

**REALISTINEN ARVIOINTI KULTTUURIPAJAN  
OSALLISTUJIEN TAVOITTEITA EDISTÄVISTÄ JA  
ESTÄVISTÄ TEKIJÖISTÄ**

Laura Santala  
Pro gradu -tutkielma  
Sosiaalityö  
Yhteiskuntatieteiden  
ja filosofian laitos  
Jyväskylän yliopisto  
Kevät 2017

## TIIVISTELMÄ

### REALISTINEN ARVIOINTI KULTTUURIPAJAN OSALLISTUJIEN TAVOITTEITA EDISTÄVISTÄ JA ESTÄVISTÄ TEKIJÖISTÄ

Laura Santala

Sosiaalityö

Pro gradu -tutkielma

Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos

Jyväskylän yliopisto

Ohjaaja: Kati Närhi

Kevät 2017

Sivumäärä: 106 sivua + liitteet 10 sivua

---

Tässä sosiaalityön pro gradu -tutkielmassa tarkastellaan kulttuuripajatoimintaan osallistuvien mielenterveyskuntoutujien tavoitteita, niissä tapahtuvia muutoksia ja muutosta edistäviä ja estäviä tekijöitä. Tutkielma kiinnittyy realistisen arvioinnin tutkimussuuntaukseen.

Tutkielman kontekstina ja tutkittavana interventiona toimii nuorille mielenterveyskuntoutujille suunnattu kulttuuripajatoiminta. Kulttuuripajoilla järjestetään toiminnalliseen vertaistukseen perustuvia vapaamuotoisia ryhmiä, jotka on suunnattu alle 35-vuotiaille mielenterveyskuntoutujille. Kulttuuripajamallissa painotetaan mielekkästä tekemistä, onnistumisen kokemuksia, vertaisuutta ja osallisuutta.

Tutkielman empiirinen aineisto koostuu seitsemän kulttuuripajalle osallistuneen nuoren aikuisen toiminnalle asettamien tavoitteiden pohjalta muodostetuista tapauskohtaisista seuranta-asetelmista sekä samoilta osallistujilta ennen ja jälkeen seurannan kerätyistä teema-haastatteluaineistosta. Tapauskohtaiset asetelmat analysoitiin visuaalisesti ja haastatteluaineisto sisällönerittelyllä ja sisällönanalyysillä.

Osallistujien toiminnalle asettamat tavoitteet liittyivät psyykkiseen hyvinvointiin, sosiaaliin suhteisiin ja arkisiin muutoksiin sekä ryhmien sisältöihin. Viidellä seitsemästä osallistujasta tapahtui edistymistä vähintään yhdessä asetetussa tavoitteessa. Tutkimuksen tulokset osoittavat, että kulttuuripajatoiminta sisältää osallistujien erilaisia tavoitteita edistäviä ja estäviä tekijöitä. Edistävät ja estävät tekijät liittyvät mielekkään tekemisen saamiseen päiviin, sosiaalisiin suhteisiin, onnistumisen kokemuksiin sekä oman pajan ohjaamiseen. Pääosin tutkimuksen tulokset antavat tukea kulttuuripajamallin tausta-ajatuksille, vertaistuen jäädessä aineistosta puuttumaan.

Tapauskohtaiset asetelmat näyttäytyvät tutkimuksen valossa toimivana menetelmänä asiakas-kohtaisten tavoitteiden monitorointiin. Seurannan oikea-aikaisuudella on kuitenkin suuri merkitys muutosten todentamisen kannalta. Realistisen arvioinnin näkökulmasta tapauskohtaiset asetelmat tulee suunnata intervention taustateorioista johdettujen tuloksia, mekanismeja ja konteksteja koskevien oletusten testaamiseen.

**Avainsanat:** realistinen arviointi, tapauskohtainen arviointi, mielenterveyskuntoutus, recovery

# SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	6
2 TUTKIMUKSEN KONTEKSTI.....	9
2.1 Positiivisen mielenterveyden käsite .....	9
2.2 Mielenterveyden ongelmista toipuminen ja toipumista edistävät tekijät.....	10
2.3 Kulttuuripajatoiminta ja ohjattu toiminnallinen vertaistuki.....	14
3 TAPAUSSKOHTAINEN ARVIOINTI JA REALISTISEN ARVIOINNIN VIITEKEHYS .....	19
3.1 Tapauskohtainen arviointi.....	19
3.2 Tapauskohtaisen arvioinnin kokeilut Suomessa .....	21
3.3 Kriittinen realismi ja realistinen arviointi .....	23
4 TUTKIMUSTEHTÄVÄ, AINEISTOT JA OSALLISTUJAT.....	28
4.1 Tutkimustehtävä.....	28
4.2 Tutkimuksen aineistot.....	28
4.3 Tutkimuksen osallistujat .....	29
5 MENETELMÄT .....	31
5.1 Aineistonkeruumenetelmät .....	31
5.1.1 Asiakaslähtöiset tapauskohtaiset asetelmat ja seurantamittarit.....	31
5.1.2 Teemahaastattelu .....	33
5.1.3 Kuvaus aineistonkeruusta.....	33
5.2 Analyysimenetelmät .....	35
5.2.1 Tapauskohtaisten asetelmien visuaalinen analyysi .....	35
5.2.2 Sisällönanalyysi.....	36
6 TAPAUSSKOHTAISET TULOKSET .....	39
6.1 Milla.....	39
6.2 Tuukka .....	43
6.3 Perttu.....	47
6.4 Sarah .....	49
6.5 Ville .....	53
6.6 Hanna .....	57
6.7 Väinö.....	63
6.8 Yhteenveto .....	64
6.8.1 Osallistujien toiminnalle asettamat tavoitteet .....	64
6.8.2 Osallistujien tavoitteissa tapahtuneet muutokset tapauskohtaisen seurannan ja haastatteluaineiston valossa.....	65

7 OSALLISTUJIEN TAVOITTEITA EDISTÄVÄT JA ESTÄVÄT TEKIJÄT KULTTUURIPAJALLA.....	69
7.1 Tavoitteita edistävät ja estävät tekijät .....	69
7.1.1 Mielekäs tekeminen päiviin .....	71
7.1.2 Sosiaaliset suhteet .....	73
7.1.3 Onnistumisen kokemukset .....	74
7.1.4 Oman pajan ohjaamiseen liittyvät tekijät .....	76
7.2 Alustavia tulkintoja kulttuuripajan potentiaalisista mekanismeista.....	77
8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA .....	83
8.1 Osallistujien tavoitteet ja kulttuuripajatoiminta.....	83
8.2 Tapauskohtaiset asetelmat ja realistinen arviointi .....	88
8.3 Tutkimuksen luotettavuus.....	91
8.4 Eettisyys.....	94
8.5 Jatkotutkimuksen aiheita.....	96
LÄHTEET .....	97
LIITTEET .....	107

