikuntoutujille. Sen painopistealueina ovat toiminnallisuus ja arjen hallinnan tukeminen. Arkielämäntaitoja vahvistavien toiminnallisten ryhmien lisäksi viikko-ohjelmaan kuuluu myös keskusteluryhmiä. (Mt.)

Työ- ja ryhmätoimintayhteisöissä kuntoutujat saavat kokemuksen ja vahvistusta omasta toimintakyvystään, päihdeettömyyttä tukevista rakenteista ja vertaistuesta. Yhteisön viikko-ohjelma sisältää kuntouttavaa työtä erilaisissa työtoimintapisteissä kolmena päivänä viikossa ja kaksi ryhmätoimintapäivää, jotka sisältävät keskusteluryhmiä sekä verkosto- ja tutustumiskäyntejä. Yhteisön kuntoutuspaikat on jaettu kolmeen pienyhteisöön. (Mt.)

Kaikki Tervalammen kartanon päihdekuntoutujat osallistuvat omien yhteisöjensä ohjelman lisäksi laitoksen yhteisiin kokouksiin ja tapahtumiin sekä vaiheistettuun kuntoutukseen kuuluviin koko kartanon ryhmiin. Kuntoutuksen aikana on mahdollisuus osallistua myös esimerkiksi akupunktioon ja rentoutukseen sekä iltaisin kokoontuviin vertaisryhmiin Tervalammella ja Helsingissä, jonne järjestetään kuljetuksia. Kuntoutuksen tukena hyödynnetään myös psykologin, psykoterapeutin ja toimintaterapeutin palveluja. (Mt.)

Kuntoutuskeskus sijaitsee luonnonkauniissa kartanomiljöössä puhtaan luonnon läheisyydessä, Nuuksion kansallispuiston kupeessa ja päihdekuntoutuksessa hyödynnetään myös luonnon tarjoamia mahdollisuuksia viettää päihdeettömää vapaa-aikaa esimerkiksi luontoryhmätoiminnan muodossa. (Mt.)

### 3.4 Vertaisohjaajat

Oman toipumiskokemuksen omaavien työntekijöiden toimiminen päihdetyössä ei ole uusi asia. Esimerkiksi Kallion setlementin Myllyhoidossa osalla terapeuteista on oma toipumiskokemus. A-klinikoilla on myös toiminut asiakasterapeutteja jo 1970-luvulla. Nykyiset ammattipätevyysvaatimukset edellyttävät kuitenkin kouluttautumista alalle. (Hietala ja Rissanen 2015, 12; Vuorinen 2012, 130.) Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa päihdetyötä lähdettiin tekemään moniammatillisesti uudella tavalla, kun ammattilaisten rinnalla aloitti työskentelyn vertaisohjaaja.

Ensimmäinen vertaisohjaaja aloitti tehtävässään Työ- ja ryhmätoimintayhteisöissä 1.8.2011. Aluksi vertaisohjaajatoimintaa rakennettiin ja kehitettiin kokeilemalla ja tekemällä oppien. Toiminnan käynnistämisestä teki aloitteen entinen kuntoutuja, joka tarjoutui kuntouttavaan työtoimintaan kokemusasiantuntijaksi ja vertaisohjaajaksi. Tätä edelsi kokemusasiantuntijana toimiminen intervallijaksojen aikana erityisesti kuntoutuksen kehittämistehtävissä.

Tuolloin oli valmiiksi laadittu ainoastaan tehtäväkuvaus, joka piti sisällään vertaisohjaajana toimimisen kuntoutujille, yhteisökuntoutukseen osallistumisen ohjaajan työparina, orientaatiovaiheen kuntoutujien tukihenkilönä ja koutsina toimimisen sekä osallistumisen kokemusasiantuntijana henkilökunnan työryhmissä tehtävään laituskuntoutuksen kehittämiseen (Taipale 2011).

Vertaisohjaajatoiminnan käynnistyessä suunnittelua oli tehty lähinnä vertaisohjaajan toimenkuvan ja roolin osalta. Erityisiä tukirakenteita, kuten työnohjausta ei tuolloin ollut. Päätimmekin syyskuussa 2011 laitoksen johtoryhmässä perustaa kehittämistyöryhmän kehittämään uutta toimintaa ja tukemaan vertaisohjaajien työtä. Samoihin aikoihin perustettiin vertaisohjaajista ja päihdekuntoutujista koostuva työryhmä suunnittelemaan ryhmää orientaatiovaiheen kuntoutujille. Syksyllä myös toinen vertaisohjaaja aloitti tehtävässään ja toimintaa päästiin laajentamaan.

Loppuvuosi 2011 oli aktiivista kehittämisen aikaa. Vertaisohjaajat käynnistivät itsenäisesti orientaatiovaiheen kuntoutujille suunnatun Selvästi eteenpäin-ryhmän. Ammattilaisista ja vertaisohjaajista muodostettu kehittämistyöryhmä puolestaan huolehti siitä, että

vertaisohjaajien työnohjaus käynnistettiin laitoksen psykologin ohjaamana. Vertaisohjaajien työn tukemiseksi otettiin käyttöön myös tukihenkilökäytäntö, joka oikeutti ja velvoitti vertaisohjaajat valitsemaan henkilökohtaisen tukihenkilön ammattilaisten keskuudesta.

Rakenteita kehitettiin myös esimerkiksi aloittamalla vertaisohjaajien omat kokoukset, joihin osallistuivat vertaisohjaajat ja vertaisohjaajatoimintaa koordinoivat ammattilaiset. Vertaisohjaajille ja työhönkuntoutujille, jotka työskentelivät kuntoutuskeskuksen tukipalveluissa, suunniteltiin toimintaa raamittava sopimus (LIITE 3). Kyseinen sopimus on myöhemmin esitelty myös teoksessa *Opas kokemusasiantuntijatoiminnasta* (Hietala & Rissanen 2015, 85 – 87).

Syksyn aikana käytiin paljon keskustelua toipumisesta ja vertaisohjaajien oman hoidon merkityksestä. Vertaisohjaajat sitoutettiin päihteettömään elämäntapaan ja oman päihdeongelmansa hoitamiseen avohuollossa ja vertaistukiryhmissä. Tukea kehittämistyöhön saatiin Roihuvuoren tukiasuntojen henkilökunnalta ja erityisesti Kumppanuustalo Harjulan, jossa on pitkät perinteet vertaisten ja ammattilaisten yhteistyöstä. Harjulan toimijat sekä Suojatie ry:n, että Helsingin kaupungin Jälkikuntoutusyksikön puolelta osallistuivat kehittämistyöryhmään. Heiltä saadut neuvot ja tuki suunnittelutyöhön olivat erittäin tärkeitä.

Kehittämistyön tuloksena sopimukseen kirjattiin, että vertaisohjaajaksi voi hakeutua henkilö, joka on ollut päihdekuntoutuksessa Tervalammen kartanossa, kiinnittynyt päihteettömään elämään, sitoutunut täysraittiuteen ja käynyt vähintään yhden intervallijakson. Samassa yhteydessä todettiin, että vertaisohjaaja on työhönkuntoutuja. Työhönkuntoutuksella tarkoitettiin tuolloin päihdekuntoutusjakson jälkeistä Työvoimanpalvelukeskuksen tai TE-toimiston järjestämää kuntouttavaa työtoimintaa, työkokeilua, työharjoittelua tai kuntoutuskeskuksen järjestämää vapaaehtoistyötä. (Ks. liite 3; Hietala & Rissanen 2015, 85 – 87.)

Samassa yhteydessä todettiin, että työhönkuntoutus on osa kokonaiskuntoutusta. Tavoitteena on saada rytmiä arkielämään, kiinnittyä vertaistukeen, opetella vastuunottamista, hankkia ja arvioida työelämäntaitoja ja suunnitella tulevaisuutta. Työhönkuntoutusjakson on tarkoitus johtaa johonkin uuteen työ-, opiskelu- tai tukimuotoon ja yleisesti ottaen parempaan elämäntilanteeseen. (Ks. liite 3; Hietala ja Rissanen 2015, 85 – 87.)

Vuonna 2012 vertaisohjaajatoiminta laajentui entisestään Tervalammen kartanon eri kuntoutusyhteisöihin. Vertaisohjaajat ohjasivat ryhmiä itsenäisesti ja ammattilaisen työparina. Erilaiset toiminnot ja työmuodot alkoivat vakiintua ja kehittämistyö jatkui. Keväällä valmisteltiin esimerkiksi selkeä malli vertaisohjaajaksi hakeutumisen prosessista. Rekrytointiprosessi käytiin yksityiskohtaisesti läpi Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen kokouksissa ja se toimitettiin tiedoksi myös avohuoltoon. Tämä rekrytointimalli on sittemmin esitelty teoksessa *Opas kokemusasiantuntijatoiminnasta* (Ks. Hietala & Rissanen 2015, 85).

Vertaisohjaajien toimenkuvaan kuuluu Tervalammen kartanon päihdekuntoutuskeskuksessa: uusien kuntoutujien vastaanottaminen, ryhmien ohjaaminen, toipumiskokemusten jakaminen ja toipumiskulttuurin ylläpitäminen, moniammatillisessa työryhmässä työskentely, kehittämistyö ja kokemusasiantuntijana toimiminen, oppilaitosyhteistyö, yhteiskuntoutus sekä päihdekuntoutujien ohjaaminen vertaistukiryhmiin. (Jauhiainen, Luja-lahti & Ranta 2013; Hietala & Rissanen 2015, 25.)



## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tässä luvussa esittelen tutkimuskysymykseni ja tutkielman tekemisen eri vaiheet. Tavoitteenani on kuvata aineiston keruuta ja toteuttamaani laadullista sisällönanalyysiä mahdollisimman tarkasti. Lisäksi käyn läpi tutkimuksen eettisyyteen liittyviä seikkoja ja pohdin omaa rooliani tutkijana.

### 4.1 Tutkimustehtävä

Tutkielman tavoitteena on kuvata ja kirjoittaa auki uutta toimintamallia eli vertaisohjaajuutta osana päihdekuntoutusta yhteisökuntoutuksen periaattein toimivassa laitoksessa. Tarkoituksena on selvittää, mitä merkityksiä vertaisohjaajana toimineet ja toimivat henkilöt, ammattilaiset ja päihdekuntoutujat antavat vertaisohjaajuudelle päihdekuntoutuslaitoksessa. Näitä merkityksiä olen selvittänyt kolmen pääkysymyksen avulla.

#### Tutkimuskysymykset

1. Millainen on vertaisohjaajien asema päihdekuntoutuslaitoksessa?
2. Miten vertaisohjaajien toiminta ja toimenkuva eroaa ammattilaisten vastaavista?
3. Mitkä ovat vertaisohjaajuuteen liittyviä haasteita, vahvuuksia ja mahdollisuuksia päihdekuntoutuslaitoksessa?

### 4.2 Aineiston keruu

Tutkielman aineisto on kerätty haastattelemalla Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen päihdekuntoutujia, ammattilaisia sekä vertaisohjaajana haastatteluhetkellä toimivia ja aiemmin toimineita henkilöitä. Saatuaani keväällä 2014 tutkimusluvan Helsingin kaupungin Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksesta, esittelin tutkimussuunnitelmani Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen kuntoutujien ja henkilökunnan yhteisessä viikkokokouksessa. Samassa yhteydessä esitin haastattelukutsun kuntoutujille, vertaisohjaajille ja ammattilaisille. Ammattilaisiin olin yhteydessä myös lähiesimiesten välityksellä ja henkilökohtaisesti. Ammattilaisten valikoitumiseen vaikutti se, että toivoin saavani haastateltavia kaikkien eri kuntoutusyhteisöjen työntekijöistä. Toisena kriteerinä oli, että mahdollisimman monella olisi kokemusta työskentelystä kuntoutuskeskuksessa myös ajalta, jolloin vertaisohjaajia ei vielä ollut mukana toiminnassa.

Haastatteluhetkellä kuntoutuskeskuksessa työskentelevien vertaisohjaajien lisäksi esitin henkilökohtaisen haastattelukutsun entisille vertaisohjaajille, jotka olivat suorittaneet työhönkuntoutusjaksonsa sovitusti loppuun. Päihdekuntoutajat puolestaan valikoituivat haastateltaviksi oman kiinnostuksensa pohjalta osallistua tutkimukseen. Yksi kuntoutuja ilmoittautui haastatteluun henkilökohtaisesti heti tutkimussuunnitelmani esittelyn jälkeen ja kaksi myöhemmin oman työntekijänsä kautta. Kahta entistä kuntoutujaa lähestyin henkilökohtaisesti, koska halusin saada haastateltavaksi toipumisprosessissaan eri vaiheessa olevia henkilöitä.

Toteutin haastattelut touko-elokuussa 2014. Haastatteluja ohjasi teemahaastattelurunko, joka mahdollisti tutkittavien äänen kuulemisen. Tutkielmani keskiössä ovat haastattelemieni henkilöiden tulkinnat ja merkitykset, joita he antoivat vertaisohjaajatoiminnalle. (Hirsjärvi & Hurme 2014, 48.) Päihdekuntoutujien kohdalla päädyin yksilöhaastatteluihin ja haastattelin viittä kuntoutujaa, kahta naista ja kolmea miestä. Haastateltavista kaksi oli haastatteluhetkellä kuntoutusjaksonsa irtaantumisvaiheessa, yksi intervallijaksolla ja kahden kohdalla kuntoutusjaksosta oli kulunut aikaa.

Vertaisohjaajien ja ammattilaisten kohdalla päädyin fokusryhmähaastatteluihin. Fokusryhmähaastattelu on varsinaista haastattelua epävirallisempi ryhmäkeskustelu, jossa pieni joukko ihmisiä keskustelee sovitusta aiheesta. Tutkijan tehtävänä on toimia keskustelun moderaattorina eli esittää kysymyksiä ja pitää tarvittaessa keskustelua yllä. Moderaattori huolehtii siitä, että kaikilla on mahdollisuus osallistua keskusteluun ja kannustaa ryhmän jäseniä aktiiviseen vuorovaikutukseen toistensa kanssa. (Wilkinson 2004, 177–178.)

Ammattilaisten ja vertaisohjaajien haastattelemisen ryhmänä tuntui yksilöhaastatteluja luontevammalta tavalta haastatella entisiä ja nykyisiä työtovereita. Tutkijan rooliin asettuminen oli helpompaa ja pystyin olemaan objektiivisempi, kun en toiminut varsinaisesti haastattelijan roolissa. Tehtäväni oli pikemminkin huolehtia siitä, että keskustelu pysyi teemoissa ja kaikilla oli mahdollisuus osallistua siihen (Hirsjärvi & Hurme 2014, 61). Ryhmähaastattelut sujuivat hyvin ja olivat mielestäni enemmän keskusteluja kuin haastatteluja. Puheenvuorot etenivät teemojen mukaisesti pitkälti kiertävästi, minkä tulkitsin totutuksi tavaksi yhteisökokouksista. Vapaampaa keskustelua ja vuorovaikutusta syntyi pääsääntöisesti vasta kun kaikki olivat käyttäneet ensin yhden puheenvuoron.

Ammattilaisten ryhmähaastatteluun osallistui 6 henkilöä, neljä naista ja kaksi miestä. Haastatteluhetkellä ammattilaisten työhistoria kuntoutuskeskuksessa vaihteli 8 kuukauden ja 23 vuoden välillä. Vertaisohjaajien ryhmähaastatteluun osallistui 10 henkilöä, kolme naista ja kuusi miestä, joista viisi toimi vertaisohjaajana haastatteluhetkellä ja viisi oli toiminut vertaisohjaajana aiemmin.

Esihaastatteluja en tehnyt aikataulullisista syistä. Haastattelurungon teemojen laadintaan osallistui kuitenkin vertaisohjaaja, jonka kanssa peilasimme aihetta tutkimuskysymysten pohjalta, määrittelimme teemat ja pohdimme niitä erityisesti päihdekuntoutujien yksilöhaastattelujen näkökulmasta. Teemahaastattelussa kysymysten tarkkaa järjestystä ja muotoa ei määritellä (Eskola & Vastamäki 2010, 28). Haastatteluissa läpikäytyjä teemoja olivat vertaisohjaajien ja ammattilaisten tärkeimmät työtehtävät sekä tehtävien yhtäläisyydet ja erot, vertaisohjaajuuteen liittyvät vahvuudet, mahdollisuudet ja haasteet sekä menneisyys, nykyhetki ja tulevaisuus. Haastatteluissa käsiteltiin kuntoutuskeskuksen toimintaa ennen vertaisohjaatoiminnan käynnistymistä, nykyistä tilannetta ja vertaisohjaajatoiminnan mukanaan tuomia muutoksia sekä tulevaisuuden näkymiä.

Toteutin haastattelut Tervalammen kartanon tiloissa, lukuun ottamatta yhtä haastattelua, jonka tein haastateltavan kotona. Valitsin tilat siten, että kommunikointi ilman häiriöitä oli mahdollista (Hirsjärvi & Hurme 2014, 74). Haastattelutilan valintaan vaikutti myös se, että halusin häivyttää omalta osaltani työntekijän ja asiantuntijan roolia. Tästä syystä minulle oli tärkeää toteuttaa haastattelut poissa työntekijöiden työhuoneista ja kuntoutusyhteisöjen tiloista, mahdollisimman puolueettomalla maaperällä.

Ennen haastattelujen aloittamista kävin vielä haastateltavien kanssa läpi aikaisemmin jakamani saatekirjeen (LIITE 4). Päihdekuntoutujien kohdalla painotin erityisesti sitä, että tutkimukseen osallistuminen tai osallistumisen keskeyttäminen myöhemmin ei vaikuta mitenkään heidän kuntoutusjaksoonsa. Lisäksi kävimme läpi rooliani sosiaalityönopiskelijana ja tutkijana tarkentaen sitä, että en tee haastatteluja työajalla enkä työntekijän roolista käsin. Ennen haastatteluja haastateltavat allekirjoittivat suostumuslomakkeen (LIITE 5).

Alkuperäisenä ajatuksenani oli, että käyttäisin tutkimuksen aineistona myös vertaisohjaajuuden kehittämisen aikana syntyneitä dokumentteja eli kuntoutuskeskuksen kokousten ja kehittämistyöryhmien muistioita ja pöytäkirjoja sekä omia muistiinpanojani. Haastatteluaineiston laajuuden vuoksi en noudattanut alkuperäistä suunnitelmaa. Edellä mainittuja dokumentteja olen hyödyntänyt ainoastaan tutkielmani tukena taustoittaessani tutkittavaa aihetta, erityisesti luvussa vertaisohjaaja.

### 4.3 Aineiston analyysi

Tutkielmani on laadullinen ja tutkimusmenetelmänä käytin aineistolähtöistä sisällönanalyysiä, jonka avulla olen pyrkinyt muodostamaan selkeän ja tiiviin kuvauksen tutkimastani ilmiöstä vertaisohjaajuudesta. Aineistolähtöisen analyysin tavoitteena on luoda tutkimusaineistosta teoreettinen kokonaisuus. Analyysiyksiköt valitaan aineistosta toisin kuin teoriaohjaajavassa analyysissä eli tutkijan aikaisemmat havainnot ja tiedot tai teoria eivät ohjaa analyysin toteuttamista. (Tuomi & Sarajarvi 2009, 95, 108.)

Tavoitteenani on ollut, että tutkimustulokset nousevat aineistosta, eivät omista ennakkokäsityksistäni tai aikaisemman teorian pohjalta. On kuitenkin selvää, että esiymmärrykseni aiheesta on jossain määrin vaikuttanut tutkimustuloksiin. Työkokemukseni ja perehtyneisyyteeni aiheeseen ovat ohjanneet minua analyysiä tehdessäni, koska olen ollut mukana käynnistämässä, toteuttamassa, kehittämässä ja koordinoimassa tutkittavaa toimintaa.

Lisäksi olen työskennellyt pitkään yhteisökuntoutusta toteuttavassa päihdekuntoutuskeskuksessa eli tutkimukseni toimintaympäristössä. Taustastani huolimatta olen yrittänyt analysoida aineistoa mahdollisimman ulkopuolisin silmin ja etäännyttää itsenäni työntekijän roolista. Tavoitteenani on ollut konstruoida teoria haastatteluista muodostuneesta aineistosta (Eskola 2010,188).

Kiviniemi (2015, 74) toteaa, että aineistoon liittyvien näkökulmien ja tulkintojen voidaan katsoa kehittyvän tutkijan tietoisuudessa vähitellen tutkimusprosessin edetessä. Tutkimus on prosessi, jossa eri vaiheita ei ole mahdollista jäsentää etukäteen. Koin tulkintojen tekemisen aineistosta aluksi haastavaksi ja otinkin matkan varrella harha-askeleita esimerkiksi käsittelemällä aineistoa aluksi useammassa osassa vastaajaryhmittäin. Toisaalta

myös arastelin tulkintojen tekemistä minulle ennestään tutusta aihepiiristä ja pohdin paljon sitä, vaikuttaako käytännön kokemus tulkintaani liikaa.

Milesin ja Hubermanin (1994) mukaan aineistolähtöinen analyysi jakautuu kolmevaiheiseksi prosessiksi: aineiston redusointi eli pelkistäminen, aineiston klusterointi eli ryhmittely sekä abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108.) Tarkastelin tutkimusaineistoani sisällönanalyysin avulla eritellen eli etsimällä ja tiivistämällä yhtäläisyyksiä ja eroja. Tavoitteenani oli muodostaa tutkittavasta ilmiöstä eli vertaisohjaajuudesta selkeä tiivistetty kuvaus. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 105.) Tutkielmassani noudatin pitkälti teoksessa *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi* esiteltyä analyysitapaa, jonka mukaan kuvaan seuraavassa sisällönanalyysini etenemistä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108 – 113.):

1. *Aluksi kuuntelin haastattelut ja aukikirjoitin ne sana sanalta.* Puhtaaksikirjoitettua haastatteluaineistoa kertyi 149 sivua, rivivälillä 1,5 ja fontilla Times New Roman 12. Aineistonäytteistä on kuitenkin poistettu tauot ja sanojen toistoja, koska en kiinnitä huomiota esimerkiksi vuorovaikutukseen tai puhetapoihin. Sanatarkkaa litterointia noudatin muuten paitsi kuntoutujien taustatarinoiden osalta. Kuntoutujat kertoivat haastatteluissaan aluksi omasta päihde- ja toipumishistoriastaan. Tämän tarkoituksena oli toimia niin sanottuna lämmittelykysymyksenä sekä johdatella haastatteluun ennen varsinaisiin haastattelu-teemoihin siirtymistä.
2. *Seuraavaksi luin läpi haastatteluja ja perehdyin niiden sisältöön.* Haastattelujen lukeminen oli mielenkiintoista ja palautti elävästi mieleen itse haastattelutilanteet. Lukiessani tekstejä ensimmäistä kertaa pyrin lähinnä muodostamaan kokonaiskuvaa aineistosta, enkä juurikaan vielä miettinyt, mitkä asiat ovat oleellisia tutkimuskysymysten kannalta. Toisella lukukerralla lähdin läpikäymään tekstejä enemmän haastattelu-teemojen ja tutkimuskysymysten kautta.
3. *Kolmannessa vaiheessa etsin ja alleviivasin teksteistä pelkistettyjä ilmauksia.* Aluksi kävin tekstejä läpi ja tein merkintöjä ja muistiinpanoja haastattelu-teemoja mukailleen isompien kokonaisuuksien osalta. Tämän jälkeen alleviivasin eri väreillä alkuperäisilmauksia haastattelu-teemojen mukaisesti ja keskityin pelkistettyihin ilmaisiin eli muodostin tarkempia analyysiyksikköjä lauseista ja ajatuskokonaisuuksista.