## TAULUKOT

TAULUKKO 1. Millan tavoitteet ja seurantamittarit .....	39
TAULUKKO 2. Tuukan tavoitteet ja seurantamittarit .....	44
TAULUKKO 3. Pertun tavoitteet ja seurantamittarit .....	47
TAULUKKO 4. Sarahin tavoitteet ja seurantamittarit .....	49
TAULUKKO 5. Villen tavoitteet ja seurantamittarit .....	54
TAULUKKO 6. Hannan tavoitteet ja seurantamittarit .....	58
TAULUKKO 7. Väinön tavoitteet ja seurantamittarit .....	63
TAULUKKO 8. Yhteenveto osallistujien tavoitteista (n = 7, tavoitteita 31) .....	64
TAULUKKO 9. Osallistujien tavoitteiden tasossa tapahtuneet muutokset tapauskohtaisen seurannan valossa (n = 6, tavoitteita 27) .....	66
TAULUKKO 10. Osallistujien tavoitteiden tasossa tapahtuneet muutokset haastatteluaineiston valossa (n = 6, tavoitteita 27) .....	67
TAULUKKO 11. Osallistujien tavoitteissa tapahtuneita muutoksia edistäneet ja estäneet tekijät .....	70

## KUVAT

KUVA 1. Realistinen vaikuttavuuskehä (Pawson & Tilley 1997, 85; Korteniemi 2005, 29) .....	26
KUVA 2. Millan yksinäisyyden kokemus .....	41
KUVA 3. Millan itseluottamus ja tarpeellisuuden tunne .....	42
KUVA 4. Tuukan kokemus vastuunoton helpoudesta .....	45
KUVA 5. Tuukan itseluottamus ja sosiaalisten tilanteiden hallinta .....	46
KUVA 6. Pertun stressi ja jaksaminen .....	48
KUVA 7. Sarahin osallistuminen kodin ulkopuoliseen toimintaan .....	50
KUVA 8. Sarahin jaksaminen .....	51
KUVA 9. Sarahin kokemus omana itsenään olemisen mahdollisuudesta .....	53
KUVA 10. Villen kokemus pajan aiheena olevan taidon osaamisesta .....	55
KUVA 11. Villen alkoholinkäyttö .....	56
KUVA 12. Villen oluen juomiselle ja päämäärättömälle tietokoneella istumiselle vaihtoehtoisia ajanviettotapoja sisältäneiden päivien määrä viikon aikana. ....	57
KUVA 13. Hannan päivää rytmittäviä menoja sisältäneet päivät viikossa .....	58
KUVA 14. Hannan onnistumisen kokemuksia sisältäneiden päivien määrä viikossa .....	59
KUVA 15. Hannan jaksaminen kodin askareissa .....	60
KUVA 16. Hannan itsetuhoisia ajatuksia sisältäneiden päivien määrä viikossa .....	62

# 1 JOHDANTO

Sosiaali- ja terveysalan käytetyimpien käsitteiden joukkoon ovat viime vuosina kuuluneet asiakaslähtöisyys ja vaikuttavuus. Molemmat käsitteet mainitaan myös meneillään olevan sote-uudistuksen tavoitteissa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2017) ja vuoden 2014 uudessa sosiaalihuoltolaissa (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014, 1 §, 7 §).

Vaikuttavuus voidaan määritellä asetettujen tavoitteiden saavuttamiseksi (Rajavaara 2006, 38–39). Petteri Paasion (2003, 25) mukaan sosiaalityön tuloksena (outcome) tulisi olla asiakasmuutos eli ”muutos asiakkaan elämäntilanteessa, ongelmassa tai hyvinvoinnissa”. Sosiaalihuoltolaissa sosiaalityöntekijöiden tehtäväksi asetetaan tiedon tuottaminen asiakkaiden tarpeista ja palveluiden vaikutuksista (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014, 7 §).

Asiakaslähtöisyys on nykypäivänä itsestäänselvyyttenä pidetty tavoite sosiaali- ja terveyspalveluissa ja niiden kehittämisessä (Laitila 2010, 2, 153; Helen 2011, 154–156). Asiakaslähtöisyys on Minna Laitilan (2010, 30–31) mukaan ”asiakkaan yksilöllisyyden, asiantuntijuuden, mielipiteiden, käsitysten, kokemuksen ja voimavarojen huomioimista ja kunnioittamista”. Asiakaslähtöisyyteen liitetään usein asiakkaan tarpeiden ja tavoitteiden asettaminen työskentelyn lähtökohdaksi (Laitila 2010, 30–31, 153).

Asiakaslähtöisyyden ihanteesta huolimatta asiakaslähtöisyys ei vieläkään aina toteudu käytännössä (Beresford 2001, 498; Laitila 2010, 141, 146–147, 153–154). Myöskään puhe vaikuttavuuden arvioinnin tärkeydestä ei ole muuttunut käytännöksi siinä mielessä, että asiakastyötä tekevät sosiaalityöntekijät systemaattisesti käyttäisivät työssään menetelmiä asiakkaan elämässä tapahtuvan muutoksen seuraamiseksi tai mittaamiseksi (Paasio 2014, 140–141). Sosiaalityössä onkin tarve välineille, joilla tehty työ ja asiakkaiden elämässä tapahtuvat muutokset voidaan tehdä näkyväksi (Kivipelto, Blomgren, Karjalainen & Saikkonen 2013, 31, 38). Olisi pystyttävä osoittamaan, miten tehty työ vastaa kunkin yksittäisen asiakkaan tarpeisiin (Bloom & Britner 2012, 3–4). Mikäli vaikuttavuuden edellytys on muutos asiakkaan hyvinvoinnissa (Paasio 2003, 25) tavalla jonka asiakas itsekin huomaa, ei vaikuttavuutta voida tutkia ilman asiakkaan osallisuutta arviointiprosessissa (Bloom & Britner 2012, xi, 3–11). Asiakkaiden kanssa yhdessä asetettuihin tavoitteisiin pohjaavaa palveluiden

vaikutusten arviointia tehdään kuitenkin edelleen vähän (Kivipelto & Kotiranta 2011, 134–135) ja siihen soveltuvia arviointimenetelmiä tarvittaisiin lisää (Koivisto 2007, 8).

Sosiaalityön vaikuttavuuden osoittaminen on haasteellista, koska ihmisen elämässä on aina läsnä samanaikaisesti sekä yhteiskunnallisten rakenteiden muodostamia esteitä ja mahdollisuuksia että yksilön mahdollisuus tehdä valintoja ja toimia toisin. (Korteniemi, Kotiranta & Kivipelto 2012, 89–91, 98). Sekä käytännön sosiaalityössä että arvioinnissa tulisi kyetä huomioimaan ihmisten elämäntilanteiden yksilöllisyys ja ainutkertaisuus (Lindqvist 2005, 13). Realistisen arviointitutkimuksen piirissä on viimeisen kahdenkymmenen vuoden aikana etsitty vastauksia kysymyksiin mikä toimii, kenelle ja missä olosuhteissa (Pawson & Tilley 1997; 2009; Kazi 2003; Korteniemi 2005). Realistisessa arvioinnissa kiinnitetään siis huomiota toiminnan tulosten lisäksi myös siihen, mikä interventioissa ja ihmisen elämässä edistää tai estää muutosta (Pawson & Tilley 1997, 214–219; 2009, 151–152).