4. *Seuraavaksi kokosin yhteen pelkistetyt ilmaukset.* Tässä vaiheessa luin läpi sekä pelkistettyjä ilmauksia, että alkuperäisiä tekstejä ja tarkistin, olisiko teksteillä vielä uutta annettavaa tutkimuskysymysten kannalta. Tein vielä joitakin uusia alleviivauksia ja palasin kohtaan kolme.
5. *Tämän jälkeen etsin pelkistetyistä ilmauksista samankaltaisuuksia ja erilaisuuksia.* Tässäkin vaiheessa palasin ajoittain alkuperäisten tekstien äärelle ja tarkistin vielä esimerkiksi missä lauseyhteydessä pelkistetyt ilmaukset oli esitetty ja olinko varmasti ymmärtänyt haastateltavan sanoman oikein.
6. *Pelkistettyjen ilmausten yhdistäminen ja alaluokkien muodostaminen* eteni melko sujuvasti, joskin hitaasti ja tässä vaiheessa käsittelin aineistoa vielä kolmikantaisesti eli eritellen vertaisohjaajien, ammattihenkilöstön ja kuntoutujien vastaukset omiksi tiedostoikseen.
7. *Alaluokkien yhdistäminen ja yläluokkien muodostaminen niistä* oli työläs, mutta antoisa vaihe. Tässä vaiheessa tajusin ottaa hiukan takapakkia ja palasin analyysissä taaksepäin. Yhdistin kaikkien kolmen vastaajaryhmän haastattelujen pohjalta muodostamani alaluokat, joista lähdin muodostamaan yläluokkia. Alaluokkia yhdistelemällä muodostin 7 yläluokkaa, jotka on esitelty taulukossa 1.

*Taulukko 1. Yläluokat*

<b>VERTAISOHJAAJA</b>
Esimerkki
Tulkki
Läheinen
Päihdetoipuja
Työhönkuntoutuja
Työyhteisön jäsen
Vastuun jakaja

8. *Viimeisessä vaiheessa lähdin yhdistämään vielä yläluokkia, joiden pohjalta muodostin lopulta kolme yhdistävää luokkaa eli kokoavaa käsitettä.* Pyörittelin yläluokkia pitkään sekä paperilla, että mielessäni ja palasin vielä lukemaan alkupeleistä aineistoa. Kokoavat käsitteet muodostuivat viimein vertaisohjaajien erilaisen roolien pohjalta. Roolit olivat kulkeneet mukana läpi analyysivaiheiden, mutta oivallus niiden merkityksestä koko tutkimuksen yhteen vetävinä käsitteinä syntyi tässä vaiheessa. Muistiinpanoja lukiessani voin kuitenkin todeta, että olen pohtinut rooleja ja niiden suhdetta toisiinsa pitkin matkaa ja koen sen olleen merkittävä osa tutkimusprosessia ja oppimiskokemustani. Taulukossa 2. on yläluokkien lisäksi esitelty niiden pohjalta muodostamani kokoavat käsitteet.

*Taulukko 2. Yläluokat ja kokoavat käsitteet*

<b>VERTAISOHJAAJA</b>	
Esimerkki Tulkki Läheinen	VERTAISEN ROOLI
Päihdetoipuja Työhönkuntoutuja	TOIPUJAN ROOLI
Työyhteisön jäsen Vastuun jakaja	TYÖNTEKIJÄN ROOLI

Kokoavana käsitteenä käyttämäni rooli on käsite, jota käytetään eri merkityksissä. Vilkkö-Riihelän mukaan roolit jakavat ihmisiä eri tehtäviin ja sisältävät rooliodotuksia, joita liitetään tiettyssä asemassa olevaan henkilöön. Järjestäytyneissä organisaatioissa työnjako on usein selkeä ja rooleja määritetään esimerkiksi tehtäväkuvauksissa. (Vilkkö-Riihelä 1999, 652 – 653.) Vastaavasti sosiaalipsykologiassa käsite kytketään sosiaaliseen asemaan, joka määrittää henkilön yleisesti tunnistetun toiminnan. Esimerkiksi lääkäri ja opettaja viittaavat tunnistettuun toimintaan. Roolin ottoa on puolestaan selitetty esimerkiksi käyttäytymisodotuksilla, jolloin tiettyyn asemaan sijoitettu henkilö saadaan käyttäytymään odotusten mukaisesti. Tällöin roolin voidaan nähdä määräytyvän ikään kuin ulkopäin. (Niemistö 2012, 85.)

#### 4.4 Tutkimuksen eettisyys

Haastatteluihin osallistuminen oli vapaaehtoista kaikille eli Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen päihdekuntoutujille, ammattilaisille ja vertaisohjaajille. Esittelin aihetta kuntoutuskeskuksen henkilökunnan ja kuntoutujien yhteisessä kokouksessa, jossa kävimme läpi tutkimuskysymykset ja saatekirjeen. Kerroin, että tutkimukseen osallistuminen on luottamuksellista ja vapaaehtoista, eikä yksittäisiä haastateltuja ole mahdollista tunnistaa valmiista tutkielmasta vaan tunnistetiedot häivytetään.

Oleellista oli tässä yhteydessä käydä myös läpi, ettei tutkimukseen osallistuminen, osallistumattomuus tai osallistumisen keskeyttäminen myöhemmin vaikuta esimerkiksi päihdekuntoutukseen. Painotin myös kyseisessä kokouksessa ja vielä ennen haastatteluja, että tutkielmaa tehdessäni en edusta työnantajaani. Toin esille, että haastatteluissa kuulemani asiat ovat luottamuksellisia ja voin hyödyntää niitä ainoastaan tutkielmassani. Kerroin, että säilytän tutkimusaineistoa suojattuna tutkimuksenteon ajan ja aineisto tuhoetaan tutkielman valmistuttua.

Aloitellessani tutkielman tekemistä, pohdin paljon sitä, onko eettistä tutkia toimintaa laitoksessa, jossa työskentelen. Mietin, miten pystyn ulkoistamaan itseni työroolista ja asettumaan sosiaalityön opiskelijan rooliin. Minulle oli alusta asti selvää, että esimerkiksi työhuoneeni ei ole oikea paikka toteuttaa haastatteluja. Halusin nimenomaan häivyttää rooliani Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen työntekijänä ja välttää valta-asetelmia (Eskola & Vastamäki 2010, 31).

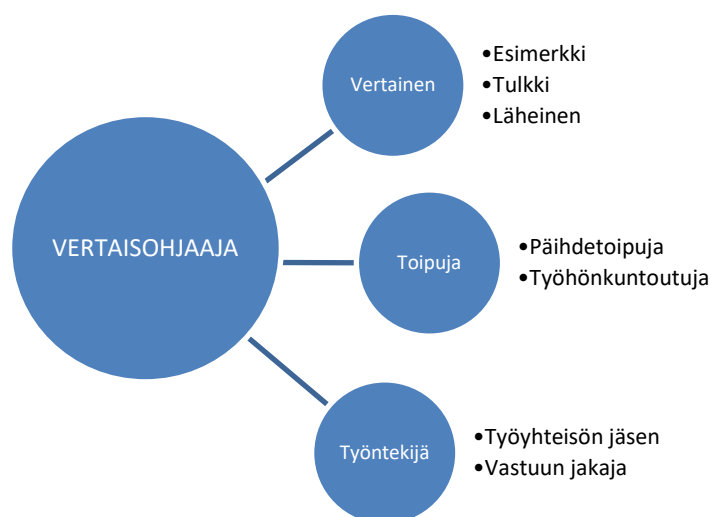
Työntekijän roolista irti päästäminen ja tutkijan rooliin asettuminen oli minulle tärkeää ja olin lopulta yllättynyt, kuinka hyvin onnistuin pysymään opiskelijan roolissa. Entisten ja nykyisten työtovereideni eli vertaisohjaajien ja ammattihenkilöstön haastattelujen jälkeen totesin, että olin tehnyt oikean valinnan päätyessäni ryhmähaastatteluihin. Keskustelu sujui ryhmissä hyvin ja välillä tuntui, että haastateltavat unohtivat läsnäolon. Tehtävänäni oli ainoastaan huolehtia, että kaikki teemat käsitellään ja tuntui luontevalta olla osallistumatta keskusteluun ja ottamatta kantaa käsiteltyihin teemoihin.



Tutkielmaa tehdessäni pohdin myös sitä, onko tutkimustulosten esittäminen eettisesti kestävää, kun tuon julki laitoksen nimen, jonka toimintaa olen tutkinut. Etenkin vuosina 2011 – 2014 laitoksessa työskennelleet vertaisohjaajat ovat melko pieni ja rajattu joukko ihmisiä. Haastatteluihin osallistuminen on kuitenkin ollut vapaaehtoista ja tutkimusympäristön kuvaaminen oli mielestäni merkityksellistä tutkimusaiheen ymmärtämisen kannalta. Useampi vertaisohjaajista on myös esiintynyt julkisesti esimerkiksi mediassa ja seminaareissa eikä peittele taustaansa päihdekuntoutujana. Yksittäisiä vastaajia ei myöskään ole mahdollista tunnistaa valmiista tutkimuksesta.

## 5 TULOKSET

Tutkielmani tulokset käsittävä luku sisältää kolme alalukua, joissa esittelen vertaisohjaajan roolit Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa. Vertaisohjaajan rooleja ovat vertaisen rooli, toipujan rooli ja työntekijän rooli. Tutkimuskysymyksiin vastataan näiden roolien kautta. Vertaisohjaajuuteen liittyvät haasteet, vahvuudet ja mahdollisuudet esitellään osana rooleja. Vertaisohjaajien ja ammattilaisten toiminnan ja toimenkuvien erot nousevat esiin erityisesti aluvussa 5.3. Kuviossa 1. on esitelty vertaisohjaajan roolit sekä yläluokat, joista nämä roolit muodostuvat.



*Kuvio 1. Vertaisohjaajan roolit*

Tuloslukuni sisältää runsaasti aineisto-otteita eli suoria lainauksia haastatteluista. Sitaatit jäsentävät vertaisohjaajan rooleja ja elävöittävät tekstiä. Ne antavat lukijalle mahdollisuuden päästä kiinni siihen, millaisista vastauksista tutkimuksen tulokset ovat muodostuneet. Sitaateista on poistettu kaikki mahdolliset tunnistetiedot, kuten henkilöiden nimiä sekä joitakin täytesanoja. Lainatessani haastattelemani henkilöitä tarkoittaa V1, V2 ja niin edelleen vertaisohjaajaa. K viittaa kuntoutujaan, A ammattilaiseen ja T itseeni eli haastatteliijaan.

## 5.1 Vertaisohjaaja vertaisen roolissa

Vertaisohjaaja toimii päihdekuntoutuskeskuksessa vertaisen roolissa. Vertaisohjaaja on vertainen suhteessa päihdekuntoutujiin sekä toisiin vertaisohjaajiin. Vertainen toimii päihdekuntoutujille esimerkkinä ja toivon tuojana omien toipumiskokemustensa kautta ja tekee työtä sydämellään. Vertaisen koetaan pääsevän lähemmäs kuntoutujia kuin ammattilaisen ja pystyvän toimimaan tulkkina ammattilaisten ja kuntoutujien välillä.

### 5.1.1 Esimerkki

Vertaisen roolista käsin vertaisohjaajat toimivat esimerkkeinä päihdekuntoutujille. Omalla esimerkillään vertaisohjaajat kannustavat ja osoittavat, että päihdeongelmasta toipuminen on mahdollista. Samankaltaiset kokemukset mahdollistavat roolimallina toimimisen (Murto 2013, 25).

*K5: ...vertsihomma on kyl semmonen niinku kannustava kaikin puolin niinku tota kuntoutujan näkökulmasta, et se et on joku ihminen joka on jo esimerkkinä pelkästään. Alussahan se on pelkästään niin ku oikeestaan esimerkkinä kannustava ja ennen ku minkäänlaista varsinaista niin ku semmosia nyanssitason vertaistukee keskusteluissa saa edes napattuun...*

*A2: ...heidän roolinsa on minun mielestä toimia läheisesti kuntoutujien kanssa rinnalla kulkijoina, tukijoina, oma kokemuksen kertojina... Ihmisinä hyviä, kuntoutujille tärkeitä, työntekijöille tärkeitä et he on esimerkkinä ihmisistä, jotka on kuntoutuneet ja päässeet vertaisohjaajiksi, tukihenkilöiksi.*

Toipumisessaan kuntoutujia pidemmälle edennyt vertainen on haastateltavien mukaan käynyt käytännön koulun ja lähellä kenttää, jolla tarkoitetaan kuntoutujien kanssa samalla tasolla olemista ja saman kokemusmaailman jakamista. Vertaisen kuvataan olevan tunnelin päässä, mutta silti tasavertainen kuntoutujien kanssa.

*V5: Sit tietyst sitä mä pidin tärkeenä, että yritti olla niinku mahdollisimman paljon samalla tasolla ku kuntoutujat, ettei niinku pitäny itteään yhtään ylempänä taikka alempana et tällasii...*

Haastateltavien mukaan vertainen pystyy ymmärtämään ja lukemaan kuntoutujia paremmin kuin ammattilainen. Vertaisen kuvataan pystyvän aistimaan esimerkiksi ahdistuksen tasoja sekä retkahduksen petaamista. Petaamisella tarkoitetaan tässä yhteydessä toiminta- ja käyttäytymismalleja, jotka voivat johtaa retkahdukseen.

*K5: ...vertsiltä vaaditaan just sitä, että osaa olla, herkästi nähdä niitä, niitä piirteitä millon, jollon toinen rupee petaamaan asioita ja lukemaan, lukemaan noita ahdistuneisuuden eri, tota tasoja...*

Vertaisohjaajat auttavat ja kannustavat kuntoutujia vastaanottamaan vertaistukea sekä kuntoutusjakson aikana että sen jälkeen. Vertaisohjaajien oma kiinnittyminen erilaisiin vertaistukiryhmiin näyttäytyy vahvuutena ja mahdollisuutena. He jakavat kuntoutujille tietoa erilaisista vertaistukiryhmistä ja kertovat oman kokemuksensa pohjalta, mikä on tukenut heidän toipumistaan. Tämä tukee kuntoutujien kiinnittymistä vertaistukiryhmiin ja päihdeongelman hoitamiseen avohuollossa. Vertaisryhmiin kiinnittyminen nähdään merkityksellisenä toipumisen kannalta, kuten on todettu myös aikaisemmissa tutkimuksissa (Ks. Kotovirta 2009; Oinas-Kukkonen 2013).

*K1: ...sielt (vertaisohjaajilta) on tullu just semmost hyvää vinkkiä, että miten sä pärjät sitten, jos sulla on se halu tosiaan pysyy selvinpäin ni mimmosella evässalkulla sä lähet tonne siviilielämään, että hommaat A-klinikkaa ja etsi hyvät ryhmät, missä sun on h elppo käydä, on se sit avokuntoutus tai sit illalla AA-ryhmät...*

*V2: ...Joo, mul on noihin vahvuuksiin, että tota ni se oli mun vahvuus kans ku mä rupesin käymään noissa vertais, kahentoista askeleen vertaisryhmissä ni se oli mun vahvuutena nää ja osallistuin Terveystieteiden ryhmään, ni mä osasin tuoda sieltäkin sitä, niitä asioita esille...*

*A1: ...se mikä on jo tähän mennessä ollu se mahdollisuus, et en tiedä paljoks johtuu vertseistä ja paljoks muuten täst kulttuurin, työkuulttuurin muutoksesta, mut kyllähän nyt ne (kuntoutujat) kiinnittyy selkeesti enemmän. Siis ne on paljon kauniimpia ne jatkumot, ku aikasemmin. On tosi vähän semmosii, jotka putoo niinku tyhjän päälle, ku ne lähtee täältä ja ihan takuulla tulee siis siit vertsikuvioista paljon siihen...*

Vertaisohjaajat ylläpitävät kuntoutuskeskuksessa toipumiskulttuuria. Toipumiskulttuuri rakentuu esimerkiksi toipumistarinoista ja pitää sisällään eri vaiheissa olevien toipujien tuen sekä vertaisryhmissä että niiden ulkopuolella (Häkkinen 2013, 151). Vertaisohjaajat tukevat päihdekuntoutujia irrottautumaan päihdekulttuurista ja huolehtivat siitä, että toipuminen ja päihhteettömyys pysyvät keskiössä kuntoutuskeskuksessa.

*V3: ... mä nään, et toivottavasti ollu isossa roolissa myös ryhmissä, yhteisön ryhmissä ja väliarvioissa ja alkuarviossa ja näissä, et pitämässä myös sitä toipumiskulttuuria yllä. Yrittäny sellasena toipumiskeskeisenä pitää sitä, et ehkä me päästään siinä lähemmäs kuntoutujia, ku ammattihenkilöt. Meil on sitä samaistumista, me pystytään ymmärtää, mitä se tuska ja kaikki mikä siihen liittyy ehkä viel paremmin.*

Oma kokemus päihdeongelmasta ja toipumisesta nähdään vertaisohjaajien vahvuutena ja voimavarana. Vertaisen on ammattilaista helpompi ymmärtää kuntoutujien tuntemuksia ja esimerkin voimalla saada heidät näkemään muutoksen mahdollisuus. Nämä ovat asioita, joita ammattilaiset eivät voi oppia kirjoista lukemalla ja teorian kautta.

*K3: ...tottakai sit kuntoutujan näkökulmasta ni on se, että et tää on mahdollista ja hei toi on ollu noin pitkään ja ai toi teki noin ja sielt voi poimii niitä ja on se niinku tavallaa esimerkki siinä...*

*V6: Vahvuuksia, no se on justinsa nimenomaan tämä, että ku se oma kokemus on siellä pohjalla niin tietää niitä filiksiä niin siinä pystyy auttaan aika paljon pelkästään sillä, että toinen tietää. Elikkä kertomalla siitä, että itellä on ollu tämmösiä tilanteita ja tämmösiä. Vaikka ei ne nyt koskaan samantaisia ole, niin se on yksi semmonen vahvuus varmasti meillä kaikilla, olla se saadaan ihmistä auki helpommin ko niinkö jos vertaa henkilökuntaan.*

Onnistumisen kokemuksista kertomisen lisäksi vahvuutena näyttäytyvät vertaisohjaajien omat kokemukset epäonnistumisista, kuten retkahduksista. Epäonnistumisen kokemusten ja niistä selviytymisen esiin tuomisella koetaan olevan merkitystä kuntoutujille esimerkiksi päihdeongelman ymmärtämisen ja retkahduksen ehkäisyn näkökulmista. Kuntoutusjaksolla olevat päihdekuntoutujat ovat yleensä toipumisessaan alkuvaiheessa. Vastaavasti vertaisohjaajat ovat jo ylläpitovaiheessa, jolloin raittiisuus on vakiintunut ja identiteetin muutostyö käynnissä (Ks. Miller 2008, De Leon 2010). Vertaisohjaajilla on kokemusta raittiuden ylläpitämisestä. Retkahduksen ehkäisyn näkökulmasta omia kokemuksia onkin mahdollista hyödyntää päihdekuntoutujien eduksi.

*V8 ...Mun vahvuus oli se heikkous, kun mä retkahdin joka saatanan kamaan mitä löyty maailmasta.*

*K5:... ja ottanu (vertaisohjaaja) sen (retkahduksen) itseisarvoks tai semmoseks niinku kääntäny sen voitoks sen retkahduksenkin tavallaan niinku et, että et sekin on äärimmäisen arvokasta. Arvokasta niinku vertaistukitietoa tai semmost tietopohjaa...*

Oman toipumiskokemuksensa lisäksi vertaisohjaajat pitävät vahvuuksinaan henkilökohtaisia ominaisuuksiaan kuten rauhallisuutta, positiivisuutta, kärsivällisyyttä ja suvaitsevaisuutta. Vertaisen roolissa henkilökohtaisten ominaisuuksien merkitystä pidetään tärkeänä ja työtä tehdään omalla persoonalla.

*V9: Ja vahvuutena sitte mulla itsellä on tota, miten tän nyt sanois... kärsivällisesti positiivinen tsemppaaja*

Vahvuutena ja vertaisena toimimisen edellytyksenä vertaisohjaajat näkevät myös sen, että he ovat tasavertaisia kuntoutujien kanssa. Vertaisohjaajien kuvataan olevan samalla viivalla ja samalla tasolla kuin päihdekuntoutujat, vaikka he ovatkin edellä päihdekuntoutumisen ja toipumisen näkökulmasta. Tasavertaisuus nähdään tärkeänä ja se auttaa kuntoutujia samaistumaan vertaisohjaajiin. Tämä mahdollistaa elämäntilanteiden käsittelyn vastavuoroisesti (Hyväri 2005, 215).

*V5: Sit tietyst sitä mä pidin tärkeenä, että yritti olla niinku mahdollisimman paljon samalla tasolla ku kuntoutujat, ettei niinku pitäny itteään yhtään ylempänä taikka alempana...*

*V2: ...vertaisohjaajen tehtävänä niinko ollu siinä vähän edellä muita siinä kuntoutumisessa, mut silti ollu tasavertanen ihminen ja niinko ollu siinä myötä- ja vastoinkäymisessä mukana huonossa ja pahassa...*

Vertaisen toimiessa esimerkkinä haasteena nähdään se, että kuntoutujat ovat hyvinkin erilaisia. Erityisesti erilaiset päihteidenkäyttötaustat ja laaja ikäjakauma mietityttää vertaisohjaajia vertaisena toimimisen näkökulmasta. Haastateltavat pohtivat kulttuurieroja ja eri-ikäisten päihdekuntoutujien tarpeita. Huumeiden käyttäjät ovatkin yleensä erilaisissa marginaaleissa eläviä ihmisiä ja laittomien päihteiden käyttäjien kanssa ovat tekemisissä lähinnä poliisi, sosiaali- ja terveydenhuolto sekä järjestöt. (Knuuti 2007,18). Suhtautuminen huumeiden käyttöä kohtaan on kulttuurissamme moraalisesti latautunutta (Väyrynen 2007,171). Vastaavasti alkoholiongelmaiset päihdekuntoutujat eivät ole yleensä eläneet niin vahvasti alakulttuurissa ja syyllistyneet esimerkiksi rikoksiin, koska heidän käyttämänsä päihteet ovat laillisia.

*V4: ...kyllä siellä välillä tuntu niinku että, joo ei oo mitään tekemistä, varsinki nuoret. Nuorille pitäis kerkiä nyt kehittää jotaki ihan erilaista hommaa, mitä kasvihuoneella mullitetaan purkkia ja tommosta, että ihan muuta että semmonen mikä nyt siihen sairauteen auttaa. Soittamaan bändiin tai jotaki tekemään. Harjottelemaan laulua, tanssia, runoutta...*

*V10: ...mulle on haasteena ne nuoret huumeidenkäyttäjät vastaan vanhat juopot joihin itse kuulun, koska se on, ne ei, me ei ihan samaa kieltä puhuta, koska mä en pysty olee vertaisena linnakundeille...*

Haasteena nähdään myös ne päihdekuntoutujat, jotka tulevat laitoskuntoutusjaksolle yhä uudestaan, eivätkä kiinnity vertaistuen piiriin. Heille esimerkkinä toimiminen koetaan haastavaksi. Toisaalta näiden kuntoutujien kohtaaminen, motivaation herättelemine ja tukeminen kohti päiheteettömyyttä nähdään myös vertaisohjaajien vahvuutena.

*V8: ... mä ainaki haastan ainaki semmosia kavereita, mitkä tulee tänne, kuntoutujia ja mul on just se, et tota ko ne on täällä ollu ja siis tota harjotellu sitä, harjotellu sitä kohtuukäyttöä ni miten mä saan ne käännettyy ne päät niinku näitisti sillä tavalla, että toi nyt lopettas toi haihatteleminen ja tekis niitä päätöksiä ja se on aika tota haastavaa siinä suhteessa ja mielenkiintosta vielä, mut sit ko huomannu temppuja, miten se onnistunukki muutamilla ja siit tulee hyvä mieli...*

### 5.1.2 Tulkki

Haastateltavat kuvaavat vertaisohjaajan olevan esimerkiksi suodatin, adapteri, lähetti, viestin viejä, loiventelija, suomentaja, kuntoutujan ja ammattilaisen välissä olija ja lähentäjä. Vertaisohjaaja toimii tulkkina ja linkkinä ammattilaisten ja kuntoutujien välissä. Vertaisohjaajien koetaan lähentävän ammattilaisia ja kuntoutujia toisiinsa.