Tässä sosiaalityön pro gradu -tutkielmassa hyödynnetään tapauskohtaisen asetelman menetelmää (Bloom, Fischer & Orme 1995; 2009; Rostila & Mäntysaari 1997a; 1997b; Kazi 1998a), joka on sosiaalityön kentällä toisaalta jo pidempään keskustelua herättänyt, mutta samalla Suomen kontekstissa vähän käytetty menetelmä työn asiakaskohtaisten vaikutusten tutkimiseen. Menetelmän avulla voidaan seurata systemaattisella tavalla asiakkaan tilanteen muuttumista ajan kuluessa (Rostila & Mäntysaari 1997a, 401). Yhdistettynä muihin aineistoihin ja menetelmiin tapauskohtaisia asetelmia on mahdollista käyttää osana realistista arviointia (Kazi 1998a, 133, 138, 157–160; Kazi 2003, 93–94).

Tämän tutkielman empiirinen aineisto on kerätty Sosped säätiön hallinnoimalta, nuorille mielenterveyskuntoutujille suunnatulta kulttuuripajalta. Tutkielma paikantuu siis mielenterveyden kontekstiin. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen laajan kohorttitutkimuksen mukaan viidennes nuorista kohtaa mielenterveyden ongelmia 21 ikävuoteen mennessä (Paananen, Ristikari, Merikukka, Rämö & Gissler 2012, 14). Nuorten henkilöiden mielenterveyden ongelmien vuoksi myönnettyt työkyvyttömyyseläkkeet ja sairauslomamat ovat lisääntyneet koko 2000-luvun ajan. Jopa viisi nuorta jää päivittäin työkyvyttömyyseläkkeelle mielenterveyden johtuvista syistä. (Raitasalo & Maaniemi 2011, 5–7.)

Kulttuuripajat tarjoavat ohjattuun toiminnalliseen vertaistukeen perustuvaa ryhmätoimintaa mielenterveyskuntoutujille. Pajojen taustalla oleva kulttuuripajamalli on kehitetty sosiaali-psykiatrisista ja sosiaalipedagogisista lähtökohdista käsin. (Raivio 2012; 2016.) Kulttuuripajatoiminnan tausta-ajatuksissa on vaikutteita myös mielenterveyttä resursseina ja voimavaroina painottavasta positiivisen mielenterveyden käsitteestä (Sohlman, Immonen ja Kiikkala 2005; Provencer & Keyes 2013) ja mielenterveyden ongelmista toipumisen mahdollisuutta painottavasta recovery-ajattelusta (esim. Anthony 1993). Tässä tutkielmassa tarkastellaan kulttuuripajalle osallistuvien mielenterveyskuntoutujien toiminnalle asettamia tavoitteita, niissä tapahtuvia muutoksia ja muutosta edistäviä ja estäviä tekijöitä kulttuuripajatoiminnassa. Tutkielman empiirisenä aineistona käytetään asiakaslähtöisten tapauskohtaisten asetelmien (Bloom & Britner 2012) avulla kerättyä seuranta-aineistoa ja osallistujien haastatteluja.

Tutkielman luvussa 2 paikannetaan tutkimuksen konteksti. Tässä luvussa tutkimus asemoidaan mielenterveyden tutkimuskenttään määrittelemällä mielenterveys positiivisen mielenterveyden käsitteen avulla ja esittelemällä recovery käsitteenä ja näkökulmana mielenterveyden ongelmista kuntoutumiseen. Luvun lopussa esitellään myös tutkielman käytännön kontekstina toimiva kulttuuripajamalli. Luvussa 3 esitellään tutkielman menetelmällis-filosofinen kehys kuvaamalla tapauskohtaisen arvioinnin menetelmä asiakkaan tilanteen seurannan keinona sekä kytkemällä se kriittiseen realismiin ja realistisen arvioinnin suuntaukseen ja käsitteisiin. Luvussa 4 esitellään tutkimuksen tutkimustehtävä, osallistujat ja aineistot. Luvussa 5 käydään läpi sekä aineistonkeruussa että analysoinnissa käytetyt menetelmät ja kuvataan aineistonkeruun ja analyysin kulku.

Luvuissa 6 ja 7 esitetään tutkimuksen tulokset. Tulosten esittäminen etenee osallistujien tavoitteiden tapauskohtaisen seurannan tuloksista laadullisen sisällönanalyysin tuloksiin. Luku 8 kokoaa yhteen johtopäätökset osallistujien tavoitteissa tapahtuneista muutoksista ja kulttuuripajamallin osallistujien tavoitteita edistävästä ja estävästä tekijöistä. Pohdintaosiossa tarkastellaan lyhyesti myös tapauskohtaisiin asetelmiin liittyviä mahdollisuuksia ja rajoituksia tämän tutkielman valossa sekä tutkimuksen luotettavuuteen ja eettisyyteen liittyviä kysymyksiä. Lopuksi esitetään joitain prosessin kuluessa esiin nousseita jatkotutkimusaiheita.



## 2 TUTKIMUKSEN KONTEKSTI

Tässä luvussa tutkielma paikannetaan mielenterveyteen liittyvän tutkimuksen kenttään positiivisen mielenterveyden käsitteen ja recovery-ajattelun kautta. Lopuksi esitellään kulttuuripajamalli, joka toimii tutkimuksen käytännön kontekstina.

### 2.1 Positiivisen mielenterveyden käsite

Mielenterveyden määrittelemisen on sidoksissa kulttuuriin ja elettyyn aikakauteen (Sohlman 2004, 27). Britta Sohlmanin (2004, 30–31) mukaan mielenterveyttä voidaan lähestyä kolmesta näkökulmasta: yksinapaisesti mielenterveyden häiriöinä tai kaksinapaisesti janalla, jossa mielenterveyden toista laitaa kuvaa mielen sairaus ja toista terve mieli. Kahden jatkumon mallissa taas mielenterveyden negatiivinen ja positiivinen ulottuvuus käsitetään erillisinä ilmiöinä: mielenterveys on eri asia kuin mielen sairaus tai sen puuttuminen (Sohlman 2004, 30–32). Yleisesti käytetyssä, Maailman terveysjärjestön (WHO) mielenterveyden määritelmässä sitoudutaan tällaiseen, laajaan näkemykseen mielenterveydestä. WHO:n määritelmän mukaan ”mielenterveys on hyvinvoinnin tila, jossa yksilö ymmärtää omat kykynsä ja pystyy toimimaan elämän normaalistressissä, pystyy työskentelemään tuottavasti ja pystyy toimimaan yhteisönsä jäsenenä” (World Health Organisation 2014). Myös tässä tutkielmassa mielenterveys käsitetään WHO:n tapaan laajasti.

WHO:n määritelmä tulee lähelle niin kutsuttua positiivisen mielenterveyden määritelmää. Positiivisen mielenterveyden käsitteellä viitataan mielenterveyteen erilaisina psyykkisinä resursseina ja kykyinä eli voimavaroina (Sohlman ym. 2005, 210). Positiivinen mielenterveys muodostuu emotionaalisesta hyvinvoinnista sekä psyykkisestä ja sosiaalisesta toimintakyvystä. Täten sen osa-alueita ovat esimerkiksi koettu elämänlaatu ja hyvinvointi, autonomia, tunne itseluottamuksesta ja tyytyväisyydestä itsen sekä positiiviset suhteet muihin ja koettu sosiaalinen hyväksyntä. (Provencer & Keyes 2013, 277–278.)