*V6: Jotenkin niinko se (vertaisohjaaja on), enempi siinä henkilökunnan ja kuntoutujien välissä, niinko että lähentämässä sitä, koska kaikki niinko täs on kuultu, niin tota kuntoutujalla on helpompi puhua meille ja tietysti toiki, et me ollaan enempi ehkä paikallaki sinällään ja, että niinko tavallaan suomentaa niitä kuntoutujien käsityksiä henkilökunnalle, että mitä ne niinko tarkoittaa sillon ku ne puhuu tai ajaa takaa, kuitenkin se on aika paha fililis ku tulee tänne.*

Haastattelujen perusteella vertaisohjaajat auttavat ammattilaisia ja kuntoutujia ymmärtämään toisiaan. Heidän kuvataan toimivan suomentajina ja tarvittaessa myös suodattimina ammattilaisten ja kuntoutujien välissä kuten seuraavasta keskusteluotteesta käy ilmi.

*K1: ...mä ajattelen niinku ton vertaistukihenkilön niinku suodattimena, kuntoutujan ja henkilökunnan välissä, et mä, jos mul on joku pieni ongelma ni mä voin kertoa sen vertaistukihenkilölle, joka saattaa sen viestin sitte henkilökunnalle. Ja sit, sen tiedän, että vertseillä ja henkilökunnalla on keskinäisiä palavereit, missä ne keskustelee sit noit, jos on jotain ongelmii. Suodatin, tämmönen suodatin meidän ja henkilökunnan välissä...*

*T: Mitä se (vertaisohjaaja) suodattaa?*

*K1: Jos henkilökunnalla on jotain sanomista vaikka yhteisöelämään ni aika usein niinku, jos mä ajattelen ni vertsi voi olla se sanan tuoja, ku se voi esittää sen sitte vähän eri tavalla, niinku tämmösel pehmeemmällä tavalla, koska vois olettaa myös että niinku henkilökunta sanois, räväyttäis vaan sen asian sinne yhteisöön, et näin teidän pitää toimia ja näin te ette saa tehdä, mut vertsit tulee niinku eri tavalla lähestyy sitte taas sitä yhteisöä, et tämmöstä viestii on tullu tuolta et voitais toimii tällä tavalla tai tolla...*

Vastaavasti huumeidenkäyttäjille suunnattua katuklinikkatyötä tutkittaessa vertaiset ovat kuvanneet toimivansa tulkkina ja siltana ammattilaisten ja asiakkaiden välillä, jolla tarkoitetaan toiminnan ymmärrettäväksi tekemistä ja luottamuksen herättämistä (Virokannas 2014, 662). Tutkielmani haastateltavat kuvaavat ammattilaisen ja kuntoutujan välissä tulkkina toimivan vertaisen pystyvän selittämään kuntoutujan tunnetasoja ammattilaiselle ja tuovan kuntoutujien maailman ja päihdeongelmaan liittyviä asioita lähemmäs ammattilaisia. Vertaisohjaaja voi yhden haastateltavan mukaan toimia tarvittaessa jopa erotuomarina.

*VI: ... Paitsi että vertsi (vertaisohjaaja) voi olla tulkki niinku X (nimi poistettu) sanoi, se voi, vertsi voi olla myös, jos taidot ja diplomaattisuus riittää, ni voi olla myös erotuomari...jos tulee niinku henkilökunnan jonkun edustajan ja sitten kuntoutujan välille täydellinen sanotaanko väärinkäsitys, puhutaan ihan eri kieltä, vertsi ymmärtää sattumoisin usein molempien kannat...*

Vertaisohjaajatoiminnan vahvuutena ja mahdollisuutena nähdään se, että päihdekuntoutujat ja ammattilaiset ovat lähentyneet. Tämän kuvataan johtaneen esimerkiksi siihen, että päämäärä on yhteinen ja vastakkainasettelu on vähentynyt. Yhteistyö koetaan entistä toimivammaksi ja päihhteitä vastaan taistellaan yhdessä.

*A4: ...mut et täs on niinku löytyny ihan ihan mieletön kuvio tää tota ja nyt on yhteen nimeen, en tiedä hyväksyykö kaikki, mut must tää niinku vertaistuki ja silloin ku se toimii oikeessa muodossaan elikkä kohti tukee niinku raittiustavoitteita ja sitä päihhteettömyyttä ni se on siis niin vahva voima. Ja vertaistukee voi antaa vaan vertainen ja tota mekin ollaan tietyst vertaisia toisillemme, mut et sit täs on vielä se, et kun työntekijät ja kuntoutujat ovat löytäneet toisensa ja tehdään yhdessä päihhteitä vastaan ni se on ihan jotain niin mieletöntä, koska mä muistan ajan jolloin työntekijät on ollu kuntoutujia vastaan ja toistepäin.*



Hyväri (2001, 285) on todennut yhteisöjen jäsenten voimaantuvan ja heidän toimintakykynsä lisääntyvän, kun he saavat kuuluviin näkemyksensä ja kokemuksensa. Vertaisohjaajat tukevat päihdekuntoutujia saamaan äänensä kuuluviin ja osallistumaan aktiivisesti yhteiseen päätöksentekoon ja yhteisöjen toimintaan. Yksilöt voimaantuvat ja ammattilaiset ja päihdekuntoutajat lähentyvät, kun asioita tehdään ja niistä päätetään yhdessä.

Kuntoutujien ja ammattilaisten välissä toimimisessa koetaan kuitenkin olevan omat haasteensa. Haastateltavat pohtivat, miten pystyy säilyttämään kaikkien osapuolten luottamuksen. Haasteena nähdään myös se, missä kulkee vaitiolovelvollisuuden raja toisaalta suhteessa päihdekuntoutujiin ja toisaalta suhteessa ammattilaistyötovereihin.

*V10: ...et sit toinen asia, mikä meidän vertsi on niinku semmosena pienenä haasteena, on se, että meil on vähän tämmönen rippisalaisuus ku me ollaan kahden tulen välissä eli jos meille kerrotaan, jos meille asiakas kertoo luottamuksella jotain ni se on oikeesti luottamuksel kerrottuna se asia. Ja samoin, jos mulle työntekijä sanoo jostain jotain, ni se on kans mulla semmonen asia, et mä en vaikka must kuinka tuntuis siltä, että mut jos se henkilökohtasesti mulle sanotaan ni se on vaan nieleskeltävä ja mietittävä, et miten tän asian sitte lainpuitteissa hoitaa sen asian eteenpäin.*

### 5.1.3 Läheinen

Haastateltavat kuvaavat vertaisohjaajaan olevan esimerkiksi läsnäolija, lähituki, läheinen, kohtaaja, kaveri ja sydämellä tekijä. Haastattelujen perusteella vertaisohjaajan koetaan pääsevän lähemmäs kuntoutujaa kuin ammattilaisen.

*V9: ...lähituki, et niinku läsnäolo ja semmonen, et olla tukena aina työaikana ja osin työajan ulkopuolella...*

Vertaisohjaajaksi hakeutumisen syyt kertovat siitä, että tehtävään on hakeuduttu vilpittömästi auttamisen halusta ja vertaisohjaajat tuntevat kiitollisuutta Tervalammen kartanon kuntoutuskeskusta kohtaan. Vertaisohjaajien haastattelun perusteella he haluavat tukea ja auttaa päihdekuntoutujia, mutta myös itse kuntoutuslaitosta ja palvelujärjestelmää. Haastattelussa nousi esille niin sanottua toipumispuhetta, joka on liitettävissä vertaisryhmiin, joissa vertaisohjaajat hoitavat itseään. Tällöin käytetään esimerkiksi ilmaisuja kiitollisuus, nöyryys ja hyvittäminen, jotka ovat yhdistettävissä AA:n kahdentoista askeleen ohjelmaan. (Ks.liite 2.)

*V1: Osittain koen maksavani Tervalammelle, en voi sanoa velkaa, mutta halusin tehdä jotain hyvää paikalle, joka oli tehny mulle hyvää.*

*V2: ...hyvittämistä se oli, koska mun raitistuminen alko täällä Tervalammella ja sain täältä ne kaikki rakenteet itsellekin ja itse tää juttu ja tunsin, tunsin olevani oikee tota niin heppu siihen hommaan...*

*V7: ...ja tää on mulle kahdentoista askeleen työtä ja olemista ja elämistä ja elämäntapa ja semmonen, et on kiva antaa, ku on saanukki.*

Vertaisohjaajien kerrotaan olevan ammattilaisia enemmän paikalla kuntoutusjaksolla olevien päihdekuntoutujien arjessa. Haastatteluissa nousi esille esimerkiksi vapaamuotoinen tuki, läsnäolo ja ajan antaminen, jota kuntoutujat saavat vertaisohjaajilta enemmän kuin ammattilaisilta. Tämä on tärkeää päihdekuntoutujille, jotka ovat vasta kiinnittymässä toipumiskulttuuriin ja vertaistuen piiriin. Merkitykselliseksi koetaan keskustelut, joita käydään epävirallisissa yhteyksissä kuten tupakkapaikoilla ja lenkillä.

*K5: ... Siis mun mielestä vertsin, sen mä oon kokenu ite vaan niinku sillä tavalla, mun parhaat keskustelut vertsiens kanssa on ollu pienissä ryhmissä tai kahden kesken tupakkapaikoilla tai jossain muissa tilaisuuksissa tai syryssä yhteisökokouksista...*

*A5: ... ja sit vertseillä on enemmän se just ajan antaminen...*

*V1: ...toki sit myös sitä vapaamuotosempaa tukee antaa vertaisohjaajat mihin taas sit ammatti-ihmisenä ei, ei pääse mukaan samallai, jossain kohti ihan vähän, mut ei silleen selkeenä työtehtävänä, et ehkä ne on niit katvealueita, mis luodaan luottamusta ja muuta.*

Vertaisohjaajien kuvataan pääsevän lähemmäs päihdekuntoutujia kuin ammattilaisten. Luottamuksellisen suhteen luominen ammattilaisiin on päihdekuntoutujille vaikeampaa, sillä ammattilaiset luokitellaan helposti viranomaisiksi. Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa pyritään kuitenkin terapeuttisen yhteisön tavoin ylittämään henkilökunnan ja päihdekuntoutujien välinen kuilu tarjoamalla kaikille mahdollisuus osallistua toimintaan (Murto 1997, 224). Vertaisen roolissa korostuvat kuuntelemisen, keskustelemisen ja kohtaamisen taidot sekä taito jakaa omia kokemuksiaan, jotka edesauttavat läheisen suhteen luomista päihdekuntoutujiin.

*K1: ...et niil on kuuntelemisen taito, ne ei keskeytä sua, sä saat purkaa ittes ihan sit ne vasta rupee puhuu ja jos ne pystyy antaa hyvii, järkevii ohjeita miten toimii sen asian suhteen ni sehän vaan viel korostaa enemmän sitä vertsin toimintaa, mitä ne on pystyny mullekin nyt antamaan, todellaki nostan korkeelle noi kaverit mitkä tääl nyt on...*

*V7: ...se kuuntelemisen taito on vielä tärkeempi melkeen, ku se oman kokemuksen jakamisen taito, mikä seki on tosi tärkeä, että se saa sitä samaistumis pintaa, ku sitä varmasti löytyy sieltä sit...*

Vertaisohjaajien vahvuutena nähdään kuntoutujien lähelle pääseminen, luottamuksen saavuttaminen, vertaisena toimiminen sydämellä ja aito halu auttaa. Läheisenä ja läsnä olevana vertaisohjaajan kuvataan voivan olla päihdekuntoutujille myös esimerkiksi kaveri, kanssakuntoutuja ja avustaja. Vertainen mielletään tasavertaiseksi ihmiseksi ja kohtaajaksi.

*V1: Muuten se on yksilön kohtaamista ja juttelua, läsnäolemista, huomioimista. Kaikkee sitä, mitä voi ihmisen itsetunnolle, kokenemiselle tehdä. Se on vertsin suurin tehtävä ja haaste.*

*V4: Kehittelin uusia ihmisen ihmiselle toimintamuotoja ja lähestymistapoja, kaveri, ystävä, samalla viivalla, sillä periaatteella...*

*V10: ...meiän vertsin rooli on, meiän on oltava se avustaja ja kaveri.*

Haasteena nähdään se, että vertaistukea on vaikea rajata eikä sen antaminen välttämättä pääty työpäivän päättyessä. Vertaiset majoittuvat arkipäivisin Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen laitosalueella. Ammattilaisten poistuessa töistä heidän työpäivänsä automaattisesti päättyy. Vertaisena toimimista sen sijaan on vaikea rajata tapahtuvaksi virka-ajan puitteissa, kun päihdekuntoutujia saattaa majoittua myös samoissa tiloissa vertaisohjaajien kanssa. Vertaisohjaajat ovat muutenkin lähellä kuntoutujia ja kuntoutusyhteisöjä myös iltaisin. Heidän läsnäolonsa laitosalueella asettaa omat haasteensa huolehtia omasta vapaa-ajasta.

*V7...me ollaan täällä niinku ollaan asuttu täällä. Ku työntekijä lähtee neljältä tai monelt se lähtee pois ni mehän ollaan koko ajan sit läsnä kuitenkin, et jos me käyään tossa iltasellaki, ni eihän se lopu se vertaisena olo mihinkää siihen, et kello lyö neljä.*

Haastateltavat pohtivat myös rajaamista ja sen haasteita suhteessa kuntoutujiin. Vertaisohjaajien ollessa läheisiä päihdekuntoutujien kanssa voi olla haastavaa esimerkiksi sanoa kuntoutujalle ei. Kuntoutujien lähellä olevan vertaisen haasteina nähtiin myös omien tunteiden käsitteleminen ja kontrollointi sekä itsensä kovettaminen ja toisaalta herkistäminen. Meriluoto (2015, 61) onkin todennut, että vertaistukihenkilönä toimiminen vaatii paljon. Omalla polulla täytyy olla jo pitkällä ja jaksamisen hyvä, jotta toiminta voi olla voimaannuttavaa ja hyödyttää kaikkia.

*K5: ...et miten leikkiä sillä, et osaa oikeella tavalla herkistää itseään, mutta sitte kovettaa, et se on niinku ja kuitenkin teema ja asiat ja ihmiset on samat ja sitte sun pitäis olla oikeella tavalla herkkä...*

*V3: ...mut et mikä meil on haasteena, mennä tunnetilalla liian lähelle sitä kuntoutujaa. Elää niinku niin voimalla siinä. Sit jos siin tapahtuu jotain ikävää niin tota siin pitää oppii sitä rajaamista ja tai sitte vertaisohjaajana alkaa elää sitä roolia siviilissäki... ... ja tietysti nää, mitä tos oli edelläki et kaikki nää tunnetilojen kanssa niinku oppiminen. Se on niinku mun mielestä hyvä asia niitä oppii täällä, mut se oli myös haaste, et selvinpäin rupee, rupee niitä tunteita sitte opettelemaan. Miten niitä käsittelee ja hallitsee ni se on ollu sekä hyvä asia, et se on ollu haaste...*

Uuden kuntoutujan lähestyminen voi myös olla vertaiselle haastavaa samaistumisen kokemuksista huolimatta. Päihdekuntoutukseen hakeudutaan ja päästään yleensä vaikeassa elämäntilanteessa ja päihdeongelman ollessa hallitsemattomissa.

*V6: ...ni se (haaste) on ehkä se, et miten ni kuntoutujaa lähestyy, ko uus tulee, joka on ihan lukossa ihminen, että miten saa silleen avautuun ja kukaanhan ei väkisin avaudu, että miten toimia sitte. Semmosessa tilanteessa ku näkee, et toisella on paha olo ja toivois voivansa auttaa. Tietenkää ainahan ei pysty siihen. Se pitää lähteä siitä itestään...*

Omien tunteiden käsitteleminen, omasta itsestä huolehtiminen ja oman päihdeongelman hoitaminen ovatkin tärkeitä vertaisohjaajana toimivalle. Haasteena on se, että vertaisohjaajalla ei yleensä ole niin sanottua ammatillista suojaa, kuten koulutetulla ammattilaisella vaan työ perustuu vertaisuudelle.

## 5.2. Vertaisohjaaja toipujan roolissa

Vertaisohjaaja on toipuja suhteessa päihdekuntoutujiin, vertaisohjaajiin ja ammattilaisiin. Vertaisohjaajat ovat sitoutuneet päihdeettömään elämäntapaan ja he hoitavat päihdeongelmaansa vertaistukiryhmissä ja avoimuuden palveluissa. Toipuminen on moninainen prosessi ja työhönkuntoutuminen voidaan nähdä yhtenä osana päihdetoipujan toipumisprosessia. Vertaisohjaaja on päihdetoipuja, joka toimii työhönkuntoutujana Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa.

### 5.2.1 Päihdetoipuja

Vertaisohjaaja on päihdekuntoutuja, joka on kuntoutumisprosessissaan pidemmällä kuin laitoskuntoutuksessa olevat kuntoutujat ja pystyy jo jakamaan kokemuksiaan kuntoutumisesta ja toipumisesta. Vertaisohjaajan oma hoito tapahtuu muualla ja tärkeää on, että oma raittius on vakaalla pohjalla.

*A2: ...vertaisohjaaja on usein vielä itse myös kuntoutumisvaiheessa...*

*A3: ...he (vertaisohjaajat) on itse myöskin siinä kuntoutumisprosessissa ja se on totta. Jotenkin mä kuitenkin niinku työntekijänä odotan, et he on jo niin pitkällä siinä kuntoutumisprosessissa, että he pystyy myöski kantamaan sitä vastuuta, mitä tulee sit ton myötä, koska toi on aika, toisaalta aika vaativaa se vertsin työ, ni jotenki et se oma kuntoutuminen olis sit siinä vaiheessa oikeesti et jaksaa ja pystyy niinku ottamaan vastuuta myös muista...*

Toipumista kuvataan esimerkiksi kasvamiseksi ja siihen kuuluu itsensä hoitaminen ja haastaminen. Vertaistukiryhmistä haastatteluissa mainitaan kahdentoista askeleen ryhmät NA ja AA sekä Kohtaamispaikka Tervis, joka on Tervalammen kartanon entisille ja nykyisille kuntoutujille suunnattu keskusteluryhmä.

*K3: ...ja sit ku hän oli viel semmonen, et hän hoiti itteensä siin niinku aika aktiivisesti vielä samaan aikaan. Kävi niinku ryhmissä ja puhu paljon siitä niinku toipumisesta...*

*V6: Itsessään kasvamista ja haastamista, ittensä haastamista.*

Toipumisen kannalta vertaisohjaajana toimimisen vahvuutena on se, että työ tukee vertaisohjaajan omaa raittiutta ja toipumista, vaikka oma hoito tapahtuukin muualla. Vertais-tuen nähdään olevan vastavuoroista myös vertaisohjaajien ja päihdekuntoutujien välillä. Toipujan roolissa vertaisohjaaja on edelleen päihdekuntoutuja ja sosiaaliset suhteet, välittäminen ja samaistuminen edesauttavat myös vertaisohjaajien omaa toipumista heidän toimiessaan tehtävissään (Hännikäinen-Uutela 2004, 196).

*K1: ...siis samalla ku ne (vertaisohjaajat) on meiän kuntoutujien kanssa tekemisissä ne kuulee erilaisii asioita ni samalla neki kuulee jotain erilaista, joka taas tukee myös niitten omaa raittiutta siel takana, koska me ollaan kuitenkin kaikki yksilöitä, meil on sairaus on sama mut ne tarinat, kertomukset [...],ne saa sieltä tipsei...*

*A4: ...ja tää sit mist on puhuttu ni tää on heille suuri mahdollisuus edelleen jatkaa omaa kuntoutusta ja vahvistaa sitä.*

Vertaisohjaajan itsensä hoitamisen merkitystä korostettiin haastatteluissa. Itsensä hoitaminen ja omasta toipumisesta huolehtiminen nähdään myös haasteena. Toipumista kuvataan loppuelämän kestäväenä prosessina. Tämä käsitys on yhtenäinen De Leonin (2010) toipumisen vaiheiden kanssa. Viimeinen vaihe eli yhdentyminen ja identiteetin muutos nähdään päättymättömänä vaiheena.

*K3: ...ehkä niinku jotenki kannustasin niinku heitäki siihen omaan toipumiseen keskittymiseen ja tavallaan semmoseen niinku, et tottakai tollases paikassa (Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa) se vertaistuki ja niinku on paljon ihmisii ja näkee ja käy sitä keskusteluu ni se voi tuntuu tosi puuduttavalta, mut et niinku sitä ei pitäs silti unohtaa, että ois joku kanava, missä niitä omiiki sit käy, niitä omii tän hetken tunteita voi käydä läpi.*

*V9: ...mun mielestä tää on niinku mulle tämmönen haaste niinku loppuelämäks tää oma toipuminen, koska tota mä ajattelen, että mä oon tällä hetkellä raitis päihdetoipuja ja mä oon sitä lopun ikääni halusinpa tai en.*

Haasteeksi koetaan myös sen arvioiminen ja määrittelemisen, milloin vertaisohjaajaksi pyrkivän henkilön oma toipuminen on riittävän pitkällä, jotta hänen on mahdollista ja tarkoituksenmukaista toimia vertaisohjaajan tehtävissä. Vertaisohjaajaksi pääseminen edellyttää vähintään puolen vuoden raittiutta ja intervallijaksoja Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa. Näin pyritään turvaamaan se, että ihmiset olisivat riittävän pitkällä omassa toipumisessaan aloittaessaan työskentelyn vertaisohjaajan tehtävissä (Ks. Miller 2008; De Leon 2010). Oikea-aikaisuutta on vaikea määrittää ja aikaisemmassa tutkimuksessa on todettu, että huumeongelmasta toipuvat ovat olleet valmiita työllistämistoimenpiteisiin keskimäärin vasta vuoden raittiuden jälkeen (Knuuti 2007, 143).

*A1: No siis haasteina varmaan se, mist on jo puhuttukki, et saatais jotenki oikea-aikaisesti vertaisohjaajat vertaisohjaajiks*

*A3: ...mut sit se meidän työntekijöitten rooli ja varsinki niitten ketkä sit vertsejä niinku tänne sitte, täs on nyt X (nimi poistettu) ja ketä siin on, et on tässä myöskin meidän näitä ketkä niinku valitsee näitä vertsejä tänne ja, ni siin on myöskin se, että siin on aika iso vastuu ja rooli siinä, et oikeesti tsekataan se, et se toipuminen on jo sen verran pitkällä, täs kaikkee saa kokeilla ja ihan kiva, mut se voi olla, tehä semmosen karhunpalveluksen sekä yhteisölle, työntekijöille et sille kuntoutujalle itselleen, jos liian aikasin lähtee liian isosiin saappaisiin.*

## 5.2.2 Työhönkuntoutuja

Työhönkuntoutuminen voidaan nähdä osana toipumista, mutta vastauksissa se nousi esille myös omana merkityksellisenä prosessinaan. Vertaisohjaajat toimivat työkokeilijoina, palkkatukityöllistettyinä ja vapaaehtoistyöntekijöinä sekä kokemusasiantuntijoina, jolloin työ on palkkioperusteista. Haastatteluisa vertaisohjaajan kuvataan olevan harjoittelija, työssäoppija, työhön tutustuja, työkokeilija ja työelämään palaaja.