Positiivisen mielenterveyden käsitteen avulla ymmärrys mielenterveydestä pyritään irrottamaan häiriö- ja oirekeskeisyydestä (Sohlman 2004, 30–32). Positiivisen mielenterveyden näkökulmasta mielenterveyden edistämisen tulisikin tähdätä häiriöiden hoitamisen lisäksi myös hyvinvoinnin ja positiivisen mielenterveyden osatekijöiden edistämiseen (Sohlman

ym. 2005, 210–212; Slade 2010). Ilpo Helen, Pertti Hämäläinen ja Anna Metteri (2011, 16–17, 22–24) esittävät, että suomalaisten mielenterveyspalveluiden painopiste on lääketieteellisesti orientoituneessa psykiatriassa ja sen mukaisessa kuntoutusnäkemyksessä, jossa tähdätään kullekin häiriölle tyypillisten oireiden poistumiseen. Tätä, myös bio-lääketieteelliseksi kutsuttua katsantotapaa on englanninkielisissä maissa 1990-luvun alusta lähtien haastanut recovery- eli toipumisajattelu, jossa korostetaan häiriön poistamisen sijaan ihmisen mahdollisuutta elää tyydyttävää elämää oireista huolimatta (Carpenter 2002, 86–88). Recovery-näkökulma on saanut alkunsa mielenterveyden ongelmista toipuneiden kertomusten pohjalta ja sillä on monia yhteisiä piirteitä akateemisissa piireissä alkunsa saaneen positiivisen mielenterveyden paradigman kanssa (Slade 2010, 6–7, 12).

Tämän tutkimuksen kohteena oleva kulttuuripajatoiminta on ammentanut ideoita positiivisen mielenterveyden käsitteestä ja recovery-ajattelusta (Raivio 2016, 7). Seuraavaksi käsitellään vielä tarkemmin mielenterveyden ongelmista toipumista ja sitä edistäviä tekijöitä recovery-ajattelun valossa.

## **2.2 Mielenterveyden ongelmista toipuminen ja toipumista edistävät tekijät**

Recoverya on kuvattu mielenterveyspalveluita ohjaavaksi visioksi tai filosofiaksi ja toisaalta taas kuntoutumisen prosessiksi, lopputulokseksi tai tulosten yhdistelmäksi (Leamy, Bird, Le Boutiller, Williams & Slade 2011, 449). Recoveryn käsitettä on hyödynnetty psykiatrian ja psykologian lisäksi myös sosiaalityön tutkimuksessa ja sen on todettu soveltuvan sosiaalityön arvopohjaan ja holistiseen ajattelutapaan (Webber & Joubert 2015, i1–i2). Tässä tutkielmassa recovery-ajattelu muodostaa väljän viitekehyksen, jossa kulttuuripajatoimintaan osallistuvien tavoitteita ja niitä edistäviä ja estäviä tekijöitä tarkastellaan. Recovery ei siis ole tutkimusprosessia tai analyysia ohjaava teoria, vaan tutkielmalle ja kulttuuripajamallille yhteinen taustaymmärrys mielenterveyden ongelmista kuntoutumisesta ja kuntoutumista tukevista tekijöistä. Recoveryn käsite suomennetaan tässä tutkielmassa toipumiseksi (kuten Kankaanpää & Kurki 2013, 9–10).

Recovery eli toipuminen määritellään usein William A. Anthonya (1993, 15) lainaten yksilölliseksi prosessiksi, jossa ihmisen asenteet, arvot, tunteet, tavoitteet, kyvyt ja roolit muut-

tuvat. Se tarkoittaa mielekkään, toiveikkaan ja tyydyttävän elämän elämistä sairauden aiheuttamista rajoitteista huolimatta. Toipumiseen liittyy toipuminen sairauden lisäksi myös sen negatiivisista seurauksista, kuten sisäistetystä stigmasta, kaventuneista itsemääräämisen mahdollisuuksista ja unelmista, työttömyydestä ja mahdollisista hoitojen haittavaikutuksista. (Anthony 1993, 15.)

Mary Leamy, Victoria Bird, Clair Le Boutiller, Julie Williams ja Mike Slade (2011) esittävät narratiiviseen synteisiin pohjaavassa systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessaan käsitteellisen kehikon toipumisen yksilöllisistä ulottuvuuksista (personal recovery). Heidän mukaansa toipumista voidaan käsitteellistää erilaisten osaprosessien ja toipumisen vaiheiden kautta. Kirjoittajien mukaan kirjallisuudessa liitetään toipumiseen viisi eri prosessia. Nämä ovat 1) yhteisyys, 2) toivo ja optimismi tulevaisuuden suhteen, 3) identiteetti, 4) elämän merkityksellisyys ja 5) voimaantuminen. Prosessit voidaan nähdä muutoksen osatekijöinä. (Leamy ym. 2011, 448–449; ks. myös Slade, Leamy, Bacon, Janosik, Le Boutillier, Williams & Bird 2012, 5–7.)

Toipumisen vaihemalleissa eriteltyjen toipumisen vaiheiden määrä vaihtelee, mutta mallit ovat väljästi sijoitettavissa James Proschaskan ja Carlo C. DiClementen (1982; 1983) transteoreettisen muutosvaihemallin vaiheisiin (Leamy ym. 2011, 449–450). Transteoreettinen muutosvaihemalli kehitettiin 1980-luvun alussa yhdistämällä psykoterapiatutkimuksessa esiintyneitä muutosteorioita ja empiirisiä tutkimushavaintoja tupakoinnin lopettajien läpi käymästä muutoksesta. Sittemmin mallia on hyödynnetty erilaisten hyvinvointiin ja käytöseen liittyvien muutosten kuvaamisessa. (Proschaska & Velicer 1997, 38–39.) Mallissa käyttäytymisen muutos jaetaan viiteen vaiheeseen, joita ovat esiharkinta, harkinta, valmistautuminen, toiminta ja ylläpito (Proschaska & Velicer 1997, 39–40; Miller 2008, 31–33). Muutoksen eri vaiheissa ihmiset käyvät läpi erilaisia prosesseja ja hyötyvät erilaisista asioista muutoksen tukemisessa. Esimerkiksi siirtymistä esiharkintavaiheesta astetta aktiivisemmin muutosta pohtivaan harkintavaiheeseen edistää tiedostamisen herättely tai draaman avulla saavutetut vahvat tunnekokemukset. Toisten ihmisen tuesta on eniten hyötyä muutoksen aktiivisessa toimintavaiheessa. (Proschaska & Velicer 1997, 39–40, 43.)

Steven Onken, Katherine M. Craig, Priscilla Ridgway, Ruth O. Ralph ja Judith A. Cook (2007, 10) korostavat toipumisen olevan aina samanaikaisesti sekä yksilöllinen että sosiaalinen prosessi. Toipumiseen sisältyykin kahden tason muutoksia. Ensimmäisen tason muu-

tokset ovat muutoksia yksilössä, toisen tason muutokset edellyttävät muutoksia myös yksilöä ympäröivät yhteisön tasolla. (Onken ym. 2007, 10.) Anthonyn (1993, 15) mukaan toipuminen mielenterveyden sairauden sosiaalisista seurauksista, kuten sosiaalisesta syrjäytymisestä ja sisäistetyistä stigmoista, voi olla vaikeampaa kuin paraneminen itse sairaudesta. Toipumiskirjallisuudessa korostetaan usein mielenterveyden ongelmiin liittyvän stigman ja leimatun identiteetin sisäistämisen toipumista heikentävää vaikutusta (esim. Tew, Ramon, Slade, Bird, Melton & Le Boutillier 2012, 448–451; Williams, Almeida & Knyahnytska 2015, i20, i22–i23). Ympäröivän yhteisön tarjoama tuki ja mahdollistavat toiminta-areenat ovatkin olennaisessa osassa toipumisessa (Onken ym. 2007, 10, 12–13, 15–19; Tew ym. 2012, 444, 451–456).

Ulla-Karin Schön, Anne Denhov ja Alain Topor (2009) tutkivat toipumisessa merkityksellisiä tekijöitä 58 mielenterveysongelmista toipuneen toipumiskertomuksissa. Myös heidän tutkimuksessaan sosiaaliset suhteet näyttäytyivät ratkaisevana tekijänä toipumisessa. He paikansivat aineistostaan kolme toipumiseen liittyvää sosiaalisten suhteiden dimensiota: sosiaaliseen minään (social self) liittyvän dimension, interventioiden dimension ja yhteisyyden (connectedness) dimension. Sosiaalisen minän osa-alue liittyy yksilön sisäiseen toipumisprosessiin. Olennaista on terveiden puolien löytäminen itsestä ja yksilöllisten coping-keinojen löytäminen sairauden kanssa selviämiseen. (Schön ym. 2009, 339–341.) Coping-keinot ovat keinoja, joiden avulla ihmisen on mahdollista selviytyä mielenterveyttä uhkaavista haasteista. Ne ovat myös osa oman hyvinvoinnin edistämistä. Esimerkiksi ystävien kanssa vietetty aika, mielekkäät harrastukset ja itseilmaisun tavat, liikunta ja terveellinen ruokavalio ovat keinoja selviytyä eteen tulevista vaikeuksista ja edistää hyvinvointia. (Onken ym. 2007, 14–15.) Sosiaalisten interventioiden dimension muodostavat toipumista edistävät palvelut, joissa nimenomaan muodostuneet sosiaaliset suhteet näyttäytyivät tärkeinä toipumisen edistäjinä (Schön ym. 2009, 341). Ammattilaisten avoin, arvostava, tasavertainen ja totutun professionaalisuuden rajoja rikkova toimintatapa on tutkimuksissa todettu toipumista tukeväksi tekijäksi (Topor, Borg, Mezzina, Sells, Marin & Davidson 2006, 31–35; Schön ym. 2009, 341).

Kolmas sosiaalisiin suhteisiin liittynyt dimensio Schönin ja kumppaneiden (2009, 340, 342–344) tutkimuksessa liittyi kanssakäymiseen ja yhteisyyteen toisten ihmisten kanssa: tuen vastaanottamiseen toisilta ja myös tuen antamiseen. Toipumista tukevia ihmissuhteita voivat

olla suhteet perheeseen ja ystäviin, ammattilaisiin ja vertaisiin (Mancini, Hardiman & Lawson 2005, 52–53). Vertaistuki ja vertaistukiryhmät nostetaan usein esille toipumista ja yhteisyyttä edistävänä tekijänä (esim. Schön ym. 2009, 343; Mancini ym. 2005, 52–53). Vertaistuki voidaan määritellä sosiaalisen tuen muodoksi, jota antavat toisilleen samanlaisessa tilanteessa olevat. Vertaistuessa olennaista on keskinäisen välittämisen osoittaminen, kuten huolenpito ja kuulluksi tuleminen, sekä luottamuksellisen yhteyden kokeminen, johon kuuluu esimerkiksi luottamus ja vuorovaikutuksen vastavuoroisuus. (Jantunen 2008, 23, 54, 57, 59–60.) Sosiaalisen tuen lisäksi vertaistuen hyötyjä on selitetty kokemustiedon jakamisen, sosiaalisen oppimisen (social learning theory), sosiaalisen vertailun (social comparison) ja helper–therapy-periaatteen kautta, joka painottaa toisten auttamisen auttajaa hyödyttävää vaikutusta (Solomon 2004, 394–395).

Spandler, Secker, Kent, Hackling ja Shenton (2007) tutkivat mielenterveyskuntoutujille suunnattujen taideprojekteja toipumisen näkökulmasta. Tutkimuksen osallistujat kuvasivat elämän merkityksellisyyden lisääntymistä ja sitä myötä uuden motivaation löytämistä. Projektit tarjosivat osallistujille uusia coping-keinoja: taide auttoi rentoutumaan, antoi tauon vaikeilta ajatuksilta (break from self-harm) ja auttoi tunteiden käsittelyssä antamalla keinoja niiden ilmaisuun. Osallistuminen ryhmiin toi osallistujille myös tunteen kuulumisesta joukkoon. (Spandler ym. 2007, 793–796.) Ryhmän yhteenkuuluvuuden tunteen (koheesio) onkin todettu edistävän vertaisryhmien positiivisia vaikutuksia (Haaranen 2012, 69–70).

Beth Vayshenker, Abby L. Mulay, Lauren Gonzales, Michelle L. West, Isaac Brown ja Philip T. Yanos (2016) tutkivat vertaisten tukipisteen ja tuetun työn vaikutuksia mielenterveyskuntoutujien toipumiseen kuuden kuukauden seuranta-aineiston valossa. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että toimintoihin säännöllisesti ja usein osallistuneilla tapahtui positiivisia muutoksia itseluottamuksessa ja luottamuksessa omiin kykyihin sekä positiivisia muutoksia identiteetissä. Identiteetin muutokset liittyivät itseen liitettyjen leimaavien ajatusten vähentymiseen ja autonomian lisääntymiseen. (Vayshenker ym. 2016, 278.) Myös muissa tutkimuksissa toipumisprosessin olennaiseksi tekijäksi on nostettu sairauskeskeisen identiteetin muuntuminen vahvuuksien, toimijuuden ja hyvinvoinnin varaan rakentuvalla identiteetillä (esim. Davidson & Strauss 1992; Mancini ym. 2005, 50). Itseluottamuksen ja omiin kykyihin luottamisen (self-efficacy) vahvistuminen on keskeinen tekijä itsen näkemisessä kykenevänä toimijana (Bandura 1986, Mancinin 2007, 50 mukaan) ja se on myös osa toipumiseen liitettyä persoonallista voimaantumista (Tew ym. 2012, 447; Jantunen 2008, 64). Michael

Mancinin (2007, 59–65) tutkimuksessa omiin kykyihin luottamista edistivät tukea antavat ja tasa-arvoiset ihmissuhteet, toisista vertaisista saadut roolimallit, itselle merkityksellisissä aktiviteeteissa koetut onnistumisen kokemukset sekä erilaisten hyvinvointia tukevien keinojen löytäminen.

Vayshenkerin tutkimusryhmän (2016, 278) tutkimuksessa ei löydetty eroa vertaistoimintaan minimaalisesti ja paljon osallistuneiden välillä suhteessa koettuun sosiaaliseen tukeen, toivon tai sosiaaliseen toimintakykyyn. Tutkijat arvelivat, että muutokset kyseisissä tekijöissä vaatisivat mahdollisesti pidemmän seurannan. He totesivat myös, että koska toipumista edistävien ja estävien tekijöiden tutkimus on pääosin laadullista ja nojautuu vaihteleviin tutkimusotteisiin, on johtopäätösten tekeminen muutosprosessia tukevista mekanismeista aieman tutkimuksen perusteella vaikeaa. (Vayshenker ym. 2016, 275, 278.)