*K2: Vertsit on mun mielestä hiukan niinkun harjoittelijoita, ne on vaan niinkun mukana.*

*A4: ... täällä alotetaan kuitenkin tässä tota tukityössä tai tässä hetkinen tää työkokeilussa ja siirrytään palkkatukityöhön niin sekin tuo niinku sitä vastuuta sitten... tehtäväkenttä ehkä laajenee siinä palkkatukityössä ja vastuu tietyst laajenee.*

*V2: ...työelämään oon nyt suuntautumassa, eläkeläinen oon ja sain mahdollisuuden tota lähtee niinku työelämään...*

Työhönkuntoutuksen vahvuutena ja mahdollisuutena nähdään vertaisohjaajien jatkopolut opiskelemaan ja työelämään. Vertaisohjaajana toimiminen tarjoaa myös hyvän mahdollisuuden tutustua sosiaali- ja terveysalan työhön. Osa vertaisohjaajista tekee paluuta työelämään ja osalla opiskelua tai työelämää ei ole juurikaan takana. Vertaisohjaajana toimimisen voidaan nähdä olevan eräänlainen välivaihe ja perinteisiä työllistämistoimenpiteitä kevyempi vaihtoehto, joka tukee toipumista. Työelämän perustaitoja on mahdollista harjoitella tutussa ja turvallisessa ympäristössä ja tämä madaltaa kynnystä työn hakemiseen ja aloittamiseen myöhemmin (Knuuti 2007, 143).

*K3: No siis sehän (vertaisohjaajan työ) on iha mieletön mahdollisuus niinku kuntoutujalle päästä siihen työelämään ja siihen niinku tavallaa, miks mä mietin jossai vaiheessa sitä vertsin hommaa, oli se, et mä oisin halunnu kokeilla sitä, et onks must päihdepuolelle töihin. Plus sitte, et se ehkä antaa, se antaa vähä työkokemust niille joil ei oo niinku mitään siel CV:ssä...*

*V7: ...mul on avautunu uudet ovet niinku sen myötä, et mä oon saanu olla täällä ja kiinnittyy tähän toipumiskulttuuriin. Ehdottomasti, niinku mun elämässä on auennu ihan uus luku. Ja sitte tota syventyny ymmärrys niinku tästä toipumisesta ja sitte tästä niinku sairaudesta kaiken kaikkiaan ja toivottavasti kasvanu ihmisenä sitte niinku sit myös kasvamassa ja kiinnittymässä työelämään. Mäki olin monta vuotta työelämästä pois, se on mulle semmonen uus juttu. Ja usko omaan itseeseen on vahvistunu [...] Täältäähän mä niinku siirryin nykyiseen työhöni, että teen niinku vertaisena työtä...*

Mahdollisuus kouluttautua sosiaali- ja terveysalalle nähtiin myös vertaisohjaajatoiminnan vahvuutena. Etenkin oppisopimuskoulutus koetaan hyväksi mahdollisuudeksi kouluttautua ammattiin. Oppisopimuskoulutuksen mahdollisuuksia tulisikin haastateltavien mukaan kehittää ja lisätä.

*K4: ...vahvuutena mä nään ainaki sen, että niinku, noi (nimet poistettu) esimerkiksi niinku niist tulee lähihoitajia tai oppisopimuslähihoitaja...*

*A2: ...must paras kannustus vertseille jos on resursseja ja sopivaksi katsottu potentiaalinen henkilö, et tää kartano pystyis tarjoamaan juuri sitä oppisopimuskoulutusta. Sehän on rajallinen määrä, mut se on erittäin hyvä tie.*

*V9: ...ni mahdollisuus kouluttautua vaikka kuinka pitkälle.*

Vertaisohjaajien jatkolut eteenpäin elämässään nähdään kuitenkin myös haasteena. Haastateltavat pohtivat sitä, ovatko jatkosuunnitelmat selvillä, kun toimiminen vertaisohjaajana päättyy. Esiin nousi huoli siitä löytyykö työ- tai opiskelupaikka ja onko vertaisohjaajan oma tukiverkosto kunnossa.

*K3: Mut on siin sit ehkä semmonen pieni juttu, että mä oon miettiny joskus sitä, et onks se sit vaan niinku tavallaa jatkokuntoutusta, että... et jos jämähtää sit sihe ja ja sit ku vertsi työ loppuu ni sit ei niinku tiedäkään mitä tekis.*

*A1: ...onhan täs nähty myös se haaste, et mitä sit niinku vertaisohjaajuuden jälkeen ni siel on mun mielest ne samat haasteet, mikä oli aikasemmin näil kuntoutujilla täällä, jotka oli tosi pitkii kuntoutuksii. Loi täällä jonkun aseman, kiinnitty Tervalampeen ja sit ku ne siirty täält eteenpäin ni toki siin on aina se, että saa samalla tavalla kiinni [...] ku täällä se on kuitenkin sit nimenomaan, tääl heist tykätään, tääl heil on asema, tääl he on hyödyllisiä ympäristölleen, et pystyy sen jotenki jatkaa, koska se ei oo kuitenkaa mikään itsestäänselvä...*

Vertaisohjaajien on tärkeätä saada tukea oman jatkolukunsa suunnitteluun ammattilaisilta. Erityisesti vertaisohjaajien toimintaa koordinoivat ammattilaiset ja vertaisohjaajien omat tukihenkilöt ovat avainasemassa, kun vertaisohjaajien jatkotyöllistymistä ja opiskelumahdollisuuksia suunnitellaan ja kartoitetaan.



Vertaisohjaajien tulee tarvittaessa saada tukea myös omien asioidensa hoitamiseen ammattilaisilta. Kuten seuraavasta luvusta käy ilmi, vertaisohjaaja toimii myös työntekijän roolissa. Tästä näkökulmasta on katsottu hyväksi, että vertaisohjaajan tukihenkilö on joku muu kuin lähin ammattilaistyötoveri, jolloin roolitus pysyy selkeämpänä työn ja omien asioiden hoitamisen välillä. Toisaalta huumeita käyttävien ja huumeiden käytöstä toipuvien vertaisten kanssa työskenneltäessä on Osis-hankkeessa todettu, että sama vertainen voi olla ammattilaiselle välillä asiakas ja välillä kollega (Vironkannas, Osolanus & Varonen 2014, 27).

Vertaisohjaajat kuvaavat toipumisprosessiaan ja matkaansa päihdetoipujana ja työhönkuntoutujana kaiken kaikkiaan moninaiseksi ja haasteelliseksi. Vertaisohjaajan työn ja oman toipumisen yhdistäminen on haastavaa ja vaarana nähdään esimerkiksi loppuun palaminen.

*V2: ...mul oli vaikka mitä haasteita tässä vertsihommassa, ku mä astuin tähän tehtävään, että haasteena oli ottaa palautetta ja antaa palautetta ja kaikki mitkä kuulu tähän vertsihommaan ni kaikki oli mulle haastetta, koska en ole työelämässäkään ollu, ni sekin oli jo haastetta. Että se päivärytmiin pääseminen oli haastetta [...] tulevaisuuden kannalta hyvä haaste oli, että istun tässä ja nyt.*

*V7: Joo, no suurin haaste varmaan alkuaikoina varmaan oli just se kans ku oli niinku mennään niin monessa tasossa tavallaan, ku se on se työssäoppiminen sitte se oman itsensä niinku hoitaminen ja niinku se kasvaminen siinä sivussa, että se niinku et löytää sen tasapainon sieltä, että ei niinku polta kynttilää monesta, kummastaki päästä. Se itse, et muistaa huolehtia niinku siis omasta itsestään. Ja mäkin, mullaki se tahto varsinkin niinku alkuaikoina, että niinku sitten niinku ku asuttiin täällä, saatto illalla vielä olla tuolla jotain niinku kirjottelemassa, et osas niinku sit ottaa sitä omaa tilaa ja levätä, et se on tosi tärkeetä ja elää siinä päivä kerrallaan.*

### 5.3. Vertaisohjaaja työntekijän roolissa

Vertaisohjaaja on ammattilaisten ja muiden vertaisohjaajien työtoveri. Vertaisen roolin lisäksi vertaisohjaaja toimii myös työntekijän roolissa suhteessa päihdekuntoutujiin. Vertaisohjaajat ja ammattilaiset työskentelevät yhdessä moniammatillisissa tiimeissä ja hyödyntävät toistensa asiantuntemusta. Yhdessä työskenneltäessä yhdistyy kokemustieto ja asiantuntijatieto. Vertaisohjaajien ja ammattilaisten tehtävissä on eroja ja yhtäläisyyksiä ja heillä on sekä omia, että yhteisiä työtehtäviä.

### 5.3.1 Työyhteisön jäsen

Vertaisohjaajat ovat koko Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen työyhteisön sekä omien moniammatillisten tiimiensä jäseniä. Lisäksi vertaisohjaajat kuuluvat vertaisten työryhmään, joka kokoontuu viikoittain. Arjen työssä vertaisohjaajat ja ammattilaiset tukevat toisiaan ja toimivat tiiviissä yhteistyössä tasavertaisina työtovereina.

*A4: Kaikki ollaan ihmisiä ja tasa-arvosia ja tota meidän pitää kunnioittaa toisiamme, jotta voidaan niinku luottaa toisiimme ja tuoda sitä rehellisyyttä ja aitoutta ni ainoo tapa on se, et me kuljetaan käsi kädessä.*

*V1: ...kyl se vertsi paikkansa löytää työyhteisössä ja ihan kokenu sen, että vertsejä on mun mielestä arvostettu ihan tasa-arvosina tiimin jäsenenä.*

*V2: ...meil oli tosi kova, hyvä tiimi ja oli luottamus niinko vertsinä ku oli, ni ne kysy aika paljon mielipiteitä, mielipiteitä tuolta, mitä kirjanoppineet ei oo tullu vastaan kirjanoppineille tuolla niin semmosia mielipiteitä kysyttiin aika paljon ja tommosta, ni oli hyvä filis ja tunki jotenki, et on tasa-arvonen siinä tiimissä. Et ei ollu huonompi eikä hyvämpi, parempi ja sitte tiesin oman paikkani siinä kyllä, että mikä on mun rooli siinä.*

Kokemusasiantuntijoiden ja ammattilaisten työperityöskentely käynnistyy usein kehittämishankkeen tai yhteisvalmennuksen tuloksena (Hietala & Rissanen 2015, 24). Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa vertaisohjaajatoiminta käynnistettiin entisen kuntoutujan aloitteen pohjalta ja toiminta on kehittynyt ja laajentunut osana laitoksen perustyötä. Haastattelujen perusteella vertaisohjaajat ja ammattilaiset täydentävät toisiaan, toimivat esimerkkeinä toisilleen ja oppivat toisiltaan tehdessään yhdessä päihdetyötä. Vertaisohjaajien myötä työn koetaan pysyvän käytännönläheisenä ja vertaisohjaajien elävöittävän ryhmiä toimiessaan ammattilaisen työparina.

*K3: Vertsien on ehkä hyvä niinku oppii ammattilaisilt sitä semmost niinku, ettei lähe siihen niinku työhön sillee koko sil sydämellä tavallaan siis niinku et osaa pitää erillään ne työn ja vapaa-ajan ja sen niinku oman ja sit taas työroolin, mikä on varmast todella vaikeeta tollases paikassa. Ja sitte taas niinku ehkä mikä ammattilaisten on ehkä hyvä, et ku se (päihdeongelma) ei oo järjen asia [...] jos ajateltas, et päihdeongelma on järjen asia niinku, et se on kiinni siitä, et joku ei oo järkevä ni kukaanhan ei käyttäis, koska ei kukaan oo niin tyhmä, et käyttäis tavallaan, et ehkä sitä niinku, et se ei oo siitä kiinni vaan se on se tunne-elämä ja se on ne kokemukset ja niinku semmost pehmeyttä siihen, ehkä myös.*

*A1: ...must se on kiva, et sitä muistutetaan aina sitä semmost käytännön maailmaa, säännöllisesti. Joo, ne vertsit on semmosii, et ne herättää kyllä aina, et ai niin näinhän se meni semmonen ravisteluefekti.*

*V1: ...missä vertsi pystyy olemaan niinku ihan omimmillaan on esimerkiks erilaisten infojen ja sanotaan kuntoutussopimusryhmien ja yhteisökuntoutusryhmien niinku elävöittäjänä. Nehän on ihan puisevaa peetä suurin osa, mut jos siinä niinku vertsi pystyy kertomaan omaa kokemustaan, että tää saattaa tää kohta ni kuulostaa siltä, et tää on ihan älytön, mutta kävipäs minulle kerran näin ja näin...*

Vertaisohjaajien omaan kokemukseen perustuva tieto ja ammattilaisten teoriaan ja työkokemukseen perustuva tieto yhdistyvät Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa jaettuna asiantuntijuutena. Suhteessa ammattihenkilöstöön ja organisaatioon vertaisohjaajat toimivat myös kokemusasiantuntijoina. Kuten (Toikko 2011, 110) on todennut, asiakkaiden osallistuminen palvelujen tuotantoon perustuu heidän omiin kokemuksiinsa asiakkaina. Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen näkökulmasta onkin hyvä, että kaikilla vertaisohjaajilla on omakohtainen kokemus kuntoutumisesta juuri kyseisessä laitoksessa.

*A3: Ja sit se koulutuksen mukana tuoma niinku teoreettinen puoli ni sen peilaaminen niinku siihen kuntoutuksen, ni mun mielestä se on yks oleellinen osa meidän (ammattilaisten tehtäviä), koska meillä, ainakaan mulla henkilökohtasesti ei ole sitä omaa kokemusta päihdeongelmasta, sen jättäsin suoraa vertseille sitte, että jotenki se rooli on niinku sillä tavalla erilainen.*

*A4: ...vertsien toiminta ja toimenkuva perustuu pääsääntöisesti käytäntöön ja selviytymiskokemuksiin ja taas meidän työntekijöiden toiminta ja toimenkuva perustuu niinkun ammattiteoriaan ja työkokemukseen.*

*V3: Mä oon saanu kyl paljon tilaa tos C-yhteisössä (Työ- ja ryhmätoimintayhteisön pieniyhteisö), et oon päässy toteuttamaan omalla, omia hyviä puolia siinä, siinä et ei oo pelkästään ollu kokemusasiantuntijaroolissa, on ollu muitaki rooleja.*

Vaikka vastauksissa nousi esille vertaisohjaajien ja ammattilaisten tasavertaisuus sekä toimiva yhteistyö ja jaettu asiantuntijuus niin haasteena näyttäytyvät kuitenkin erilaiset toimintakäytännöt eri kuntoutusyhteisöissä. Ammattilaisten haastattelun perusteella vertaisohjaajien pelätään joutuvan keskenään eriarvoiseen asemaan.

*A1: ...ja varmaan kans sit sen miettiminen, et mikä on se oikee paikka ja mikä on tehtävänk kuva niinku missäkin yhteisössä, koska se mitä ilmeisimmin on erilainen, mitä nyt tässäki on kuunnellu.*

*A3: ...Sit varmaan noi vertsit peilaa toisiaan, että kun näköjään nää työskentelymallit on aika erilaiset [...]että kylhän he puhuu myöskin keskenään, että jos esimerkiks Työ- ja ryhmätoiminnassa pääsee vertsit joka paikkaan mukaan ja sit esimerkiks Kaislassa (Naistenyhteisö) ei pääse eikä Takissa (Toiminnallinen arkikuntoutusyhteisö) ni kylhän siin on varmaan semmosta eriarvosuuden tunnetta vaikkakin se ei johtus mistään...*

Haasteena nähdään myös ammattilaisen ja vertaisohjaajan roolien pitäminen selkeinä, jotta vertaisohjaajat eivät joutuisi tekemään ammattilaisille kuuluvia töitä ja tästä onkin keskusteltu vuosien varrella useissa kokouksissa. Haastatteluissa nousi esille, että vertaisohjaajien ei pidä joutua paikkaamaan ammattilaisia silloinkaan, kun työntekijöitä ei ole syystä tai toisesta paikalla kuntoutusyhteisössä. Työllistämistoimenpiteissä olevia ja vapaaehtoispuolelta toimivia vertaisohjaajia ei edes saa velvoittaa työskentelemään yksin tai sijaistamaan ammattilaisia.

*A2: mut mulla on ainaki se, että ja ehkä nyt on korostettukin, että vertaisohjaajaa ei pitäis panna niihin tehtäviin, missä katsotaan, et ne kuuluu työntekijälle. Vertaisohjaaja ei korvaa työntekijää. Vertaisohjaaja voi olla monessakin suhteessa hyvin paljon avuksi ja nimenomaan siinä välittömässä kanssakäymisessä kuntoutujien kanssa, mut ei pitäis olla yhtään päivää mun mielest sellasta, että kyl se vertsi hoitaa, me olemme sit jossakin ja vertsi hoitaa...*

Vertaisohjaajan työhön kuuluu osallistua myös työyhteisön kokouksiin ja siihen käytetyn ajan nähdään olevan poissa kuntoutujilta. Yhteisökuntoutuksen periaattein toimivassa kuntoutuskeskuksessa asioita käsitellään ja niistä päätetään yhdessä. Vertaisohjaajien haastattelussa yhteisöllinen toimintatapa nousi esille haasteena hallinnollisesta näkökulmasta.

*K3: ... se niinku rooli työntekijänä ja vertaisena, et se pysyis niinku jotenkin selkeenä, et useesti tuntuu siltä, et vertseilläki on kaiken maailman kokouksia ja niinku tekemisiä ja muuta että ne sais olla melkee enemmän niinku siel kuntoutujien kanssa ja varsinkin jotenki keskittyy niihin yhteisöihin, joil ei oo omii vertsei, et niinku et neki sais sit sitä apuu ja tukee.*

*V1: ...jos mä ite ajattelen, mitä mä koin haasteena, on se, että tää yhteiskuntoutusmalli toimii kuntoutuksen kannalta hyvin, mut jos tätä ulotetaan koko kartanon toimintaan niin tää toimii ihan perseestä suoraan, anteeks huonosti. Siis jos tätä niinku yritetään kaikissa hallinnoinnissa ja kokoustamisessa noudatetaan niitä [...] elikä tää voi toimii ainoastaan siinä tapauksessa, että jos johtaja on äärimmäisen vahva, joka pitää narut käsissään ja pitää näiden kaikkien roska-asioiden turhat käsittelyt minimissään niin silloin voidaan niinku saada jotain aikaan...*

Ammattilaisten mielestä haasteena ovat asenteet ja uskomukset. Haasteena nähdään myös uusien ammattilaisten perehdyttäminen ja tiedon jakaminen vertaisohjaajatoiminnasta. Vertaisohjaajien kanssa työskentelyn nähdään herättävän kysymyksiä ja ennakkoluulojakin Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen uusissa ammattilaistyöntekijöissä. Uudet ammattilaiset tulisikin perehdyttää hyvin vertaisohjaajien toimintaan.

*A4: Mun mielest se suurin haaste on edelleenki se, että on työntekijöiden mut tietyst myös vertsiens omat asenteet ja uskomukset, et siin on sellanen tota työsarika, joiden kansa me ollaan työskennelty ja paljonhan täs on edistettykin, mut et meidän pitäis jotenkin niitä asenteit ja uskomuksii ja tääkin varmaan tää keskustelu, mikä täskin käydään ni tavallaan pistää meiat peilin eteen miettimään ja kuullaan myös samalla muiden tarinoita et minkälaisiin asenteita ja uskomuksii meil on.*

*A2: X (nimi poistettu) sano näistä myös työntekijöiden asenteista ja käsityksistä ni voi olla et on vähän jäännny, jos on tullu verrattain uutena tänne töihin ni heiän pitää ihan kyselle, et mitä ihmettä nää tämmöset vertsit on ja mitä ne tekee ja ehkä sitte voi olla tämmösii sijaistyöntekijöitä, jotka ei ymmärrä yhtään täst asiasta. Et melkeen ehdottaisin, et aina ku tulee uusia työntekijöitä ni nokakkain vertsin, vertsiens kanssa ja puitais se vertsiens rooli ja vertsiyden idea, koska olen kuullu semmosta kommenttia, että ei voi luottaa, ei voi puhuu, mitä varten päästetään tällä tapaa... et ennakkoluuloja on, tiedon puutteen takia kyllä.*

Kahden ammattilaisen vastauksissa nousi haasteiden osalta esille myös salassapito. Ammattilaiset nostivat esille vertaisohjaajien koulutuksen puutteen sekä ohjaamisen tarpeen salassapitovelvollisuuteen liittyvissä asioissa. Vertaisohjaajat allekirjoittavat sopimuksen (ks. liite 3), johon on kirjattu työtehtävissä kuultujen asioiden olevan luottamuksellisia. Vastaavasti Hietala & Rissanen (2015, 50) ovat todenneet, että kokemusasiantuntijoiden tulee aina allekirjoittaa asiakkaiden tietojen salassapitoa koskeva sopimus ja salassapitovelvollisuuden piiriin kuuluvat myös muut vertaisia, ammattilaisia ja palveluja koskevat luottamuksella kerrotut asiat ja tiedot. Vertaisohjaajilla ei yleensä ole sosiaali- ja terveysalan koulutusta ja heille olisikin hyvä järjestää omaa koulutusta, jossa käsiteltäisiin salassapito- ja vaitiolovelvollisuutta.

*A1: ...et se piti heti päästä purkaa, oli ketä tahansa ympärillä ni, niin myös salassapitovelvollisuuden piiriin tulevia asioita sai aina olla kärppänä jotenki neuvomassa ja tavallaan niinku rajaamassa...*

*A5: Sit tuli mieleen toi niinku salassapito, että kuinka heillä, sillai ku ei oo samallailla koulutusta sitten ni, et millälaila he pitää niistä asioista kiinni, en tiiä, jos kuulee kuntoutujien asioista, millälaila ne sit menee tuolla keskusteluissa tai jossain...*

Suurin osa ammattilaisista näkee vertaisohjaajien mukanaolon kaikessa toiminnassa hyvänä ja toimivana. Haastattelussa nousivat esille tasa-arvon ja yhdessä tekemisen teemat. Ammattilaisten haastattelussa käytiin keskustelua siitä, tulisiko vertaisohjaajien osallistua ammattilaisten työnohjauksiin. Työnohjauksiin osallistuminen jakoi mielipiteitä. Toiset olivat sitä mieltä että ammattilaisten ja vertaisohjaajien yhteiset työnohjatukset ovat hyvä asia. Kaksi ammattilaista oli sitä mieltä, että heillä tulisi olla myös joku ainoastaan ammattilaisille suunnattu foorumi.

*A3: ...et mä toivosin et se foorumi (työnohjaus) olis pelkästään niinku työsuhteessa oleville työntekijöille, että tota se on niiku mun näkökulma, et myöskin niinku työntekijät tarvii yhen foorumin, oli se sit työnohjaus tai oli se joku mikä tahansa ni olis semmonen mis työntekijät voi myöski keskustella sitte.*

*A4: ...toi mitä X (nimi poistettu) sanoi, että työryhmä oli sitä mieltä, ettei työnohjaukseen. Ni mä oon henkilökohtasesti täysin eri mieltä ja niinku tos jo sanottiinki ni meillä Työ- ja ryhmätoimintayhteisön vertsit otetaan mukaan meidän työnohjauksiin ja kehittämistoimintoihin ja kaikkeen tällaseen [... ]mä en nää niinku mitään eroo, muutaku hyötyä vaan siitä, että ihminen on entinen käyttäjä, jos se on muuttanu niinkun kelkkansa ja alkaa tukemaan muita niin voiko sen parempaa olla ja sit ku me tehdään yhdessä vielä töitä me teoretikot ja entiset kuntoutujat ni eihän sen parempaa pohjaa voi olla. Mut et ei me voida tehdä töitä, jos me, jos meil on erilaiset, eri vessat tai eri ruokapöydät, et kyl meidän kaikki toiminta pitää olla yhdessä. Yhdessä suunniteltua ja yhdessä sovittua ja yhdessä myös meidän pitää kokee se ja myös tota konsultoida ja reflektoida niit asioita.*

Kokemusasiantuntijat osallistuvat mielenterveys- ja päihdepalvelujen kehittämiseen ja suunnitteluun esimerkiksi erilaisissa työryhmissä ja hankkeiden ohjausryhmissä. Kokemusasiantuntijat toimivat myös eri sairaaloiden johtoryhmissä. (Hietala & Rissanen 2015, 20 – 21.) Ammattilaisten haastattelussa yksi haastateltavista nosti esille toiveensa siitä, että vertaisohjaajien edustus olisi myös Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen johtoryhmässä. Asiasta esitettiin myös täysin vastakkainen mielipide, kuten seuraava katkelma keskustelusta osoittaa.