### **2.3 Kulttuuripajatoiminta ja ohjattu toiminnallinen vertaistuki**

Tämän tutkielman kontekstina ja samalla tutkittavana interventiona on nuorille mielenterveyskuntoutujille suunnattu kulttuuripajatoiminta. Kulttuuripajat perustuvat Niemikotisäätiön Elvis-hankkeessa vuosien 2005–2007 aikana kehitettyyn malliin, jossa mielenterveyskuntoutajat ohjaavat toiminnallisia ryhmiä toisille mielenterveyskuntoutujille. Malli kehitettiin yhdessä nuorten mielenterveyskuntoutujien kanssa ja sen taustalla on toiminnan kehittämiseen osallistuneiden nuorten toive siitä, että elämässä olisi tekemistä eikä tarvitsisi olla yksin. (Raivio 2016, 6–7.) Kulttuuripajatoiminnan tavoitteena on ”löytää luovan ryhmätoiminnan myötä luontevia välineitä elämäntilanteen ja sosiaalisten taitojen kehittämiseen sekä toimintakyvyn parantamiseen” (Sosped 2017a).

Kulttuuripaja Elvis toimii edelleen Helsingissä ja lisäksi Sosped säätiö on Raha-automaattiyhdistyksen (RAY) tukemissa hankkeissa perustanut viisi kulttuuripajaa eri paikkakunnille (Vuorinen 2016, 40). Sosped säätiö on valtakunnallisesti toimiva yleishyödyllinen toimija, jolla on erilaisten hyvinvoinnin edistämiseen tähtäävää toimintaa. Lisäksi Sosped tarjoaa arviointi-, koulutus- ja työnohjauspalveluita. Säätiön toiminnan ydin on vertaisuus ja yhteisöllisyys. (Sosped 2017b.)

Reaktori-hankkeen puitteissa kulttuuripajoja on perustettu mielenterveyskuntoutujien klubitalojen yhteyteen (Vuorinen 2016, 40). Klubitalot ovat mielenterveyskuntoutujien ja palkatun henkilökunnan muodostamia kuntouttavia yhteisöjä, joiden toiminta perustuu kansainväliseen Fountain House-klubitaloliikkeeseen. Klubitalotoiminnan peruspilareita ovat yhteisöllisyys, vertaistuki ja mielekäs työnteko. Klubitalojen jäseneksi voi liittyä kuka tahansa mielenterveyden ongelman jossain elämänsä vaiheessa kohdannut henkilö. Jäsenyys ei velvoita mihinkään, mutta se oikeuttaa osallistumaan kaikkeen talon toimintaan. Klubitalojen päivittäisessä toiminnassa jäsenet osallistuvat talon ylläpitoon ja toimintaan tasavertaisina palkatun henkilökunnan kanssa. (Pöyhönen 2003, 9–11, 15–16.) Tämän tutkielman empiirinen aineisto kerättiin klubitalon yhteydessä olevalta kulttuuripajalta.

Kulttuuripajoilla järjestetään erilaisia toiminnallisia ryhmiä, jotka on tarkoitettu 18–35-vuotiaille mielenterveyskuntoutujille. Ryhmiä ohjaa vertaisohjaajakoulutuksen käynyt ohjaaja, vertsikka, yhdessä palkatun ammattilaisen kanssa. Kyseistä vertaistuen muotoa kutsutaan mallissa ohjatuksi toiminnalliseksi vertaistueksi (guided functional peer support), joka on kehitetty kulttuuripajatoiminnan rinnalla. Vertaisohjaajille järjestetään ennen ohjaamisen aloittamista noin 24 tuntia kestävä koulutus, jonka sisältöjä ovat vuorovaikutus, sosiaaliset taidot, itsetuntemus ja omat tavoitteet, voimavarakeskeisyys ja oma jaksaminen haastavissa tilanteissa. Koulutukseen sisältyy keskustelujen lisäksi erilaisia toiminnallisia harjoituksia. Koulutuksen lisäksi vertaisohjaajille järjestetään säännöllisesti vertaistyönohjausta ja he saavat tukea pajan ohjaamiseen liittyviin asioihin pajan palkatuilta työntekijöiltä. Tarkoituksena on, että toiminnallisten ryhmien sisällöt muotoutuvat vertaisohjaajan ja osallistujien toiveista ja mielenkiinnon kohteista käsin ja ammattilainen toimii toiminnan mahdollistajana ja vertaisohjaajan tukena tarvittaessa. (Purola 2016, 41–43.)

Kulttuuripajamalli on kehitetty sosiaalipsykiatrisesta ja sosiaalipedagogisesta viitekehyksestä käsin. Mallin tausta-ajatuksissa on vaikutteita muun muassa recovery-ajattelusta. (Rai-vio 2016, 7.) Kulttuuripajamallia käsittelevien kirjoitusten perusteella toiminnan tausta-ajatuksukset painottavat toiminnan vaikuttavina tekijöinä *osallisuutta, osallistujien mielenkiinnon kohteista ja voimavaroista lähtevää toimintaa ja vertaisuutta*. Osallisuudella tarkoitetaan toimintaan vaikuttamisen ja tasavertaisen osallistumisen mahdollisuutta, joita pyritään edistämään osallistujien rohkaisemisella ja tilan antamisella osallistujien vaikuttamisen ja osallistumisen mahdollisuuksille. Näillä pyritään edistämään osallistujien toimijuutta ja voi-

maantumista. Toiminnan keskittymisellä osallistujien mielenkiinnon kohteisiin ja voimavaroihin ajatellaan mahdollistettavan osallistujille mielekkäiden haasteiden saavuttamiseen liittyviä onnistumisen kokemuksia, jotka parantavat itsetuottamusta sekä lisäävät motivaatiota ja toivoa toipumisesta. Vertaisuuden kautta osallistujille nähdään mahdollistuvan oman sairauden ja itsen näkeminen uudessa valossa, irrallisuuden kokemuksen ja yksinäisyyden väheneminen sekä vastuunoton ja oman elämän hallinnan taitojen lisääntyminen. (Raivio 2012, 8–13; Purola 2016, 41–43.) Kulttuuripajatoiminnassa vertaisuus ei rakennu yksinomaan osallistujien kokemien mielenterveyden ongelmien ympärille, vaan myös osallistujien yhteisten mielenkiinnon kohteiden pohjalta. Motivaatio ryhmän aiheena olevaan toimintaan sekä osallistujan vahvuudet ja taidot ovatkin toiminnassa etusijalla, eivät osallistujien diagnoosit. (Sinervuo, Vuorinen & Seppälä 2015, 8.)

Kulttuuripajamalli muotoutuu jokaisella pajalla omanlaisekseen. Tutkimuksen kohteena olevalla pajalla on hyödynnetty runsaasti draamallisia menetelmiä, musiikkia ja kädentöitä. Pajan ohjaajat korostavat toiminnassa tasa-arvoista ja hyväksyvää suhdetta ohjaajien, vertaisohjaajien ja osallistujien välillä sekä korjaavien ryhmäkokemusten merkitystä toipumista edistävänä tekijänä. (Koskimies 2016, 51; Oranen 2016; 27–29.) Aineiston keräämisen hetkellä paja oli ollut toiminnassa noin 6 kuukautta, ja siellä oli järjestetty kaksi vertaisohjaajakoulutusta. Pajan kävijätilaston mukaan toiminnassa oli aineiston keruun alkaessa mukana 42 henkilöä, joista vertaisohjaajaksi kouluttautuneita oli 12. Uusia osallistujia tuli tutkimuksen toteuttamisen hetkellä toimintaan mukaan 2–3 henkilöä kuukaudessa. (Sosped 2017c.)

### **Kulttuuripajoista tehdyt arvioinnit ja opinnäytteet**

Kulttuuripajan toimintamallista ei ole toistaiseksi tehty tieteellistä tutkimusta tai akateemisia julkaisuja. Elvis-hankkeesta on julkaistu Kuntoutussäätiön toteuttama vaikuttavuuden arviointi (Koskela, Vedenkannas, Tiainen & Linnolahti 2011). Lisäksi eri paikkakuntien kulttuuripajoihin liittyen on tehty ammattikorkeakouluissa opinnäytteitä (Karppinen & Suokas 2010; Hagelin & Harjunpää 2014; Haapalainen & Vanhala 2016). Sosped säätiössä on myös kehitetty oma vaikuttavuuden arvioinnin työkalu Toivehattu, joka on kehitetty tekemään näkyväksi toimintaan osallistujien elämässä tapahtuvia muutoksia. Toivehatun avulla toteutettu arviointi perustuu osallistujien kokemukseen elämässään tapahtuneista muutoksista. (Sinervuo ym. 2015, 4, 8.) Seuraavaksi tarkastellaan lyhyesti näiden arviointien ja opinnäytteiden tuloksia.



Kuntoutussäätiön toteuttamassa Elvis-hankkeen vaikuttavuuden arvioinnissa (Koskela ym. 2011) tarkasteltiin Elviksen toimintaan osallistuneiden nuorten toiminnasta kokemia hyötyjä sekä sitä, miten hyvin Elviksen toiminnot vastasivat osallistujien tarpeisiin. Osallistujien kokemia hyötyjä kartoitettiin retrospektiivisesti toimintaan osallistujille toteutetun survey-kyselyn sekä ryhmähaastattelujen keinoin. Osallistujien yleisimmin kokemia hyötyjä olivat uusien taitojen oppiminen, mielialan paraneminen, uusien ystävien saaminen ja onnellisuuden kokemisen lisääntyminen. Myös itsetunnon paraneminen, muiden ihmisten kanssa kanssakäymisen helpottuminen ja yleisen jaksamisen ja vireystilan paraneminen olivat arvioinnin perusteella toiminnan vaikutuksia. Arvioinnin tavoitteena ei ollut selvittää toiminnassa vaikutuksia tuottavia tekijöitä. Raportissa esitetyissä avovastauksissa kuvataan kuitenkin muilta samassa tilanteessa olevilta saatua vertaistukea, mielekkään sisällön saamista päiviin, onnistumisen kokemuksia ja uuden oppimista sekä omana itsenään olemisen mahdollisuutta. (Koskela ym. 2011, 23, 27–32.)

Lohjan kulttuuripajalla tehdyssä opinnäytetyössä (Hagelin & Harjunpää 2014, 19–25) osallistujien kokemia hyötyjä olivat niin ikään päivärytmin koheneminen ja aktiivisuuden lisääntyminen, sisällön saaminen elämään, lisääntynyt sosiaalinen vuorovaikutus, yksinäisyyden väheneminen ja itseluottamuksen kasvu. Opinnäytteissä vertaistuen merkitys kuten kokemusten jakaminen, muiden samassa tilanteessa olevien ihmisten kohtaaminen (Hagelin & Harjunpää 2014, 20) ja oman kokemuksen hyödyntäminen muiden auttamisessa (emts. 22; Karppinen & Suokas 2010, 22–23) on todettu osallistujille tärkeinä ja heitä toimintaan motivoivina tekijöinä.

Tutkimuksen kohteena olevalla pajalla on tehty Toivehattu-arviointi kahdesti. Ensimmäinen arviointi toteutettiin samoihin aikoihin tämän tutkimuksen aineistonkeruun alkamisen kanssa. Sitä varten haastateltiin 12 pajalla kävijää, joista suurin osa oli vertaisohjaajia. Toisella arviointikerralla haastatteluihin osallistui 24 kävijää. Molemmissa arvioinneissa vastaajat olivat olleet pajalla mukana keskimäärin 5,5 kuukautta ja suurin osa vastaajista osallistui toimintaan 1–2 päivänä viikossa. (Sosped 2016a; 2016b.) Molemmissa arvioinneissa (Sosped 2016a; 2016b) osallistujien raportoimat yleisimmät syyt osallistua toimintaan olivat mielekkään tekemisen saaminen päiviin ja psyykkiseen hyvinvointiin ja mielialaan liittyvät syyt. Toivehattu-kyselyssä vastaajia pyydetään ottamaan kantaa erilaisiin väittämiin koskien

sitä, kokeeko hän elämässään tapahtuneen muutosta kyseisen asian suhteen toimintaan mukaan tulon jälkeen. Ensimmäisessä arvioinnissa 83 prosenttia osallistujista vastasi saaneensa pajan kautta uusia merkityksellisiä ihmissuhteita, 75 prosenttia kertoi saaneensa mielekästä tekemistä ja 58 prosenttia raportoi vuorokausirytmensä parantuneen. Puolet osallistujista raportoi sosiaalisten taitojen kohenemista ja kolmasosa itseluottamuksen parantumista. Myös jaksamisen, uskalluksen ja motivaation lisääntymistä esiintyi. (Sosped 2016a; 2016b.)

Toisen Toivehattu-arvioinnin yhteydessä osallistajat nostivat esiin kehittämisehdotuksia toiminnalle. Avovastauksissa mainittuja asioita olivat hiljaisten ryhmäläisten yksilöllisempi huomioiminen, kokemus etteivät työntekijät tunnista osallistujan huonovointisuutta tai välttävät palautteen antamista suojellakseen osallistujaa, ajoittainen hektisyys ja toimintojen äkillinen peruminen, vertaistyönohjauksen puuttuminen ja pajan ohjaajien liiallinen ohjausvastuun ottaminen pajoilla, minkä vertaisohjaajat kokivat passivoittavana. (Sosped 2016b.) Pääosin kulttuuripajatoiminta on kuitenkin siitä tehdyissä arvioinneissa ja opinnäytetöissä arvioitu osallistujia hyödyttäväksi toimintamuodoksi ja se on saanut positiivista palautetta. Tehdyissä selvityksissä on keskitytty toiminnan hyötyihin osallistujien näkökulmasta. Vähemmälle huomiolle on jäänyt se, mikä toiminnassa tuottaa osallistujille positiivisia tuloksia. Arviointien avovastaukset ovat kuitenkin antaneet viitteitä mallin tausta-ajatusten kuten vertaisuuden, mielekkään tekemisen ja onnistumisen kokemusten toteutumisesta.

### 3 TAPAUSSKOHTAINEN ARVIOINTI JA REALISTISEN ARVIOINNIN VIITEKEHYS

Tässä luvussa kuvataan tutkielman menetelmällis-teoreettinen kehikko esittelemällä tapauskohtaisen arvioinnin menetelmän peruseriaatteen ja joitain sen suomalaisia sovellutuksia. Luvun loppuosa käsittelee kriittistä realismia ja realistista arviointia tutkielman metateoriaa.