*A4: sit yks mitä toivosin, et et vertseille osotettas vieläkin niinku sitä heidän osaamistaan, sillä et ku me ollaan yhteisökuntoutuslaitos ni mielestä vertsi pitäs olla myös johtoryhmässä... ku ne on tällä hetkellä kaikis muissakin ryhmissä... vois tehä hyvää johtoryhmälle, et siel ois vertsi.*

*A2: Saaks tähän väliin, mä oon täsmälleen eri mieltä, ku mun mielest vertsitoiminnassa on juuri se vaara ja myös täs vapaaehtoistyöntekijätoiminnassa, et me pannaan pakka liiaksi niinku lomittain ja häviää sit se rooli, että mikä on työntekijä, mikä on sitte vapaaehtoistyöntekijä ja johtoryhmähän on kuitenkin ni johtajan muodostama virallinen elin...*

Vertaisohjaajat antavat toivoa kuntoutujien lisäksi myös ammattilaisille ja toimivat esimerkkeinä päihdekuntoutumisesta ja toipumisesta. Vertaisohjaajien myötä ammattilaisille on avautunut mahdollisuus olla mukana kuntoutuskeskuksen entisten kuntoutujien toipumisprosessissa pidemmän aikaa. Entisten kuntoutujien toipumiskokemuksia on aikaisemmin ollut mahdollista kuulla lähinnä silloin kun he ovat tulleet intervallijaksolle kuntoutukseen tai vierailleet laitoksessa kertomassa kokemuksistaan kokemusasiiantuntijan roolissa. Suurin osa haastatteluun osallistuneista ammattilaisista näkee vahvuutena sen, että vertaisohjaajat lisäävät heidän työhyvinvointiaan ja työssäjaksamistaan.

*A4: Se, se mikä vertsienvahvuus on ni se on nimenomaan tää, työntekeminen. He on osana nykyään työryhmiä, tiimejä. Me tehdään työtä yhdessä, suunnitellaan sitä ja tota me tuetaan toisiamme ja tää on jo työhyvinvointia meille, me jaksetaan paremmin.*

*A6: Ja tosiaan, et kyl se toivoa antaa meille itsellemmekin työntekijöinä ja tosiaan lisää jaksamista, että se aika just mitä se kuntoutujille antaa ja antaa lisäpontta ryhmillekin, et jos minä kirjanoppineena sanon siellä jokin niinku tärkeätä ni ei sil oo samanlaista arvoa, kun sitte sillon, jos sen sanoo vertaisohjaaja, joka kertoo omasta kokemuksestaan, että mua autto hirveesti tää vertaisryhmä tässä kuntoutumisessa ni niil on ihan erilailla menee jakeluun se asia, ku että minä siellä rupeen selittää jostain vertaisryhmistä.*

Vahvuutena ja mahdollisuutena näyttäytyvät myös Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen työkuulttuuri ja yhteisökuntoutusmalli. Kokemukseni mukaan työyhteisö on ollut valmis ottamaan vertaisohjaajat mukaan toimintaan ilman sen suurempia valmisteluja ja tämä nousi esille myös ammattilaisten haastattelussa. Kuntoutuskeskuksessa koetaan olevan hyvä ja kehittämismyönteinen henki ja yhteiskehittäminen kuntoutujien kanssa on tuttu työtapana. Yhteisökuntoutuksessa päihdekuntoutujat ovat perinteisesti olleet mukana päätöksenteossa ja kehittämistyössä

*A3: ...sit vahvuuksiin ni tää on rajattomasti niinku mahdollisuuksia, must Tervalampi on rajattomien mahdollisuuksien paikka ja mitä tahansa sä keksit ni siitä otetaan koppi ja jotenkin sitä asiaa ruvetaan niinku jalostamaan ja työstämään täällä [...] vertsienvahvuudet on ne, et he pystyy niinku kehittämään sitä työtä ja täällä on mun mielestä vastaanottavat työntekijät ja et myöski niinku tavallaan maaperä on otollinen [...] sillon, jos sä oot niinku tavallaan sitä mieltä, et kuulut siihen yhteisöön, oli se mikä tahansa, ni sillon sä pystyt ja uskallat ottaa kantaa ni mun mielestä meidän vertsit on tosi kantaa ottavia [...] se johtuu tästä Tervalammen, mun mielest hyväst hengestä, et meillä on niinku semmonen vihreä kenttä tälle vertaisohjaajuu-delle ni se tavallaan niinku lisää myös niitä vahvuuksii...*

Vertaisohjaajat näkevät aikaisemmassa luvussa mainitun kuntoutumisen ja toipumiskokemuksensa lisäksi vahvuuksinaan elämäkokemuksensa. Vertaisohjaajien haastattelussa nousi esiin työhistorian merkitys ja kokemukset elämisestä erilaisissa yhteisöissä. Merkityksellisenä nähtiin myös kokemukset elämän ääripäistä. Osalla vertaisohjaajista on taustalla pitempääkin työuraa. Tällöin samalle henkilölle on kertynyt kokemusta siitä, millaista on olla hyvin toimeentuleva työssäkäyvä ihminen ja vastaavasti syrjäytymisestä, johon liittyy vakava päihdeongelma, köyhyyttä ja asunnottomuutta.

*V1: Ehkä sit jonkunlainen etu on siitä, et mä oon nähny valtavan määrän erilaisia ihmisiä entisten ammattien takia... pystyn aika hyvin luovimaan minkä yhteiskuntaluokan ihmisen kanssa tahansa...*

*V7: Ja vahvuuksia ni varmaan mäki oon eläny elämässäni monenlaisissa eri niinku yhteisöissä ja niinku näin ni, sillai sopeutu aika helposti...*

*V10: ... vahvuuksina mä pidän tietenki sitä, et mul on pitkä raittius ja kokemus raittiina elämisestä iloineen ja suruineen ja sitte kyl mä pidän vahvuutena myöskin sitä, että et mul on ihan valtava kirjo täst, täst elämästä mikä on, on taivallettu että, et mä pidän sitä rikkautta, minkä elämän mä oon saannu elää sieltä viiden tähden hotellista sinne, sinne Sahaajankadun (ensisuoja) patjoille.*

Vertaisohjaajat näkevät työnsä vahvuutena myös sen, että työyhteisössä pystyy hyödyntämään omia erityisosaamisalueitaan ja henkilökohtaisia vahvuuksiaan. Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa vertaisohjaajien on alusta asti ollut mahdollista hyödyntää työssään omia vahvuuksiaan, harrastuksiaan ja persoonaansa. Vertaisohjaajat ovat ohjanneet esimerkiksi luovia toimintoja ja liikunnallisia ryhmiä. Vertaisohjaajan työn tekeminen omalla persoonalla koetaan vahvuudeksi ja oma persoona nähdään jopa tärkeimpänä työkaluna.

*V1: ...tää on omalla persoonalla työskentelemistä, omilla tavoilla ja omilla vahvuuksilla... Mut toisaalta mul on tiettyjä semmosia hyviä, hyviä puolia, jotka liittyy kyllä tämmöseen niinku suunnittelemiseen ja organisoimiseen ja tämmöseen, että mä niinku tossaki joutunu tavallaan olemaan mukana siinä, enemmän ku normaalisti vertsi...*

*V7: Sit muistaa, et se jokaisen tärkein työkalu on se oma persoona, et sen mä ainaki opin silloilta vertseiltä, et joku tekee omalla persoonallaan sitä työtä tai se on se tärkein työkalu se, yks yks tärkeimpiä työkaluja.*

*V5: Sit vahvuuksina mä nään itellä ainaki se, just oman kokemuksen, oman kokemuksen aiheesta ja sitte oman luovuuteni, musiikin ja sit kädellä tekemisen...*



### 5.3.2 Vastuun jakaja

Tärkeimmiksi vertaisohjaajan yksittäisiksi työtehtäviksi nimettiin uusien kuntoutujien vastaanottaminen ja ryhmien ohjaaminen. Vertaistuki nostettiin myös esiin yhtenä tärkeimmistä työtehtävistä, kuten seuraava kommentti osoittaa. Muutoin vertaistukea on käsitelty tarkemmin osana vertaisen roolia luvussa 5.1.

*K4: No siis niinku vertaistuki (tärkein työtehtävä). Vähän niinku kaikkes muodos mitä siihen nyt kuuluuki, no just niinku jos joku halua keskusteluapuu tai itte niinku ainaki mä kaipaas semmosta aika syvällistäkin keskusteluu aina välillä... ja sitte just se niinku kaikenlaisen tiedon välittäminen ja mitä kukakin kaipaas niinku jotain apua johonki tiettyyn asiaan...*

Ryhmien ohjaamisen todettiin kuuluvan vertaisohjaajan tärkeimpiin työtehtäviin. Vertaisohjaajat ja ammattilaiset jakavat arjen työt ja ohjaavat yhdessä ryhmiä sekä omissa yhteisöissään että koko kuntoutuslaitoksen orientaatiovaiheen kuntoutujille. Merkittävässä roolissa ovat vertaisohjaajavetoiset ryhmät, joita vertaisohjaajat ohjaavat yksin ja yhdessä muiden vertaisohjaajien kanssa. Tällöin ryhmissä korostuu avun ja vinkkien saaminen vertaisilta (Hiltunen 2005, 118). Uusien kuntoutujien on helppo samaistua vertaisohjaajiin, jotka ovat heitä edellä, mutta melko lähellä (Häkkinen 2013, 156 – 157).

*K1: ...ne on hyvii (vertaisohjaajien ohjaamat ryhmät), sielt tulee just niitä niinku käytännön vinkkejä, mihin siel siviilimaailmassa kannattaa niinku... kertoo niinku omasta kokemuksesta...miten ne on pystyny pysyy selvinpäin ja sit on nää justiin ryhmäkontaktit, A-klinikka kontakti, nii tämmösii niinku vinkkejä antaa sinne lähtevälle kaverille että...*

*A1: Mut et sit selkeesti niiku kyllä, kyl mä nään sen vertaisohjaajuuden myös, et se on niinku siellä, siel ryhmissä pitkälti...*

*V1: Ehdottomasti ne ryhmät, mitkä alun perin perustettiin Selvästi eteenpäin ja Selvästi kotiinpäin ja keskusteluryhmä, vastaamaan etenki tarvetta enemmän, enempien ryhmien tai siis siihen, että haluttiin enemmän ryhmiä, mutta myöskin se, että missä vertsi eniten pystyy antamaan, ni se on juuri nää alku- ja lähtöryhmät...*

Haastattelujen perusteella uusien kuntoutujien vastaanottamista pidetään tärkeänä työtehtävänä. Päihdekuntoutukseen tulijoiden vastaanottaminen alkaa linja-autopysäkillä ja vertaisohjaajien tehtäviin kuuluu kuntoutujien opastaminen ja perehdyttäminen. Haastattelujen perusteella uusien kuntoutujien vastaanottamisen nähdään sujuvan parhaiten juuri vertaisohjaajilta, joilla on omakohtainen kokemus päihdekuntoutukseen tulemisesta.

*A3: ...must se on mahtavaa, et noi vertsit esimerkiks niinku ottaa uusia kuntoutujia vastaan, koska kukapa paremmin ottaisi, ku vanha kuntoutuja, joka tasan tarkkaan tietää. Minustakin olisi kivaa, että mut otetaan juuri sillai, kun mä itse olisin toivonu, et minut joskus otettaisiin, sillan ku mä meen niinku kuntoutukseen, vastaan että.*

Vertaistuen, ryhmien ohjaamisen ja uusien kuntoutujien vastaanottamisen lisäksi haastatteluisissa nousivat erillisinä työtehtävinä esille myös infojen pitäminen, vierailijoiden vastaanottaminen ja kuntoutujan saattajana toimiminen lääkärikäynnillä. Vertaisohjaajat pitivät infoa ja esittelevät kuntoutuskeskuksen toimintaa esimerkiksi vieraileville opiskelijoille ja ammattilaisille. Vertaisohjaajat toimivat tarvittaessa myös tukihenkilöinä ja saattajina, jos päihdekuntoutajat tarvitsevat tukea esimerkiksi asiointikäynnille virastoon tai lääkäriin.

Vertaisohjaajat näkevät vahvuutena työnsä tuen ja rakenteet. Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa pyritään pitämään huolta siitä, että vertaisohjaajien työn tukirakenteet ovat kunnossa ja niistä huolehtiminen on ensisijaisesti vertaisohjaajien työtä koordinoivien ammattilaisten vastuulla. Haastatteluissa esille nostettiin työnohjaus, vertaistenkokous ja vertaisten keskinäinen tuki sekä tukihenkilö. Vertaisohjaajien jaksamisesta ja hyvinvoinnista huolehtiminen on tärkeää työn toimivuuden kannalta, mutta myös eettisesti (Virokannas ym. 2014, 23).

*V6: ...toi työnohjaushan oli mulle esimerkiks täysin uus asia, mutta on pirun hyvä ja totta kai vertsikokous on tärkeä, käyään keskenään sitte läpi noita ni [...] ja tosiaan niin tukihenkilö on tärkeä, koska sehän täytyy hakea jostain, jos ei ole täältä, koska ainahan ihminen tukea tarvitsee. Se on hyvä, et on täältä, on.*

*V7: Joo, kyllä mun mielestä täällä on niinku nää rakenteet on niinku todella kohdillaan niinku tässä työssä. Varmaan paremmin mallillaan ku monessa muussa työpaikassa, et niinku.*

Työn tukirakenteiden koetaan olevan kunnossa, mutta vertaisohjaajien työhön perehdyttäminen nähdään sekä haasteena, että vahvuutena työryhmästä ja perehdyttäjistä riippuen. Tähän vaikuttaa varmasti eri yhteisöjen erilaiset käytännöt, jotka ovat nousseet esiin sekä haastatteluissa että arjen työtilanteissa. Perehdytystä helpottaisi perehdytysohjelma, johon olisi selkeästi kirjattu ammattilaisten, vertaisohjaajien ja lähiesimiesten vastuut.

*V4: ...mut alkuun ainakin silloin, kun mä tulin, mun täytyy tästä jatkaa, mul oli kyllä hankalaa, kun siel ei ketään esikuntaa ollu ja työhön opastusta, kun mä menin Takkiin (Toiminnallinen arkikuntoutusyhdistys) ni mä en tienny paikkaani ja asemaani ollenkaan, eikä ollu sitä työhön perehdytystä ja, että kyllä se piti hankkia ihan itse se asiakkaiden ja ammatillisen hoitokunnan luottamus ja kokemus niitten kesken.*

*V5: Joo, kyl mun mielestä oli kans ihan riittävästi (tukea vertaisohjaajien työhön) tota, ne oli hyvii ja sit pysty henkilökunnan kans osallistuu tohon viikkosuunnitteluun ja tollasiin, et sai olla siinäki niinku vaikuttamassa ja tota vähän tost perehdyttämisestä nii kyl mä ainaki henkilökohtasesti mä sain X:ltä ja Y:ltä (toisilta vertaisohjaajilta) aika kivasti niinku perehdytystä siihen omaan juttuun, et ja sit se on ihan hyvä, et niinku henkilökunnasta saa sitte mahdollisen tukihenkilön...*

Vertaisohjaajien työssä on tärkeää huolehtia omista oikeuksista ja jaksamisesta. Luvussa 5.1 nousi jo esille, että vertaistukea on vaikea rajata virka-ajan puitteissa tapahtuvaksi toiminnaksi. Luvussa 5.2 puolestaan mainittiin myös kirjallisten töiden tekemisestä työajan jälkeen. Työssä jaksaminen ja työn rajaaminen sekä työn ja vapaa-ajan erottaminen ovat tukirakenteista huolimatta vertaisohjaajien työhön liittyviä haasteita. Työsuhteessa olevan kokemusasiantuntijan oikeuksiin kuuluukin, että työantaja huolehtii hänen jaksamisestaan (Hietala ja Rissanen 2015, 49). Tämä koskee myös vertaisohjaajia, oli heidän työsopimuksensa sitten työvoimapoliittinen, vapaaehtoistoiminnan sopimus tai kokemusasiantuntijan toimeksiantosopimus.

*K3: ...mua huolestuttaa ehkä vähän se mikä niinku tuntu olevan paljon, et vertsit teki ylitöitä, niil veny työpäivät tosi pitkiks ja on kuitenkin kuntoutujia ja niinku että ne joutu tekee aika paljon semmosii hommii, mitkä ei niinku siihen, munaan mielestä siihen vertaisohjaajuuteen liity millään lailla...*

*A5: ..näitä jaksamisen teemoja tuli kanssa mieleen näissä haasteissa, just se työnkuva ja rajaaminen.*

*V10: ...ja sitte ehkä se, että just ne rajojen etsiminen siitä, että mikä kuuluu, kuuluu mulle ja mikä ei varmasti kuulu mulle...*

Vertaisohjaajien haastattelussa haasteina nousivat esille myös psyykinen kuormitus, aggressiivisesti käyttäytyvät kuntoutujat ja kriisitilanteet. Haastavia tilanteita varten kaivattaisiin koulutusta. Vertaisohjaajilla on mahdollisuus osallistua Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen sisäisiin koulutuksiin. Sosiaali- ja terveystieteiden työntekijöille suunnattuihin täydennyskoulutuksiin on kuitenkin ollut mahdollisuus osallistua ainoas-

taan työsuhteessa olevien työntekijöiden, mikä rajaa vertaisohjaajat koulutusten ulkopuolelle. Vertaisille olisi hyvä järjestää omaa koulutusta esimerkiksi haastaviin asiakastilanteisiin liittyen.

*V9: ...haasteena on mulla oma jaksaminen ja etenki psyykkinen kuormitus ja sitte tämmöset, ku tulee ihan selvästi kriisitilanteita, et niihin jopa sois et ois jonkunnäkönen koulutus. Edes joku pieni ryhmämuotonen tai joku semmonen.*

*V4: ...Mutta kyllä siellä sai lasiovet meni rikkikin ja paperit heitettiin silmille, että olet ihan oikeassa, että täytyy vähän niinku sitä kattoo ... ei aina tienny kaikkii tyyppejä, mitä siellä on...*

Vertaisohjaajan voimavarojen riittäminen puhututti ja nousi esille ammattilaisten, vertaisohjaajien ja kuntoutujien haastatteluissa. Vertaisohjaajien omien tunteiden käsitteleminen ja säätely nähtiin myös haasteena. Toisaalta vahvuudeksi koettiin se, että tunteiden käsittelyä on hyvä opetella turvallisessa ympäristössä. On tärkeää muistaa, että vertaisohjaajien työssä esiin nousevat tunteet ja kokemukset voivat nostaa pintaan vanhoja tunteita (Meriluoto & Marila-Penttinen 2015,28). Tunteiden käsitteleminen yhdessä ammattilaisten kanssa ja työnohjauksissa on työssäjaksamisen kannalta välttämätöntä.

*K4: No siis haasteena on varmasti niinkun vertseille se, että, et aina tulee uusia kuntoutujia ja ihmiset on niinku aika huonossakin kunnossa, ni että riittääks varmasti omat voimavarat...*

*A3: ... yks haaste on juuri se että kun tunteet rupee tulemaan sitte, mistä X:kin (nimi poistettu) puhu ni pinnalle, et ku on pidempään ollu juomatta ni nää prosessit lähtee eri tavalla liikkeelle, et siihen saa sen mahdollisen kaiken tuen sillon, ettei polta täällä esimerkiks loppuun. Että täs on yksi haaste juuri esimerkiks se, että pystyy rajaamaan sitä omaa työnkuvaansa tääl Tervalammella...*

*V3: ...tietysti nää, mitä tos oli edelläki et kaikki nää tunnetilojen kanssa niinku oppiminen. Se on niinku mun mielestä hyvä asia niitä oppii täällä, mut se oli myös haaste, et selvinpäin rupee niitä tunteita sitte opettelemaan. Miten niitä käsittelee ja hallitsee ni se on ollu sekä hyvä asia, et se on ollu haaste...*

Haastattelujen perusteella vertaisohjaajat kehittyvät ja oppivat tehdessään työtään ja niin sanottua ammatillista kasvua tapahtuu. Omat voimavarat, jaksaminen ja tunteiden säätely nähdäänkin myös vahvuuksina, jotka kehittyvät ajan myötä työtä tehtäessä.

*V8: Sit tota vahvuuksia on se, et oma pää jaksaa kestää ja se tota, ku sä teet sitä hommaa ni oma pää tulee aika sillai kovettaa, et sä saat sen, ettet sä ota ittees niit asioita enää.*

Vertaisohjaajat ja ammattilaiset toimivat yhdessä moniammatillisissa tiimeissä. Monet työtehtävät ovat yhteisiä, mutta työtehtävät ja toimenkuvat eroavat joiltain osin huomattavasti. Haastattelujen perusteella niin sanotut viralliset työt ja virastoasiat sekä kokonaisuuden hallinta kuuluu ammattilaisille. Ammattilaisten tehtäviin sisältyy myös enemmän yksilötyötä, kun taas vertaisohjaajien työhön kuuluu keskeisimpinä tehtävinä vertaistukena toimiminen, uusien kuntoutujien vastaanottaminen ja ryhmien ohjaaminen.

Ammattilaisten tärkeimpiin työtehtäviin kuuluu erilaisten virastoasioiden hoitaminen. Haastatteluissa virastoista mainittiin Kela, Sosiaalivirasto ja A-klinikka (päihdepoliklinikka). Virallisten asioiden hoidosta puhutaan esimerkiksi verkostotyön ja palveluohjauksen yhteydessä.

*K3: ...henkilökunta istuu toimistoissa ja näpyttää tietokonetta ja hoitaa paperihommia ja tota tulee kiperiä kysymyksiä, ne sanoo vastaan, et kysy vert-siltä...*

*V9: ...eli työntekijöille kuuluu mun mielestä kaikki virasto, kaikki semmoset viralliset asiat...*

*A1: No siis ammattihenkilöil on varmaan just se kokonaisvastuu eli kylhän niit tärkeimpiä työtehtäviä on ne ryhmät ja sitte toki siis sosiaali-ohjaajana se ikäänku se sosiaalisen avun, verkoston ja avun ja sen antaminen, mitä se sit onki, se on sekä sitä paperia, et sit niit ihmisiä ja niitten kans tehtävää työtä.*

Ammattilaisten työn nähdään sisältävän byrokratiaa. Ammattilaiset ovat vastuussa esimerkiksi asiakastekstien kirjaamisesta sekä yhteistyöstä lähettävän tahon eli avohuollon kanssa. Nämä työtehtävät määrittyvät selkeästi ammattilaisille kuuluviksi myös organisatorisesti. Ammattilaisten toimenkuvaan kuuluu esimerkiksi vastata kirjaamisesta asiakastietojärjestelmään ja vastaavasti vertaisohjaajilla ei ole käyttöoikeuksia järjestelmään.

*A3: ...mä näkisin, et työntekijällä pitää olla se kokonaisuus niinku hallinnassa elikä tota, täytyy tietää, tota ni mä mietin nää Efficat (asiakastietojärjestelmä) sun muut, et me ollaan kuitenkin vastuussa lähettävälle tahoille, et meidän pitää niinku raportoida siitä, miten tää kuntoutus etenee ja tämmösii asioita.*

*V1: No ammattihenkilökunta hoitaa kaikki ja pitääkin hoitaa kaikki kontaktiasiat lähettävään tahoon. Sinne, siin ei vertsellä oo yhtään mitään paikkaa, mut muuten mä näkisin, et vertsellä on paljon vapaampi rooli tehdä sitä sitä tukevaa työtä.*

Osa kuntoutujista on sitä mieltä, että pätevät vertaisohjaajatkin osaavat auttaa ammattilaisille perinteisesti kuuluvissa tehtävissä. Kokemusasiantuntijan yhdeksi tehtäväksi on määritelty vertaispalveluohjaajana ja vertaisneuvojana toimiminen. Tällöin keskiössä on ihmisten tukeminen saamaan palveluja ja toiminaan palvelujärjestelmässä. (Hietala & Rissanen 2015, 27.) Haastattelujen perusteella päihdekuntoutajat toivovat ammattilaisilta erityisesti hoidollisia ryhmiä ja faktatietoa päihdeongelmasta.

*K3: ...no siis tottakai (ammattilaisten tärkeimpiä työtehtäviä) siis paperiasiat, asuntoasiat ni niissä tarvii apuu, mut sit periaatteessa tarviiko niissä olla sit just sitä koulutettua henkilökuntaa, että niinku jos vertsi osaa tai muut kuntoutujat osaa ni niissähän nyt pystyy kuka tahansa auttaa tavallaa. Mut ehkä semmonen, mitä niinku jäi kaippaa on semmonen iha faktatieto niinku päihdeongelmasta ja semmonen niinku hoidollisuus oikeestaan, et niinku ainoot hoidolliset ryhmät on jäännny kokonaan vertsiens [...]. Et niinku ehkä enemmän semmosii koulutetun henkilökunnan ohjaamii ryhmi ja siihen niinku tunne-elämään ja siihen niinku arjen pyörittämiseen liittyyvii niinku juttuja.*

*K4: ...mun mielest se on ihan niinku, oli se kuka tahansa jolta mä saan apua niinku ni kelpaa mulle ... siis ku mun mielest pätevällä vertsellä tai vertsellä yleensäki on niinku samaa tietoo kun henkilökunnalla siis näistä toiminnallisista asioista. Se riittää mulle. ... ite jäin silleen vähän niinku kaipaamaan semmost vähän intensiivisempää keskustelua mitä mä sain sitte meiän psykoterapeutilta...*

Kokonaisuuden hallinta määritellään selkeästi ammattilaisille kuuluvaksi. Ammattilaisten nähdään pyörittävän systeemiä ja huolehtivan siitä, että linjauksista pidetään kiinni. Ammattilaisia kuvataan myös auktoriteetteina ja roolihahmoina, kuten seuraava katkelma haastattelusta osoittaa.

*T: Mihin tääl (Tervalammen kartanossa) tarvitaan koulutettua henkilökuntaa, voisko tää pyörii vertaisyhteisönä?*

*K5: Siis kyllä siin tarvii koulutettua henkilökuntaa.*

*T: Mut mihin?*

*K5: Koulutettua siis täytyy olla siis vaikka olis vertaistukeeki ni kyllä siin täytyy olla koulutettua henkilökuntaa, joka osaa niinku tätä systeemiä pyörittää siis ja olla semmonen joka on niinku viimeinen roti, joka on, siis koulutettu henkilökunta on kuitenkin se, se millä on niinkun kuntoutujan näkökulmastakin kuitenkin niinku se, se semmonen niinku roti ja auktoriteetti. Ihan pelkästään sillä että se ongelmakenttä ei oo sama, että se tavallaan*

*niinku se tiettyjen käytännön asioiden niinku ... mun mielestä niin ku vaikuttaa siltä, tuntuu siltä, tuntuu ihan turvalliseltakin, että on...*

*T: Tarkenna vielä noit käytännön asioita.*

*K5: No sillä tavalla käytännön asioita ihan niinku, et mun mielestä tarvitaan sellasia niinku tota vahvoja roolihenkilöitä tänne näin esimerkiksi X ja Y (työntekijöiden nimet poistettu) niinku Päivystykseen. Totta kai koko niinku hoitohenkilökunta. Mä en vois kuvitella tilannetta että niinku tota asiakaspäivystäjillä olis lääkkeenjako-oikeus.*

Vastaavasti Virokannas on todennut ammattilaisten toimivan auktoriteetteina toimiessaan vertaisten ohjaajina ja tukena. Tämä näyttäytyy esimerkiksi luvan pyytämisenä ja neuvon kysymisenä ammattilaisilta. Vertaiset eivät kyseenalaista ammattilaisten auktoriteettia ja päätösvaltaa. (Virokannas 2014, 664.)

Ammattilaisten toimintaa määrittävät ammattipätevyysvaatimukset ja koulutukset. Haastattelussa nousi esiin, että ammattilaisten tulee myös tarkastella asioita objektiivisesti sekä yksilö, yhteisö että kokonaisuus huomioiden kun taas vertaisohjaaja saattaa henkilökunnan haastattelun mukaan tarkastella asioita enemmän yksilön tasolta. Ammatilaisen nähdään olevan helpompi toimia etäämmällä kuin vertaisohjaajan, joka saattaa toimia enemmän tunteella.

*A6: Nii, ammatillisesti koulutettu henkilökunta, heil on ne määrätyt koulutukset ja pätevydet eri niinku ammattialoilla ja he sen mukaan toimii ... objektiivisemmin vähä niinku etäällä, etäämpänä sitte, ku verrattuna asiakasohjaajaan, jolla on se, tai vertaisohjaajaan, jolla on se oma kokemus, joka enemmän ehkä tunteella sitten, voi sitten asioihin suhtautua, ku sen oman niinku kokemuksen kautta ... Ammatillinen työntekijä sit on enemmän semmonen objektiivisempi siinä suhteessa...*

Ammattilaisten kanssa asioimisen nähdään olevan virallisempaa kuin vertaisohjaajien kanssa. Haastatteluissa nousi esille, että esimerkiksi kielenkäyttöön kiinnitetään enemmän huomiota ja ammattilaisten koetaan olevan etäämmällä kuin vertaisohjaajien. Yksi kuntoutujista toteaa käyttäytymisensä olevan erilaista kuvatessaan asioimista ammattilaisten kanssa.

*K1: ...ku sit ku menee henkilökunnan luo ni sitähan puhuu sitten niinku enemmän näist virastoasioista ... Henkilökunta käyttää ni se käyttää enemmän ammattikieltä ja termejä ja kaikkii tämmöstä ... jos mulla on niinku henkilö tai sosiaaliohjaajalle sanomista, ni mä kerron sen mahdollisimman yksinkertaisesti ja ilman mitään kevennyksiä ja tälle, et se on niinku vakavalla pohjalla, et se käyttäytyminen mussaki on erilaista sillon ku mä oon henkilökunnan kans tekemisissä tai oonks mä sitte vertsin kans, koska siinä mä voin olla vähä enemmän oma itteni.*

Vertaisohjaajien ja ammattilaisten tehtävien ja toimenkuvien eroja pohdittaessa nousi esille, että ammattilaisten toivottaisiin olevan vertaisohjaajien tapaan enemmän läsnä. Ammattilaisten haasteena nostettiin esille myös oman toipumiskokemuksen puute sekä se, että kaikilla ammattilaisilla ei ole ymmärrystä päihdeongelmasta. Tämän koettiin pahimmillaan aiheuttavan kyllästymistä työhön, liikaa yleistämistä ja jopa kielteistä suhtautumista vertaisryhmätoimintaan, jolloin ryhmät voidaan nähdä esimerkiksi uutena riippuvuutena. Yhdessä puheenvuorossa todettiin, että pahimmillaan ammattilaiset ovat virasto-työjytkiä ja liian oppineita toisin kuin vertaisohjaajat.

Toisaalta ammattilaisten haastattelussa todettiin vertaisohjaajien lisäävän ymmärrystä vertaisryhmien tärkeydestä. Aikaisemmissa tutkimuksissa on noussut esiin, että hoitolaitokset ohjaavat ihmisiä esimerkiksi NA-ryhmiin ja niihin kiinnittyminen parantaa päihdehoidon tuloksia (Kotovirta 2009, 70 – 71). Ammattilaisten onkin tärkeää olla tietoisia vertaistuen eri muodoista ja ohjata kuntoutujia vertaistuen piiriin. Vertaisohjaajien haastattelussa nousi myös esille ammattilaisten ja vertaisohjaajien yhteistyön tärkeys. Vertaisohjaajan koetaan pystyvän tukemaan ammattilaista työssään ja selittämään esimerkiksi kuntoutujien tunnetasoja.

*A6: Nii varmaan sillä tavalla muuttanu tätä käsitystä päihdeongelmasta, että se on jotenki lisänny, lisänny sitä ymmärrystä näitten vertaisryhmien tärkeydestä, et kuinka tärkeitä ne on... ku täältä lähetään kuntoutujille nää vertaisryhmät ja niitten tarjoama tuki. Niiku näkee näitä eläviä esimerkkejä sit täällä, jotka on niinku sen tuen avulla sitte selvityneet.*

*V8: ...vertsien tärkein työ myös kuuluu, miten suhtautuu sitten sosiaaliohjaajiin ja näihin muihin työntekijöihin, koska vertsi on lähempänä tunnetasolla niitä kuntoutujia ko on itte käynny ja kokenu sen, ni on nii lähellä sitä, että se pystyy myös tukee henkilökuntaa sillä, et selittää niitä tunnetasoja, et mitä ne oikeesti on, koska tämmönen henkilö, ku se ei oo sitä kokenu ei pysty siihen.*

Tulevaisuuden haasteena mainittiin, että Helsingin kaupungin tulisi luoda paremmat tukirakenteet vertaisohjaajatoiminnalle lähinnä vapaaehtoistoiminnan näkökulmasta. Vertaisohjaajien työ ei saisi jäädä vapaaehtoistyön ja pyyteettömän auttamisen varaan ja vapaaehtoisena toimiville vertaisohjaajille tulisi maksaa jonkinlaista kannustusrahaa. Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen tulevaisuus nähtiin myös vertaisohjaajatoiminnan kannalta haasteena, kun suunnitteilla olevat isot hyvinvointikeskukset valmistuvat ja kuntoutuslaitoksen toiminnan pelätään loppuvan.



Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen osalta mahdollisuutena nähtiin toimintalinjausten yhtenäistäminen eri kuntoutusyhteisöissä siten, että vertaisohjaajien oikeudet ja velvollisuudet olisivat yhtäläiset yhteisöstä riippumatta. Ammattilaisten haastattelussa todettiin myös, että kuntoutuskeskuksesta on osallistuttu aktiivisesti myös valtakunnalliseen vertaisohjaaja- ja kokemusasiantuntijatoimintaan. Toimintaa koettiin arvostettavan myös valtakunnallisella tasolla. Yksi ammattilaisista esittikin, että kuntoutuskeskuksessa voitaisiin kehittää vertaisohjaajien koulutusjärjestelmää.

*A4: ...no siis meil on nyt niin hyviä kokemuksia tosta että jotenki tohon mist on puhuttukki, että Tervalampi vois jotenkin vaikka kehittää tota vertsiens koulutusjärjestelmää sillä tavalla kun meil on niin hyvä mahdollisuus täällä harjotella käytännön työtä ja ja voi olla myös nää teoreettiset opinnot mahdollista täällä...*

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Tutkielmassani nousi selvästi esille vertaisohjaajan kolme roolia, jotka ovat *vertaisen rooli, toipujan rooli ja työntekijän rooli*. Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen vertaisohjaajatoiminta on uutta ja vertaisohjaajat ovat päässeet muotoilemaan toimenkuvaansa ja kehittämään omaa työtään. He ovat luoneet työlleen merkityksiä, joita ammattilaiset eivät olisi voineet luoda ja muokanneet sitä kautta omaa rooliaan. Vertaisohjaajien toimintaan on kuitenkin kohdistunut alusta asti monenlaisia odotuksia, jotka ovat vaikuttaneet heidän rooliinsa. Päihdekuntoutujille merkityksellisintä on vertaistuki, kun taas ammattilaisten odotukset kohdistuvat esimerkiksi erilaisiin työtehtäviin ja vastuualueisiin.

Kun vertaisohjaajan roolia tarkastellaan Morenon roolityyppien kautta, on se ennen kaikkea sosiaalinen rooli, jolla tarkoitetaan sosiaalisessa vuorovaikutuksessa tai tehtävässä tarvittavaa roolia. Vertaisohjaajan tehtävässä korostuu kuitenkin myös psykologinen rooli, joka ilmenee persoonallisena olemistapana ja tuo inhimillisyyttä vuorovaikutukseen. (Niemistö 2012, 90 – 91.) Tutkielmani haastatteluissa vertaisohjaajan persoonan merkitys on tullut esille useissa eri yhteyksissä ja sen on todettu olevan jopa vertaisohjaajan tärkein työkalu.

Tutkielmani tulosten perusteelle *vertaisen roolissa vertaisohjaaja toimii esimerkkinä, tulkkina ja läheisenä*. Toimiessaan vertaisena vertaisohjaaja näyttää päihdekuntoutujille esimerkkiä siitä, että toipuminen on mahdollista. Kuntoutujat pystyvät samaistumaan vertaisohjaajiin, joilla on samankaltaisia elämäkokemuksia. Vertaisen roolissa on myös mahdollista toimia uskottavasti roolimallina, kuten Murto (2013, 25) ja Hännikäinen-Uutelakin (2004, 196) ovat todenneet. Tämä onkin tärkeää, kun laituskuntoutusjaksot ovat viime vuosina lyhentyneet. Kuntoutujien keskuudessa ei enää ole toipumisessaan pidemmällä olevia esimerkkinä toimivia kuntoutujia ja vertaisohjaajat paikkaavat tätä vajetta.

Omalla esimerkillään vertaisohjaajat tukevat ja kannustavat päihdekuntoutujia vertaistuen piiriin ja kiinnittymään vertaistukiryhmiin jo laituskuntoutusjakson aikana. Vertaisohjaajat myös luovat pysyvyyttä ja ylläpitävät toipumiskulttuuria, kun kuntoutujat vaihtuvat tiheästi. Knuuti (2007, 41) on todennut toipumiskulttuurin rakentuvan yhteisösuht-

teiden avulla. Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen vertaisohjaajat ovat merkittävässä roolissa kuntoutusyhteisöissä pitäessään yllä toipumiskulttuuria, joka toimii vastakohtana päihdekulttuurille.

Pitkään päihdetyötä tehnyt Ilmo Häkkinen (2013, 152 – 153) korostaa myös esimerkin merkitystä osana toipumiskulttuuria. Häkkisen mukaan vertaiset toimivat toisilleen peileinä ja samaistuvat toistensa tarinoihin. Vertaisryhmiin kiinnittyminen tukee raittiutta ja lisää osallisuutta. Häkkisen mukaan ryhmien ja ryhmämuotoisen toiminnan ulkopuolella kestävä raittius on epätodennäköisempää. Toisaalta aikaisemmissa tutkimuksissa on myös todettu, että toipumista tapahtuu spontaanisti ilman vertaistukea ja päihdekuntoutusta (Ks. Kuusisto 2010). Vertaistuen merkitys osana toipumista ja kuntoutumista on kuitenkin noussut esiin useissa tutkimuksissa esimerkiksi yhteisökasvatuksen (Hännikäinen-Uutela 2004), kahdentoista askeleen toipumisohjelmien (Kotovirta 2009; Oinas-Kukkonen 2013) ja erilaisten sairauksien (Mikkonen 2009) näkökulmista.

Oma toipumiskokemus nousi haastatteluissa esille vertaisohjaajien vahvuutena ja voimavarana. Samankaltaisten kokemusten ja yhteisen kielen kautta vertaisohjaajan on mahdollista toimia tulkkina ammattilaisten ja kuntoutujien välillä. Vertaisen on ammattilaista helpompi ymmärtää päihdekuntoutujien tuntemuksia ja kohtaaminen on tasavertaista. Yhteisen kielen merkitys on noussut esille myös aikaisemmassa tutkimuksessa samoin kuin usko yhteiseen selviytymiseen (Oinas-Kukkonen 2013, 225 – 226).

Tutkielmaa tehdessäni pohdin paljon sitä, mihin tulkkia tarvitaan. Haastatteluissa nousi esiin, että ammattilaisten ja päihdekuntoutujien välillä tarvitaan suomentajaa ja suodattainta. Onko ammattilaisten maailma ja kokemuspohja todella niin erilainen, että kohtaaminen voi olla haastavaa, vaikka yhteisökuntoutuksessa pyritään tasa-arvoisuuteen ja asioista päätetään yhdessä?

Tutkimustulosten perusteella vertaisohjaajilla on ammattilaisia parempi kyky kohdata kuntoutujia. Haastatteluissa esiin nousevat samaistuminen, kyky selittää päihdekuntoutujien tunnetasoja ja tukea heitä esimerkiksi retkahduksen ehkäisyssä. Vertaisohjaajien nähdään myös toimivan linkkinä ammattilaisten ja kuntoutujien välillä, lähentävän heitä toisiinsa ja tukevan kohti yhteistä päämäärää.

Vertaisohjaaja on kuntoutujille läheinen. Vertaisen roolissa pääsee lähemmäs kuntoutujia ja lisäksi vertaisohjaajien kuvataan olevan enemmän läsnä ja antavan kuntoutujille vapaamuotoisempaa tukea ja aikaa. Tämä nousee esille myös Elina Kotovirran (2009) tutkimuksessa. Siinä havaintona oli, että vertaiset tukevat toisiaan esimerkiksi keskustelemalla ja kuuntelemalla sekä tekemällä asioita yhdessä. Juuri keskusteluun ja kuunteluun Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen vertaisohjaajilla on tutkimustulosten perusteella enemmän aikaa kuin ammattilaisilla. Merkityksellistä on varmasti myös se, että kohtaaminen on vapaamuotoisempaa ilman ammattititteleitä ja vertaisen roolissa keskiössä on auttaminen ja tukeminen, kuten Hyväri (2005, 214 – 215) on todennut.

Vertaisohjaajien haastatteluissa nousi esille halu auttaa ja tukea päihdekuntoutujia sekä kiitollisuus ja halu toimia kuntoutuskeskuksessa, josta he ovat saaneet itse apua. Vertaisohjaajat puhuvat esimerkiksi hyvittämisestä, kahdentoista askeleen työstä ja elämäntavasta. Erityisesti kahdentoista askeleen toipumisohjelman kahdeksanteen askeleeseen (ks. liite 2) viitataan haastattelujen ja kokemuksen mukaan usein silloinkin, kun puhutaan hyvittämisestä ja velkojen maksamisesta myös suhteessa palvelujärjestelmään ja yhteiskuntaan. Askeleessa viitataan ihmisiin, mutta toipumispuheessa hyvittämisestä puhutaan myös laajemmin.

Vertaisohjaajat näkevät työnsä haasteena sen, että kuntoutujat tulevat eri taustoista, ovat eri-ikäisiä ja päihdekulttuuritkin ovat hyvin erilaisia. Haastatteluissa pohdittiin, miten pystyy toimimaan vertaisena ja näyttämään esimerkkiä itseään huomattavasti nuoremmalle tai vanhemmalle kuntoutujalle tai hyvinkin erilaisessa päihdekulttuurissa eläneelle.

Haasteena nähdään myös luottamuksen säilyttäminen ja vaitiolovelvollisuus suhteessa sekä kuntoutujiin että ammattilaisiin. Vertaisohjaajan kuvataan olevan ammattilaisten ja kuntoutujien välissä ja joskus tämä voi aiheuttaa lojaliteettiristiriitaa. Vertaisohjaajat kokevat myös, että kuntoutujille voi olla vaikeaa sanoa ei, koska he ovat niin lähellä kuntoutujia. Vertaistukea on myös haastavaa rajata; se ei ole työtehtävä, joka loppuu virkaajan päättyessä.

Vertaisohjaajien majoittuminen laitosalueella asettaa myös omat haasteensa työn ja vapaa-ajan erottamiseen, varsinkin kun kuntoutujia saattaa majoittua samoissa tiloissa. Vertaisohjaajilla ei myöskään ole ammatillista suojaa, kuten ammattilaisilla ja omien tunteiden käsittely ja kontrollointi nähdäänkin haasteena.

*Toipujan roolissa vertaisohjaaja on päihdetoipuja ja työhönkuntoutuja.* Päihdetoipujana vertaisohjaaja nähdään päihdekuntoutujana, joka on toipumisessaan pidemmällä kuin kuntoutusjaksolla olevat päihdekuntoutujat. Haastateltavat näkevät vertaisohjaajien vahvuutena sen, että he pystyvät jakamaan kokemuksiaan toipumisesta. Toipumista kuvataan kasvamisena sekä itsensä hoitamisena ja haastamisena. Vertaisohjaajana toimiminen tukee raittiutta ja toipumista, vaikka oma hoito tapahtuukin avohuollossa ja vertaistukiryhmissä. Vastaavaan tuloksen on päädytty myös toisessa tutkimuksessa (Rissanen 2015, 112).

Itsensä hoitaminen ja omasta toipumisesta huolehtiminen nähdään kuitenkin myös haasteena. Omasta hoidosta ja vertaisryhmissä käymisestä tulee pitää huolta, vaikka vertaistuki on vastavuoroista myös vertaisohjaajien ja kuntoutujien välillä. Toipumispuheessa toipuminen nähdään loppuelämän haasteena ja tällöin puhutaan esimerkiksi raittiista alkoholista ja addiktista sekä raittiista päihdetoipujasta. Tämä viittaa vahvasti kahdenoista askeleen ideologiaan ja vertaistukiryhmiin, joissa vertaisohjaajat hoitavat itseään. Päihderiippuvuus nähdään sairautena, josta on mahdollista toipua.

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskukseen on mahdollista päästä vertaisohjaajaksi aikaisintaan puolen vuoden raittiuden jälkeen. Näin pyritään takaamaan työhönkuntoutusjakson oikea-aikaisuus. Haastateltavat näkevät vahvuutena sen, että kuntoutuskeskus on turvallinen ympäristö harjoitella työelämässä tarvittavia taitoja ja vahvistaa samalla omaa raittiutta. Haasteena nähdään kuitenkin sen arvioiminen, milloin toipuminen on riittävän pitkällä ja vertaisohjaajaksi hakeudutaan oikea-aikaisesti. Vertaisohjaajien tulisi olla ylläpitovaiheessa, joka vaatii pitkäaikaista käyttäytymisen muutosta (Miller 2008, 32 – 33), kun toipumista tarkastellaan transteoreettisen muutosvaihemallin näkökulmasta.

Vastaavasti De Leonin mallin pohjalta vertaisohjaajat asettuvat kahteen viimeiseen vaiheeseen. Pääteettömyys vakiintuu ja he omaksuvat uudet käyttäytymismallit, asenteet ja arvot. Aikaisemmat kokemukset johtavat sosiaalisen ja persoonallisen identiteetin muutokseen. (De Leon 2010, 81.) Haastatteluissa nousi esille vertaisohjaajien kokonaisvaltainen elämänmuutos, jota vertaisohjaajana toimiminen tukee. Vastaavasti Ruisniemi on tutkimuksessaan todennut, että päihderiippuvuudesta toipumiseen liittyy minäkuvan muutos, joka käsittää sosiaalisen ja persoonallisen identiteetin muutokset (Ruisniemi 2006, 248).

Pääsääntöisesti Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen vertaisohjaajat ovat työhönkuntoutujia ja tavoitteena on, että työhönkuntoutusjakso johtaa johonkin uuteen työ-, opiskelu- tai tukimuotoon. Vertaisohjaajat toimivat vapaaehtoistyöntekijöinä, työkokeilijoina ja palkkatuetussa työsuhteessa. Työ- ja opiskeluelämään siirtyminen on useimpien vertaisohjaajien tavoitteena, eläkkeellä olevia lukuun ottamatta.

Vahvuutena ja mahdollisuutena nousi esille työelämässä tarvittavien taitojen harjoittelu, sosiaalialan työhön tutustuminen, työhön palaaminen tuetusti ja mahdollisuus kouluttautua oppisopimuksella lähihoitajaksi, joka on Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa mahdollistettu yhtenä jatkopolkuna. Vertaisohjaajien ammatilliset tavoitteet ovat haastattelujen perusteella pitkälti samansuuntaisia kuin Knuutin tutkimuksessa. Osa opiskelee tai on hakeutumassa opiskelemaan sosiaali- ja terveystieteiden alaa tavoitteenaan työllistyä päihdetyöhön ja oman toipumiskokemuksen kautta saatu asiantuntemus koetaan eduksi. Oppisopimuksella kouluttautuminen eri aloille nähdään myös hyvänä vaihtoehtona. (Knuuti 2007, 170 – 172.)

Vertaisohjaajien jatkopolut nähdään haastattelujen perusteella myös haasteena ja vertaisohjaajilla tulisi olla hyvä tukiverkosto ja selkeät jatkosuunnitelmat kun työhönkuntoutusjakso päättyy. Vertaisohjaajien kanssa toimivilla ammattilaisilla onkin vastuu tukea vertaisohjaajia tulevaisuuden suunnittelussa ja omien asioiden hoitamisessa. Päihdekuntoutujien työ- ja opiskelupaikan saamiseen liittyy monia haasteita. Näitä ovat esimerkiksi koulutuksen ja työkokemuksen puute ja päihdeongelmaan liittyvä stigma. Toipujat usein salaavat menneisyytensä, koska se voi vaikuttaa negatiivisesti työn tai opiskelupaikan saamiseen. Päihdealan opintoihin ja työhön hakeuduttaessa oma kokemus voidaan laskea eduksi eikä haitaksi. Tutkimustulokseni ovat näiltä osin yhteneväisiä Knuutin tutkimuksen kanssa. (Knuuti 2007, 95 – 97.)

Työhönkuntoutusta on käsitelty tässä tutkielmassa osana toipumista. Tähän on syynä toisaalta se, että kaikki vertaisohjaajat eivät ole varsinaisesti työhönkuntoutujia vaan osa heistä on esimerkiksi eläkkeellä ja sen ikäisiä, että työllistyminen tai opiskelu ei ole enää tavoitteena. Toisaalta työhönkuntoutus ansaitsisi aiheena kokonaan oman tutkimuksen. Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen vertaisohjaajatoimintaan liittyvä käsitteistö on laaja sisältäen vapaaehtoistoiminnan ja niin sanotut välityömarkkinat, joten aiheen rajaaminen on tästä syystä perusteltua.

*Työntekijän roolissa vertaisohjaaja on työyhteisön jäsen ja vastuun jakaja.* Vertaisohjaajat toimivat työntekijänä päihdekuntoutujille ja työtovereina ammattihenkilöstölle. Vertaisohjaajat ja ammattilaiset toimivat tasavertaisina työtovereina täydentäen toisiaan, oppien toisiltaan ja toimien esimerkkeinä toisilleen. Haastattelujen perusteella vertaisohjaajien myötä päihdetyö pysyy käytännönläheisenä ja jaetussa asiantuntijuudessa yhdistyvät kokemustieto ja ammatillinen tieto. Suhteessa ammattilaisiin ja organisaatioon vertaisohjaajat toimivat kokemusasiantuntijoina, kuten myös Rissanen (2013, 14) on todennut.

Tarkasteltaessa vertaisohjaajien toimintaa Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa esille nousee selkeästi kolme tasoa samaan tapaan kuin Rissanen (2015) on jaotellut kokemusasiantuntijuuden. Kuten olen aiemmin todennut, vertaisohjaajana toimiminen tukee yksilön tasolla vertaisohjaajan omaa toipumista ja voimauttaa. Järjestelmän tasolla vertaisohjaajat toimivat kuntoutuskeskuksessa tasavertaisina ammattilaisten kanssa ja he kouluttavat esimerkiksi opiskelijoita laitoksen toiminnan esittelyn ja oman tarinansa kertomisen kautta. Yhteiskunnallisella tasolla osa vertaisohjaajista toimii aktiivisesti järjestöissä, joissa tehdään vaikuttamistyötä. Lisäksi vertaisohjaajat ovat esillä erilaisissa tilaisuuksissa ja seminaareissa jakamassa tietoa toiminnasta.

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa on pitkät perinteet päihdekuntoutujien osallistumisesta kuntoutuksen kehittämiseen ja päätöksentekoon. Kuntoutuskeskuksen toimintakulttuuri ja yhteisökuntoutus nousevatkin esiin vahvuutena. Maaperä on ollut otollinen vertaisohjaajatoiminnan käynnistämiseksi ja kehittämiseksi. Kuntoutuskeskuksessa suhtaudutaan myönteisesti kehittämiseen ja asioita on lupa kokeilla. Yhteisöhoitoon pohjautuvassa yhteisökuntoutuksessa korostuu demokratia ja hierarkkisuutta ja auktoriteettirakenteita on pyritty hämärtämään (Murto 1997, 248). Tämä on mahdollistanut yhteiskehittämisen ja avoimen toimintakulttuurin sekä päihdekuntoutujien ja ammattilaisten toimimisen mahdollisimman tasavertaisina.

Ammattilaisten haastattelussa nousi vahvuutena esille työhyvinvoinnin ja jaksamisen lisääntyminen vertaisohjaajien myötä. Vertaisohjaajat luovat toivoa ammattilaisille ja toimivat esimerkkeinä kuntoutumisesta. Vertaisohjaajat kokevat, että heidän on mahdollista hyödyntää omia vahvuuksiaan ja erityisosaamistaan, mikä nähdään vahvuutena. Esiin nostettiin myös omat elämäkokemukset, kuten työhistoria ja eläminen erilaisissa yhteisöissä.

Haasteena nähdään ammattilaisten ja vertaisohjaajien roolien selkeyttäminen. Haastattelujen perusteella riskinä on, että vertaisohjaajat joutuvat tekemään ammattilaisille kuuluvia työtehtäviä ja paikkaamaan ammattilaisia heidän poissa ollessaan. Tämä onkin nousnut säännöllisesti esiin myös kuntoutuskeskuksen kokouksissa. Käydessäni läpi kokousmuistioita kiinnitin huomiota siihen, että työnjaosta ja toimenkuvista on keskusteltu usein eri foorumeilla. Keskeisinä teemoja ovat olleet vertaisohjaajien työmäärä, ammattilaisten ja vertaisohjaajien välinen työnjako sekä vertaisohjaajien työ- ja vapaa-ajan erottaminen. Linjauksia on tehty esimerkiksi siitä, että vertaisohjaajat eivät ohjaa ammattilaisten vetovastuulla olevia ryhmiä ja yhteisökokouksia yksin vaan toimivat työparina ja työtiloja ei käytetä vapaa-ajalla.

Haasteina esiin nousivat myös uskomukset ja asenteet, joiden itse uskon muuttuvan ainoastaan yhdessä tekemisen ja elämällä oppimisen kautta. Myös salassapito mietitytti ammattilaisia. Vertaisohjaajilla ei ole yleensä koulutusta, jossa salassapitovelvollisuutta käsitellään ja ohjaamisen tarve korostuu. Vertaisohjaajat allekirjoittavat kuitenkin sopimuksen (liite 3), jossa he sitoutuvat pitämään salassa työtehtävissä kuulemansa asiat.

Haasteena nähdään myös uusien työntekijöiden perehdyttäminen ja vertaisohjaajien toimintaan tutustuttaminen. Vertaisohjaajien työskentelyn koetaan herättävän kysymyksiä ja siihen liittyy myös ennakkoluuloja. Hyväri (2005) onkin visioinut, että vertaistukeen ja kokemustietoon tulisi päästä perehtymään jo opintojen aikana ja Laitila (2010) on tutkimuksessaan todennut, että on tarpeen laatia valtakunnallinen ohjeistus, joka linjaa kokemusasiiantuntijoiden hyödyntämisen mielenterveys- ja päihdepalveluissa. Ennakoasenteiden tunnistaminen ja niistä irrottautuminen voi olla haastavaa sekä ammattilaisille, että kokemusasiiantuntijoille esimerkiksi pettymysten takia (Hietala & Rissanen 2015, 24). Oleellista onkin, että asioista keskustellaan ja uudet työntekijät saavat oikeaa tietoa ja positiivisia kokemuksia vertaisohjaajien kanssa työskentelystä.

Vertaisohjaajien mukana olo kaikessa toiminnassa, kuten kokouksissa ja työnohjauksissa jakoi mielipiteitä. Erilaiset käytännöt eri kuntoutusyhteisöjen työtiimeissä nostettiin esiin myös haasteena. Tämän pohjalta pohdinkin, ovatko vertaisohjaajat sittenkään tasavertaisessa asemassa ammattilaisten kanssa, vaikka siihen pyritäänkin. Toimintakäytäntöjen yhtenäistäminen nähdään kuitenkin myös mahdollisuutena ja uusia linjauksia on lähdetty tekemään haastattelujen jälkeen.



Kehittämisehdotuksena ammattilaisten haastattelussa esitettiin, että vertaisohjaajien edustus tulisi olla myös kuntoutuskeskuksen johtoryhmässä. Myöhemmin vuonna 2014 tätä esitettiin myös laitoksen johtoryhmälle, jota täydennettiinkin vertaisohjaajien edustajalla. Samassa yhteydessä johtoryhmään nimettiin myös henkilöstön edustajaksi yhteistoimintavastaava.

Toimiessaan työntekijän roolissa vertaisohjaaja on vastuun jakaja. Vertaisohjaajat ja ammattilaiset jakavat työtehtävät ja vastaavat yhdessä päihdekuntoutuksen toteuttamisesta Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa. Työtehtävät jakautuvat yhteisiin ja molempien ryhmien omiin työtehtäviin. Vertaisohjaajien tärkeimmiksi työtehtäviksi nostettiin vertaistuen lisäksi uusien kuntoutujien vastaanottaminen ja ryhmien ohjaaminen. Eri-tyisesti vertaisohjaajavetoisten ryhmien merkitystä korostettiin. Uusien kuntoutujien vastaanottamisen puolestaan nähdään sujuvan parhaiten vertaisohjaajilta, koska heillä on oma kokemus päihdekuntoutukseen tulemisesta.

Tärkeinä työtehtävinä pidetään myös infojen pitämistä ja vieraiden vastaanottamista. Näissä tehtävissä vertaisohjaajat toimivat ammattilaisten työparina kokemusasiantuntijoina. Kuntoutujan tukena oleminen erilaisilla asiointikäynneillä mielletään myös tärkeäksi työtehtäväksi. Toisinaan kuntoutujat tarvitsevat apua ja tukea esimerkiksi virastoissa asioimiseen. Huomioimisen arvoista on myös se, että orientaatiovaiheen kuntoutujien ei ole mahdollista poistua laitosalueelta. Välttämättömät asiointikäynnit, kuten terveydenhoitoon liittyvät käynnit on kuitenkin hoidettava ja tällöin mukaan lähtee saattaja, joka on useimmiten vertaisohjaaja.

Vertaisohjaajien työn vahvuutena nousevat esiin tukirakenteet, joista mainitaan työnohjaus, vertaistenkokous ja vertaisten keskinäinen tuki sekä tukihenkilö. Vaikka tukirakenteet ovat kunnossa ja niitä on kehitetty vastaamaan mahdollisimman hyvin vertaisohjaajien tarpeisiin, on työ henkisesti raskasta. Haasteina nähdään psyykinen kuormitus, aggressiivisesti käyttäytyvät kuntoutujat ja kriisitilanteet. Koulutusta kaivattaisiin lisää ja vaikka vertaisohjaajien on mahdollista osallistua Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen sisäisiin koulutuksiin, niin koulutusta toivottiin suunnattavan enemmän juuri vertaisohjaajien toimintaa tukevaksi. Haasteena esille nostettiin myös vertaisohjaajatoiminnan tukirakenteiden luominen laajemmin Helsingin kaupungin organisaatiossa. Osa vertaisohjaajista toimii vapaaehtoistyöntekijöinä ja heille tulisi haastattelujen perusteella maksaa korvausta.

Työhön perehdyttäminen nousi esille sekä haasteena, että vahvuutena. Tähän vaikutti se, missä työryhmässä vertaisohjaaja työskenteli ja kuka oli toiminut perehdyttäjänä. Tämä nähtiin kehittämiskohteena, sillä kaikilla vertaisohjaajilla tulisi olla samanlainen oikeus ja mahdollisuus kattavaan perehdytykseen. Työssäjaksamisen tukemisen tärkeyttä ja tukirakenteiden, kuten työnohjauksen, perehdytyksen, ohjauksen ja tuen merkitystä ovat korostaneet myös Hietala ja Rissanen. Ammattilaisten ja kokemusasiantuntijoiden yhteiset tilaisuudet, kuten seminaarit ja työpajat vahvistavat myös osaamista ja yhteistyötä. (Hietala & Rissanen 2015, 49.)

Vertaisohjaajien voimavarojen riittäminen sekä tunteiden käsittely ja säätely nähtiin haasteina. Vastaavasti vahvuudeksi koettiin se, että vertaisohjaajien on mahdollista opetella tunteiden käsittelyä turvallisessa ympäristössä. Omat voimavarat ja jaksaminen koettiin myös vahvuudeksi silloin, kun vertaisohjaajan työtä on tehty pitempään.

Vertaisohjaajien ja ammattilaisten työtehtävien eroina mainittiin, että ammattilaisten työtehtäviin kuuluu selkeästi yhteistyön tekeminen avoimuuden kanssa ja kaikkien virastoasioiden hoitaminen. Ammattilaisten työ sisältää byrokratiaa ja kirjallisia töitä. Ammattilaiset vastaavat esimerkiksi asiakastekstien kirjaamisesta eikä vertaisohjaajilla ole edes tunteita asiakastietojärjestelmään. Ammattilaisille kuuluu kokonaisuuden hallinta ja viimekädessä vastuu siitä, että linjauksia noudatetaan. Ammattilaisten arvioidaan myös pysyvän tarkastelemaan asioita objektiivisemmin kuin vertaisohjaajien. Ammattilaisten toivottaisiin kuitenkin olevan vertaisohjaajien tavoin enemmän läsnä kuntoutujille.

Ammattilaisena toimiminen ei ole mahdollista ilman koulutusta ja ammattipätevyyttä. Vastaavasti vertaisohjaajalta edellytetään omaa toipumiskokemusta ja sitoutumista raittuteen. Vertaisohjaajien ja ammattilaisten yhteistyön merkityksellisyys nousi esiin haastatteluissa. Vertaisohjaajat tukevat ammattilaisia heidän työssään esimerkiksi selittäessään kuntoutujien tunnetasoja sekä lisätessään ymmärrystä päihdeongelmasta ja vertaisryhmien merkityksestä osana toipumista. Yhteistyö tukee entistä asiakaslähtöisemmän toimintakulttuurin rakentumista esimerkiksi vaikuttamalla ammattilaisten tietoihin, taitoihin ja asenteisiin. Vertaisohjaajien toimiessa ammattilaisten rinnalla, kehittämässä päihdepalveluja, osallisuus lisääntyy ja jaettu asiantuntijuus mahdollistaa asiakaslähtöisten toimintatapojen kehittämisen. (Ks. Laitila 2010, 184 – 185.)

*Tutkimustulosten perusteella* Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa tulisi kiinnittää huomiota vertaisohjaajien perehdyttämiseen. Perehdytyksen tueksi olisi hyvä laatia vertaisohjaajille oma perehdytyskansio tai vertaisohjaajan käsikirja. Vertaisten ja ammattilaisten toimenkuvat ja työnjako tulisi myös kirjata auki entistä selkeämmin. Vertaisohjaajien koulutukseen tulisi panostaa ja suunnata koulutusta vastaamaan vertaisohjaajien tarpeita.

Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksella olisi myös hyvät mahdollisuudet kouluttaa vertaisohjaajia toimimaan sekä kuntoutuskeskuksessa, että muissa päihdepalveluyksiköissä. Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen luomaa vertaisohjaajamallia onkin hyödynnetty esimerkiksi Mainiemen kuntoutumiskeskuksen kehittämistyössä (Välittäjä 2013, 53, 55). Ammattilaisten haastattelussa nousi kehittämiskohteena esille vertaisohjaajien koulutusjärjestelmän kehittäminen Tervalammen kartanon kuntoutuskeskukseen, jossa on asiasta osaamista ja hyvät puitteet.

Vertaisohjaajamallia on esitelty eri tilaisuuksissa, kuten Päihdepäivillä. Toiminta on herättänyt kiinnostusta myös valtakunnallisesti ja palkittu vuonna 2015 Kuntoutussäätiön hallituksen myöntämällä kuntouttajamitalilla. Valtakunnallisilla kuntoutuspäivillä jaetun tunnustuksen perusteluissa todettiin, että Tervalammen kartano yhdistää esimerkillisellä ja uudella tavalla ammatillisen kuntoutuksen, vertaistoiminnan ja kuntoutuksen ammatillisuuden vaatimukset. (Kuntoutussäätiö 2015.) Kuntoutuskeskuksen kokemusten ja osaamisen jakaminen ja toimintamallin levittäminen olisikin perusteltua.

Vertaisohjaajatoiminnan laajentaminen, kehittäminen ja jalkauttaminen kaikkiin Helsingin kaupungin päihdepalveluyksiköihin tulisi mielestäni toteuttaa koordinoidusti. Tämä edellyttäisi sitä, että tukirakenteet ovat kunnossa ja yksiköt saavat tukea toiminnan käynnistämiseen ja kehittämiseen. Vertaisohjaajatoimintaa koordinoimaan olisi hyvä palkata henkilö, joka vastaisi toiminnan jalkauttamisesta sekä tukisi vertaisohjaajia ja ammattilaisia. Yksiköiden vastuuhenkilöiden tukeminen on myös erityisen tärkeää jo toimintaan liittyvän byrokratian, kuten työvoimapoliittisten toimenpiteiden ja niihin liittyvän työ määrän kannalta. Jos vertaisohjaajatoiminnasta vastaisi yksi henkilö, olisi myös toimintakäytäntöjen yhtenäistäminen ja tasapuolisuudesta huolehtiminen helpompaa isossa organisaatiossa.

Vertaisohjaajien kouluttamiseen ja vertaisohjaajamallin jalkauttamiseen voisi myös kar-  
toittaa rahoitusvaihtoehtoja ja lähteä rohkeasti innovoimaan uusia toimintatapoja eri yk-  
siköihin yhteistyössä kokemusasiantuntijoiden kanssa. Opiskelumahdollisuuksia oppiso-  
pimuksella tulisi myös tutkimustulosten perusteella kehittää ja lisätä vertaisohjaajien jat-  
kopolkuina. Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksen lisäksi Helsingin kaupungin or-  
ganisaatiossa olisi eri toimintojen sisällä hyvät mahdollisuudet luoda työllistymis- ja kou-  
luttautumismahdollisuuksia vertaisohjaajille.

*Jatkotutkimuksena* olisi mielenkiintoista selvittää, mitä haastatteluun osallistuneille ver-  
taisohjaajille kuuluu nyt ja mitä merkitystä työhönkuntoutusjaksolla on ollut heidän elä-  
määnsä erityisesti työllistymisen, opintoihin hakeutumisen ja toipumisen näkökulmista.  
Itselläni on käsitys siitä, että vertaisohjaajia on esimerkiksi työllistynyt järjestöjen palve-  
lukseen ja useampi heistä on opiskellut tai opiskelee sosiaali- ja terveysalaa. Tietoni pe-  
rustuu heidän kanssaan tekemääni yhteistyöhön ja henkilökohtaisiin suhteisiin.

Toinen tutkimuskohde on vertaisten, kokemusasiantuntijoiden ja ammattilaisten yhteis-  
työn tarkastelu laajemmin Helsingin kaupungin päihdepalveluyksiköissä. Tutkimuksen  
tekeminen antaisi arvokasta tietoa ja auttaisi kehittämään päihdepalveluja sekä yhteis-  
työtä entistä paremmaksi. Vertaisohjaajien työssä jaksaminen ja kokemukset työn tukira-  
kenteista olisivat myös tärkeitä ja tutkimisen arvoisia aiheita. Kokemusasiantuntemusta  
tulisi hyödyntää entistä enemmän tutkimus- ja kehittämishankkeissa ja jatkotutkimusta  
olisi mielenkiintoista tehdä kokemustutkimuksen menetelmin (Ks. Hyväri & Rissanen  
2014).

Tutkielmani tuloksia ei voi yleistää, sillä ne perustuvat yhden laitoksen toimintaan. Tu-  
loksia on kuitenkin mahdollista hyödyntää Tervalammen kartanon kuntoutuskeskuksessa  
ja laajemminkin päihdehuollon palvelujen kehittämisessä. Tutkimusaiheeni on edelleen  
ajankohtainen, vaikka tutkimushaastattelut on toteutettu vuonna 2014. Vertais- ja koke-  
musasiantuntijatoiminta on laajentunut ja kehittynyt viime vuosina. Yhä useampi kol-  
mannen sektorin toimija on palkannut oman toipumiskokemuksen omaavia henkilöitä  
työskentelemään ammattilaisten rinnalle.

Ensimmäinen päihdetyön kokemusasiantuntijan vakanssi on perustettu myös julkiselle  
sektorille Vantaan terveys- ja päihdepalveluihin vuonna 2018. Kokemusasiantuntijan toi-  
mintamallia on kehitetty vuodesta 2012 alkaen. Pilotointi toteutettiin osana Mielen avain

–hanketta ja nykyään kokemusasiantuntijan vastaanotot ovat kiinteä osa kaupungin palvelua. (Vantaa 2018.) Uskon, että julkisella sektorilla seurataan Vantaan esimerkkiä ja kokemusasiantuntijoiden vakansseja tullaan jatkossa perustamaan lisää.

Kirjoittaessani tutkielmani viimeistä lukua heinäkuussa 2018 käsissäni on asiakkaiden osallistumisen toimintamallin loppuraportti. Toimintamalli on luotu osana hallituksen Palvelut asiakaslähtöisiksi – kärkihanketta, jonka keskeisin tavoite on asiakasosallisuuden vahvistaminen. Asiakkaiden osallistumisen toimintamalli -osahanke on pitänyt sisällään viidessä maakunnassa vuonna 2017 toteutetut asiakkaiden osallistumiseen tähtäävät kokeilut. Osahankkeen tavoitteena oli kehittää valtakunnallinen toimintamalli, joka määrittää esimerkiksi asiakkaiden mukaan ottamisen tasavertaisina kumppaneina palvelujen suunnitteluun, tuottamiseen ja kehittämiseen sekä tuottaa mallin asiakkaiden kokemustiedon ja kehittämisideoiden välittämiseksi poliittiseen päätöksentekoon ja virkamiesjohdolle. (Sihvo ym. 2018, 8 – 9, 17.)

Loppuraportissa todetaan toimintamallin olevan kehikko, joka antaa suuntaa maakuntien asiakasosallisuus- ja osallisuus suunnitelmille ja -ohjelmille. Mallin juurruttamiseksi tarvitaan tiedottamista sekä kansallisia ja alueellisia seminaareja. Osallisuustyötä tulisi koordinoita osallisuusryhmän, ei yksittäisen henkilön kautta ja asiakkaiden osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksista huolehtiminen tulisi kirjata palveluntuottajien kanssa tehtäviin järjestämissopimuksiin. (Mt, 45 – 46.)

Raportissa korostetaan kokemusasiantuntijoiden ja kehittäjäasiakkaiden roolia palveluiden kehittämisessä ja arvioidaan vertaistoimijoiden ja kokemusasiantuntijoiden näkyvän tulevaisuudessa sosiaali- ja terveydenhuollossa uudenlaisissa tehtävissä. Yhteiskehittämisen näkökulmasta tärkeää on johdon tuki ja halu toimintakulttuurin muutokseen. Raportin mukaan yhteiskehittämistä tulee tukea asiakkaiden ja työntekijöiden yhteisvalmennuksella, jotta yhteinen kieli ja toimintatavat löytyvät ja ennakkoluulot madaltuvat. Yhteiskehittämisen todetaan myös lisäävän työntekijöiden työhyvinvointia ja työmotivaatiota, joka nousi esille myös omista tutkimustuloksissani. (Mt, 49.)

Oman oppimiseni ja ammatillisen kasvuni kannalta tämän tutkielman tekeminen on ollut merkityksellistä. Prosessi on lisännyt tietämystäni aiheesta ja vahvistanut käsitystäni siitä, että vertaisohjaajien ja ammattilaisten yhteistyö kannattaa. Uskallan väittää, että vertaisten ja kokemusasiantuntijoiden mukana oleminen päihdetyössä on välttämätöntä. Olen

erittäin kiitollinen vertaisohjaajille, ammattilaisille ja kuntoutujille, jotka mahdollistivat tutkielman tekemisen kertomalla omista kokemuksistaan.

Lähes koko työurani ajan olen tehnyt päihdetyötä ja toiminut erilaisissa tehtävissä niin asiakastyössä kuin hallinto- ja kehittämistehtävissä. Halu saada lisää tietoa ja oppia uutta on ohjannut minua hakeutumaan uusiin haasteisiin opintojen saralla ja työni ohessa olen suorittanut useamman tutkinnon. Eniten koen kuitenkin matkan varrella oppineeni ihmisiltä. Samaan aikaan, kun olen pyrkinyt omaksumaan teoriaa ja työmenetelmiä olen vuosien varrella oppinut eniten asiakkailtani, työtovereiltani ja yhteistyökumppaneiltani. Päätän tutkielmani kiittämällä niitä ihmisiä, joiden kanssa olen saanut työskennellä eri rooleissa työntekijänä, työtoverina, tukihenkilönä, opiskelijana, asiantuntijana, tutkijana ja ennen kaikkea ihmisenä.

---

## LÄHTEET

AA. Nimettömät alkoholistit 2016. Suomen AA-kustannus ry.

<http://www.aa.fi/index.php?type=0&id=34&section=3/> .Viitattu 4.1.2016

De Leon, George 2010. Teoksessa Rowby Yates & Margaret S. Malloch (toim.) Tackling Addiction. Pathways to Recovery. London: Jessica Kingsley Publishers.

DiClemente, Carlo V. & Velasquez, Mary M. 2002. Motivational Interviewing and the Stages of Change. Teoksessa William R. Miller & Stephen Rollnick (toim.) Motivational Interviewing. New York: The Guilford Press, 201 – 216.

Eskola, Jari 2010. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat. Laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa Raine Valli & Juhani Aaltola (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hietala, Outi 2014. Kokemusasiantuntijatoiminta kuntouttaa myös ammattilaista. Kuntoutus 2, 42 – 47.

Hietala, Outi & Rissanen, Päivi 2015. Opas kokemusasiantuntijatoiminnasta. Kokemusasiantuntija – hoidon ja avun kohteesta omien kokemusten jakajaksi sekä palvelujen kehittäjäksi. Helsinki: Kuntoutussäätiö & Mielenterveyden keskusliitto.

Hiltunen, Tarja 2005. Vertaistuki päihderiippuvaisen naisen toipumisen tukena. Teoksessa Tarja Hiltunen, Virpi Kujala & Kati-Pupita Mattila (toim.) Näkyvä piilo. Päihdeongelman naisen matka haavoittuneesta lapsuudesta eheyteen. Jyväskylä: Sininauhaliitto, 113 – 120.

Hirsjärvi Sirkka & Hurme Helena 2014. Tutkimushaastattelu – Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.

Hokkanen, Liisa 2014. Autetuksi tuleminen. Valtaistavan sosiaalisen asianajon edellyttämät toimijuudet. Akateeminen väitöskirja. Rovaniemi: Lapin yliopisto.

Holmberg, Jan 2010. Päihderiippuvuudesta elämänhallintaan. Helsinki: Edita Prima.

Hyväri, Susanna 2001. Vallattomuudesta vastuuseen – Kokemuksen politiikan sankaritarinoita. Akateeminen väitöskirja. Vankeinhoidon koulutuskeskuksen julkaisu 3/2001. Helsinki: Tietosanoma.

Hyväri, Susanna 2005. Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa Marianne Nylund & Anne Birgitta Yeung (toim.) Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 214–235.

Hyväri, Susanna & Rissanen Päivi 2014. Kuntoutujien kokemustutkimuksen menetelmät. Sosiaalitieteellinen aikakauslehti, 51, 289 – 300.

Häkkinen, Ilmo 2013. Toipumiskulttuuri – Päihdetoipuminen ja esimerkin voima. Espoo: Prometheus kustannus.

Hännikäinen-Uutela, Anna-Liisa 2004. Uudelleen juurtuneet. Yhteisökasvatus vaikeasti päihderiippuvaisten narkomaanien kuntoutuksessa. Akateeminen väitöskirja. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Hänninen, Vilma & Koski-Jännes, Anja 2004. Stories of attempts to recover from addiction. Teoksessa Pia Rosenqvist, Jan Blomqvist, Anja Koski-Jännes & Leif Öjesjö (toim.) Addiction and life course. Helsinki: NAD Publication 44, 231–246.

Jauhiainen Jyri, Lujalahti Mervi & Ranta Tiina 2013. Vertaisohjaajat Tervalammen kartanossa. Julkaisematon lähde.

Kiviniemi, Kari 2015. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa Raine Valli & Juhani Aaltola (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Jyväskylä: PS-kustannus.

Knuuti, Ulla 2007. Matkalla marginaalista valtavirtaan? Huumeiden käytön lopettaneiden elämäntapa ja toipuminen. Helsinki: Yliopistopaino.

Koski-Jännes, Anja 1998. Miten riippuvuus voitetaan. Helsinki: Otava.



Koskisuus, Jari 2007. Mitä Trio on? Teoksessa: Outi Hietala-Paalasmaa, Reija Narumo, & Kaiju Yrttiaho (toim.). Kuntoutuja, ammattilainen, vertainen. Mielenterveyskuntoutuksen kolme asiantuntijaa. TRIO-projektin arviointi- ja loppuraportti. Mielenterveyden keskusliitto, 9 – 14.

Kostiainen, Elisa, Ahonen, Sanna, Verho, Tanja, Rissanen, Päivi & Rotko Tuulia 2014. Kokemukset käyttöön – kokemusasiantuntijatoiminnan kehittäminen. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos Työpaperi 36. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Kotovirta, Elina 2009. Huumeriippuvuudesta toipuminen Nimettömien Narkomaanien toveriseurassa. Akateeminen väitöskirja. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Kotovirta, Elina 2012. Vertaistoiminta huumeriippuvaisten toipumisen ja elämänhallinnan tukena. Teoksessa Kaija Seppä, Hannu Alho & Kalervo Kiiänmaa (toim.) Huume ja lääkeriippuvuudet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 140 – 144.

Kuntoutussäätiö 2015. Vertaisohjaaja samalla viivalla kuntoutujan kanssa: kuntouttajamitali päihdekuntoutuslaitos Tervalammen kartanolle. <https://kuntoutussaatio.fi/2015/03/10/vertaisohjaaja-samalla-viivalla-kuntoutujan-kanssa-kuntouttajamitali-paihdekuntoutuslaitos-tervalammen-kartanolle/>. Viitattu 24.5.2018.

Kuusisto, Katja 2010. Kolme reittiä alkoholismista toipumiseen. Tutkimus muutoksesta hoidon ja vertaistuen avulla sekä ilman professionaalista hoitoa. Akateeminen väitöskirja. Tampere: Tampere University Press.

Laitila, Minna 2010. Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdetyössä. Fenomenografinen lähestymistapa. Akateeminen väitöskirja. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto.

Laitinen, Merja & Nikupeteri, Anna 2013. Kokemusasiantuntijuus väkivaltatyössä. Teoksessa Laitinen, Merja & Niskala, Asta (toim.). Asiakkaat toimijoina sosiaalityössä. Tampere: Vastapaino, 427–458.

Lappalainen-Lehto, Riitta, Romu, Maija-Liisa & Taskinen, Mailis 2008. Haasteena päihdeet. Ammatillisen päihdetyön perusteita. Helsinki: WSOY.

Lausvaara, Jyrki 2012. Myllyhoidollinen näkökulma työelämän päihdeongelmiin. Teoksessa Jarmo Heinonen (toim.) *Kuin kala verkossa. Ihminen ja alkoholi*. Espoo: Prometheus kustannus.

Meriluoto, Taina 2015. Kokemusasiantuntija auttajana. Teoksessa Taina Meriluoto, Leena Marila-Penttinen & Essi Lehtinen (toim.). *Osallisuus. Osallisuuden ja kokemusasiantuntijuuden käsikirja*. Ensi- ja turvakotien liitto. [http://www.e-julkaisu.fi/ensi\\_ja\\_turvakotien\\_liitto/osallisuus\\_kasikirja/](http://www.e-julkaisu.fi/ensi_ja_turvakotien_liitto/osallisuus_kasikirja/). Viitattu 22.4.2018.

Meriluoto, Taina & Marila-Penttinen, Leena 2015. Mikä osallisuus, Mikä kokemusasiantuntijuus? Teoksessa Taina Meriluoto, Leena Marila-Penttinen & Essi Lehtinen (toim.). *Osallisuus. Osallisuuden ja kokemusasiantuntijuuden käsikirja*. Ensi- ja turvakotien liitto. [http://www.e-julkaisu.fi/ensi\\_ja\\_turvakotien\\_liitto/osallisuus\\_kasikirja/](http://www.e-julkaisu.fi/ensi_ja_turvakotien_liitto/osallisuus_kasikirja/). Viitattu 6.6.2018.

Mikkonen, Irja 2009. *Sairastuneen vertaistuki. Peer Support in Different Illness Groups*. Akateeminen väitöskirja. Kuopio: Kuopion yliopisto.

Miller, William 2008. Motivaation ja muutoksen käsitteellistäminen. Teoksessa Anja Koski-Jännes, Liisa Riittinen & Pekka Saarnio (toim.). *Kohti muutosta. Motivointimenetelmiä päihde- ja käyttäytymisongelmiin*. Helsinki: Tammi.

Munck, Joonas, Ranta, Tiina & kokemusasiantuntijat Juha, Juho ja Stidi 2011. *Tervallampi-kuntoutus*. Teoksessa *Kehittämistyön väliraportti 2010 – 2011*. Julkaisematon lähde.

Murto Kari, 1997. *Yhteisöhoidon suuntauksia*. Jyväskylä: Jyväskylän koulutuskeskus.

Murto Kari, 2013. *Terapeuttinen yhteisö*. Porvoo: Kari consulting.

Niemelä, Jorma 1999. *Usko, hoito ja toipuminen. Tutkimus käännyksestä ja kristillisestä päihdehoidosta*. Helsinki: Stakes.

Niemistö, Raimo 2012. *Ryhmän luovuus ja kehitysheidot*. Helsinki: Gaudeamus.

Oinas-Kukkonen, Heikki 2013. Alkoholistin ja hänen läheisensä samanaikainen toipuminen vapauttavana oppimisprosessina Minnesota-hoidossa. Akateeminen väitöskirja. Oulu: Oulun yliopisto.

Rissanen, Päivi 2013. Mitä on kokemusasiantuntijuus? Teoksessa: Hanna Falk, Marjo Kurki, Päivi Rissanen, Sini Kankaanpää & Niina Sinkkonen. Kuntoutujasta toimijaksi – kokemus asiantuntijuudeksi. Työpaperi 39. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 14 – 19.

Rissanen, Päivi 2015. Toivoton tapaus? Autoetnografia sairastumisesta ja kuntoutumisesta. Akateeminen väitöskirja. Kuntoutussäätiön tutkimuksia 88. Helsinki: Kuntoutussäätiö.

Ruisniemi, Arja 2006. Minäkuvan muutos päihderiippuvuudesta toipumisessa. Tutkimus yhteisöllisestä päihdekuntoutuksesta. Akateeminen väitöskirja. Tampere: Tampereen yliopistopaino.

Sihvo, Sinikka, Isola, Anna-Maria, Kivipelto, Minna, Linnanmäki, Eila, Lyytikäinen, Merja & Sainio, Salla 2018. Asiakkaiden osallistumisen toimintamalli. Loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 16. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

STM, 2009. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma: Mieli 2009 –työryhmän ehdotukset mielenterveys- ja päihdetyön kehittämiseksi vuoteen 2015. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 3. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

STM, 2012. Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma. KASTE 2012-2015. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 1. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Särkelä, Antti 1998. Lastuja kuntouttavan yhteisön teoriasta ja käytännöstä. Sosiaaliturva 9, 12-16.

Taipale Pekka 2011. Tehtäväkuvaus kuntouttavaa työtoimintaa varten Tervalammen kartanossa. Julkaisematon lähde.

Tervalammen kartanon palvelukuvaus 2013. Julkaisematon lähde.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Vantaa 2018. Vantaalle on perustettu päihdetyön kokemusasiantuntijan vakanssi. Vantaan kaupungin internetsivusto.

[http://www.vantaa.fi/uutisia/kaikki\\_uutiset/101/0/137227](http://www.vantaa.fi/uutisia/kaikki_uutiset/101/0/137227) .

Viitattu 4.7.2018.

Vilkko-Riihelä, Anneli 1999. Psyhyke. Psykologian käsikirja. Porvoo: WSOY.

Virokannas, Elna 2014. Vertaisten ja ammattilaisten jäsenyysskategoriat huumeidenkäyttäjille suunnatussa katuklinikkatyössä. Yhteiskuntapolitiikka 79 (2014):6, 657 – 668.

Virokannas, Helena (toim.) & Osolanus, Liisa & Varonen, Tiina 2014. Tää on meidän juttu. Päihdetyön vertaistoiminnan opas. Esimerkkejä vertaisten ja ammattilaisten yhteistyöstä Osis-hankkeessa. Huumetyön vertaistoiminnan osaamiskeskus Osis (2011 – 2014). A-klinikkasäätiö/Helsingin Vinkki ja Omaiset Huumetyön Tukena ry.

Vuorinen, Ahti 2012. Päihdeongelmien hoidosta halki vuosikymmenien. Teoksessa Heimonen Jarmo (toim.) Kuin kala verkossa. Ihminen ja alkoholi. Espoo: Prometheus kustannus.

Välittäjä 2013. Väli-Suomen mielenterveys- ja päihdetyön kehittämishanke.

<https://www.innokyla.fi/documents/670956/b1a9afe7-d257-4a15-80b2-e69bf4b389bd/> .

Viitattu 25.5.2018.

Väyrynen, Sanna 2007. Usvametsän neidot. Tutkimus nuorten naisten elämästä huume-kuvioissa. Akateeminen väitöskirja. Rovaniemi: Lapin yliopisto.

Wilkinson, Sue 2004. Focus group research. Teoksessa David Silverman (toim.) Qualitative Research. Theory, Method and Practice, 176-199. London: Sage.

## LIITE 1

### **Päihdetoipuminen on päihdetoipujan toipumisprosessia, joka kattaa:**

1. ensimmäiset huolestumiset ja omat yritykset rajoittaa päihdekäyttöä
2. avun hakemiset ja ensimmäiset vaiheet ja kynnykset päihdepalvelujen piirissä
3. hoidon tarpeen arvioimiset ja hoitosuhteiden luomiset
4. itsetutkiskelut, oman tilan arvioimiset ja siltä pohjalta tavoiteasettelut
5. katkaisuhoidot ja päihdekierteen katkaisemiset vieroitusoireineen ja morkkiksi-  
neen
6. retkahtamiset ja retkahtamisen ehkäisy
7. luopumisen ja surutyön prosessit
8. onnistumiset selvin päin pysymisessä
9. vertaisten yhteyden löytämisen
10. raittiuden sisällön ja elämäntavan löytämisen ja näihin vähittäisen sitoutumisen
11. alkuraittiuden ja myöhempien vaiheiden työkalujen ja eväiden löytämisen ja käyt-  
tämisen
12. kokonaisvaltaisesti tavoitteitaan toteuttavana ihmisenä muuttumisen ja kasvami-  
sen

Ilmo Häkkinen 2013: Toipumiskulttuuri. Päihdetoipuminen ja esimerkin voima

## LIITE 2

### **AA:n Kaksitoista askelta**

1. Myönsimme voimattomuutemme alkoholiin nähden ja että elämämme oli muodostunut sellaiseksi, ettemme omin voimin kyenneet selviytymään.
2. Opimme uskomaan, että joku itseämme suurempi voima voisi palauttaa terveytemme.
3. Päätimme luovuttaa tahtomme ja elämämme Jumalan huomaan -sellaisena kuin Hänet käsitimme.
4. Suoritimme perusteellisen ja pelottoman moraalisen itsetutkistelun.
5. Myönsimme väärin tekojemme todellisen luonteen Jumalalle, itsellemme ja jollekin toiselle ihmiselle.
6. Olimme täysin valmiit antamaan Jumalan poistaa kaikki nämä luonteemme heikkoudet.
7. Nöyrästi pyysimme Häntä poistamaan vajavuutemme.
8. Teimme luettelon kaikista vahingoittamistamme henkilöistä ja halusimme hyvittää heitä kaikkia.
9. Hyvitimme henkilökohtaisesti näitä ihmisiä milloin vain mahdollista, elleimme näin tehdessämme vahingoittaneet heitä tai muita.
10. Jatkoimme itsetutkistelua ja kun olimme väärässä, myönsimme sen heti.
11. Pyrimme rukouksen ja mietiskelyn avulla kehittämään tietoista yhteyttämme Jumalaan, sellaisena kuin Hänet käsitimme, rukoillen ainoastaan tietoa Hänen tahdostaan meidän suhteemme ja voimaa sen toteuttamiseen.
12. Koettuamme hengellisen heräämisen näiden askelten tuloksena yritimme saattaa tämän sanoman alkoholisteille sekä toteuttaa näitä periaatteita kaikissa toimissamme.

## LIITE 3

### SOPIMUS

Tämän sopimuksen tarkoituksena on kuvata Tervalammen kartanolla toteutettavan työhönkuntoutuksen periaatteita sekä laitoksen tiloissa väliaikaisesti majoittuvien oleskelukäytäntöjä. Työhönkuntoutuksella tarkoitetaan tässä yhteydessä päihdekuntoutusjakson jälkeistä Työvoimanpalvelukeskuksen tai TE-toimiston järjestämää kuntouttavaa työtoimintaa, työkokeilua, työharjoittelua / työelämävalmennusta tai kuntoutuskeskuksen järjestämää vapaaehtoistyötä. Työhönkuntoutus on osa kokonaiskuntoutusta. Tavoitteena on saada rytmiä arkielämään, kiinnittyä vertaistukseen, opetella vastuunottamista, hankkia ja arvioida työelämäntaitoja ja suunnitella tulevaisuutta. Työhönkuntoutusjakson on tarkoitus johtaa johonkin uuteen työ-, opiskelu- tai tukimuotoon ja yleisesti ottaen parempaan elämäntilanteeseen. Hallinnollisesti kuntouttavasta työstä vastaa kuntoutuskeskuksen johtaja ja käytännön töiden organisoimisesta vastaa lähiesimies: \_\_\_\_\_

#### 1. **Päihhteettömyys**

Työhönkuntoutusjakso Tervalammen kartanolla on tarkoitettu päihdekuntoutujille, jotka sitoutuvat päihhteettömään elämäntapaan. Päihhteidenkäyttö ja välitys sekä päihtyneenä oleminen kartanoalueella on kiellettyä ja johtaa aina alueelta poistamiseen ja työhönkuntoutussopimuksen purkamiseen. Mikäli kartanolla joku käyttää päihhteitä, on minulla velvollisuus ja oikeus ilmoittaa asiasta henkilökunnalle. Olen velvollinen pyydettäessä puhaltamaan alkometriin ja antamaan seulat.

#### 2. **Väkivallattomuus**

En käytä fyysistä, henkistä tai sosiaalista väkivaltaa. Kaikenlainen väkivallan käyttö tai sillä uhkaaminen johtaa aina kartanoalueelta poistamiseen ja työhönkuntoutussopimuksen purkamiseen.

#### 3. **Avohoito**

Minulla on selkeä jatkokuntoutussuunnitelma, joka sisältää avohoitokontaktin (A-klinikka, psykiatrisen poliklinikka jne.) sekä kiinnittymisen johonkin vertaistoimintaan (AA, NA, Kohtaamispaikka Tervis, A-kilta, Harjula jne.). Sitoudun noudattamaan avohoidon kanssa yhteistyössä tehtyä suunnitelmaa.

#### 4. **Vastuu kartanoyhteisöstä**

Sitoudun toimimaan yhteisökuntoutuksen mukaista kannustavaa ja keskustelevaa ilmapiiriä ylläpitäen ja toipumiskulttuuria kunnioittaen. Työtehtävissä kuulemani asiat ovat luottamuksellisia, enkä kerro niitä muille.

#### 5. **Omaisuudesta huolehtiminen**

Huolehdin Tervalammen kartanon omaisuudesta, en aiheuta sille vahinkoa enkä hävitä sitä. Sitoudun korvaamaan palauttamatta jääneen omaisuuden. Olen vastuussa omista tavaroistani ja lähtiesäni sitoudun ottamaan omaisuuteni mukaan. Mikäli omaisuuttani jää laitokseen, siirtyy niiden omistusoikeus kolmen kuukauden kuluttua Tervalammen kartanolle.

#### 6. **Työhönkuntoutukseen osallistuminen**

Osallistun sovittuun työtoimintaan ja noudatan työpisteessäni ja koko kartanolla sovittuja käytäntöjä ja aikatauluja. Kaikkien poikkeusten, kuten poissaolojen osalta, olen yhteydessä lähiesimieheeni.

#### 7. **Ylläpitokorvaus**

Majoituessani Tervalammen kartanon tiloissa, maksan ylläpidosta 2€/vrk (sis. yöpyminen, aamupala, lounas, päivällinen ja iltapala).

Sitoudun yllämainittuihin työhönkuntoutumisen ja majoittumisen ehtoihin.

\_\_\_\_\_

Aika ja paikka

\_\_\_\_\_

Työhönkuntoutuja

\_\_\_\_\_

Tervalammen kartanon työntekijä

## LIITE 4

### Saatekirje

Arvoisa vastaanottaja, teen sosiaalityönopintoihini kuuluvaa pro gradu-tutkielmaa Tervalammen kartanon vertaisohjaajuudesta. Tutkimuksen tavoitteena on kuvata ja ”aukikirjoittaa” vertaisohjaajuutta ja selvittää, mitä merkityksiä vertaisohjaajana toimineet ja toimivat henkilöt, koulutetut työntekijät ja päihdekuntoutujat antavat vertaisohjaajuudelle. Tutkimuksen tavoitteena on vastata seuraaviin kysymyksiin:

1. Millainen on vertaisohjaajien asema päihdekuntoutuslaitoksessa?
2. Miten vertaisohjaajien toiminta ja toimenkuva eroaa ammatillisesti koulutetun henkilökunnan toiminnasta ja toimenkuvasta?
3. Mitkä ovat vertaisohjaajuuteen liittyviä haasteita ja vahvuuksia päihdekuntoutuslaitoksessa?

Kerään aineistoa tutkimukseen toteuttamalla kaksi ryhmähaastattelua, toisen vertaisohjaajille ja toisen ammattihenkilöstölle ja kuntoutujien kokemuksia kerään yksilöhaastattelujen muodossa. Kaikki haastattelut toteutetaan Tervalammen kartanon tiloissa kevään 2014 aikana. Haastattelut nauhoitetaan ja nauhoitteet tuhotaan aineiston analysoinnin jälkeen. Tutkimusaineistoa käsitellään anonyymisti ja luottamuksellisesti eikä yksilöllisiä vastauksia voida tutkimuksesta erottaa. Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja se on mahdollista keskeyttää koska tahansa.

Tutkimukseni ohjaajana toimii, sosiaalityön professori, VTT Leo Nyqvist Turun yliopistosta

p: 040 572 7698, [leo.nyqvist@utu.fi](mailto:leo.nyqvist@utu.fi)

Vastaan mielelläni kysymyksiin ja kerron lisää tutkimuksesta.

Kiitos jo etukäteen avusta tutkimuksen teossa!

Ystävällisen terveisin:

Tiina Ranta, p: 040 3344516

[tiina.ranta@hel.fi](mailto:tiina.ranta@hel.fi)

Tervalammen kartano kuntoutuskeskus



## LIITE 5

### **Suostumuslomake**

Annan suostumukseni siihen, että sosiaalityön opiskelija Tiina Ranta haastattelee minua ja nauhoittaa haastattelun. Tutkijalla on lupa käyttää aineistoa Tervalammen kartanon vertaisohjaajuuteen liittyvässä tutkimuksessaan.

Minulla on halutessani oikeus keskeyttää tutkimukseen osallistuminen koska tahansa.

---

**Suostumus haastatteluun/ryhmähaastatteluun, Tervalammella \_\_\_/\_\_\_2014**

**Allekirjoitus:**

\_\_\_\_\_

**Nimen selvennys:**

\_\_\_\_\_