#### 3.1 Tapauskohtainen arviointi

Tapauskohtainen arviointi (single-case evaluation) on arviointiperinne, joka pohjautuu tapauskohtaisten arviointiasetelmien käyttöön. Tapauskohtaiset asetelmat (single-case/single-system/single-subject designs/SSD) ovat seuranta-asetelmia, joissa selvitetään yksittäisten tapausten kehitystä mittaamalla toistuvasti jotain asiaa tai ulottuvuutta. (Robinson, Bronson & Blythe 1988, Rostilan & Mäntysaaren 1997b, 4 mukaan; Bloom ym. 1995, 37.)

Tapauskohtaisten asetelmien juuret ovat 1900-luvun alun käyttäytymistieteissä (Rostila & Mäntysaari 1997a, 403). Sosiaalityön tutkimukseen tapauskohtaiset asetelmat rantautuivat Yhdysvalloissa vallinneen empiirisen kliinisen käytännön -liikkeen myötä 1980-luvulla (Kazi 1998a, 4). Suomalaiseen sosiaalityön tutkimukseen menetelmän toivat Ilmari Rostila ja Mikko Mäntysaari tutkijat 1990-luvulla (Rostila & Mäntysaari 1997a; 1997b). Suomalaiset tapauskohtaisen arvioinnin kokeilut esitellään luvussa 3.2. Ainoa suomenkielinen opas menetelmän käyttöön on Rostilan ja Mäntysaaren (1997b) kirjoittama *Tapauskohtainen evaluatio sosiaalityön välineenä*. Tietyt evaluaatiotutkijat nostavat tapauskohtaisen arvioinnin kuitenkin säännöllisesti esille yhtenä potentiaalisena menetelmänä sosiaalityön vaikuttavuuden tutkimisessa (esim. Rostila 2001a, 58; Kotiranta & Kivipelto 2011, 135).

Tapauskohtainen arviointi eroaa kokeellisiin ryhmävertailuihin perustuvasta vaikuttavuustutkimuksesta siinä, että kuten nimikin kertoo, siinä tarkastellaan yksittäisiä tapauksia. Intervention aikana tapahtuvaa muutosta tarkastellaan suhteessa kunkin tapauksen lähtötasoon, ei suhteessa verrokkiryhmän keskiarvoon. (Rostila & Mäntysaari 1997a, 403.) Tapauskohtaisen arvioinnin soveltamisen edellytyksiä ovat Fischerin (1981, 201) mukaan: 1) asi-

akkaan ongelma on mahdollista määritellä täsmällisesti, 2) määriteltyä ongelmaa on mahdollista mitata, 3) ongelman muuttumista on mahdollista seurata ajassa sekä ennen että jälkeen intervention ja 4) voidaan tehdä suunniteltu interventio (Rostila & Mäntysaari 1997a, 401). Kaikki edellä mainitut ehdot täyttävää tapaa soveltaa tapauskohtaisia asetelmia voi katsoa niiden tiukaksi soveltamiseksi. Asetelmia voi hyödyntää myös väljemmillä ehdoilla, kunhan asiakassuhteessa voidaan asettaa tavoitteita, joita on mahdollista mitata. (Rostila & Mäntysaari 1997a, 408; Kazi 1998a, 4–7; 1998b, 118.)

Tapauskohtaisten asetelmien laajuutta määrittävät tutkimusintressit voidaan jakaa kahteen kysymykseen. Evaluatiivinen kysymys koskee sitä, tapahtuiko asiakkaan ongelmassa muutosta mittausjakson aikana. Tällöin asetelmaksi riittää yksinkertaisimmillaan yksivaiheinen A- tai B-asetelma, jossa asiakkaan tilannetta seurataan intervention aikana tai ilman interventiota. Mikäli halutaan selvittää intervention yhteyttä muutoksen syntymiseen, asetetaan kokeellinen kysymys: aiheuttiko tehty interventio muutoksen? Tällöin asetelman on mahdollistettava asiakkaan tilanteen vertailu interventiovaiheen ja sitä edeltäneen ja mahdollisesti myös sen jälkeisen vaiheen välillä. On siis muodostettava vähintään AB-asetelma. (Bloom ym. 1995, 328–335; Kazi 1998a, 9–12, 16–25.)

Tapauskohtaiset asetelmat muodostavat kvantitatiivisen tutkimusaineiston, joka esitetään tavallisesti piirrettyinä viivadiagrammin muotoon, jossa x-akselilla kulkee aika ja y-akseli kuvaa selitettävää muuttujaa, eli seurattavaa tavoitetta. Diagrammeja käytetään aineiston havainnollisen esittämisen lisäksi aineiston analysoinnissa. (Blythe & Tripodi 1989, 67–69.) Graafisesti esitettyä aineistoa on mahdollista analysoida sekä visuaalisin että tilastollisin menetelmin. Visuaalinen analyysi on perinteinen tapa analysoida tapauskohtaisia asetelmia. (Bloom ym. 1995, 513, 554.)

Tapauskohtaisten asetelmien avulla toteutetulla asiakkaan tilanteen seurannalla on todettu olevan monia hyviä puolia. Tapauskohtaisia asetelmia ei ole teoreettisesti sidottu mihinkään tiettyyn teoreettiseen viitekehykseen tai tutkimukselliseen lähestymistapaan ja niitä onkin mahdollista soveltaa monenlaisten asiakkaiden ja interventioiden vaikutusten seurantaan (Bloom ym. 2009, 22). Menetelmää voidaan hyödyntää vaikuttavuustutkimuksen lisäksi asiakkaan tilanteen seurannassa eli monitoroinnissa osana käytännön asiakastyötä (Bloom ym. 2009, 8–9). Seuranta tuottaa prosessitietoa siitä, tapahtuuko asiakkaan tilanteessa toivottua muutosta tavoitteiksi asetetuissa asioissa (Sommerfeld, Hollenstein, Calzaferri & Schiepek

2005, 204–205; Rostila & Mäntysaari 1997b, 68; Kazi, Mäntysaari & Rostila 1997, 321). Tapauskohtaiset asetelmat mahdollistavat asiakaslähtöisen lähestymistavan ja arvioinnin ja seurantamittareiden suuntaamisen kunkin asiakkaan yksilöllisiin tavoitteisiin (Bloom ym. 2009, 22–23). Menetelmää käyttäneiden sosiaalityöntekijöiden mukaan tapauskohtaisella arvioinnilla on mahdollista saada tehtyä työtä näkyväksi (Peitola 2005, 43), mikä on vaikuttavuuden tutkimisen ydin (Kivipelto ym. 2013, 105–106). Lisäksi osana asiakassuhdetta käytettynä asetelmat voivat lisätä työskentelyn systemaattisuutta ja toimia keskustelujen ja työskentelyn tukena (Kazi ym. 1997, 323–324; Mäntysaari & Rostila 1997a, 324; Kazi 1998a, 88; Peitola 2005, 64, 70–71). Tapauskohtaisen arvioinnin on esitetty myös voimauttavan asiakkaita ja lisäävän interventioiden positiivisia vaikutuksia (Faul, McMurtry & Hudson 2001).

Asetelmien käytössä on kuitenkin muistettava myös niiden rajoitukset. Niiden avulla ei voida todentaa kaikkia asiakkaan elämässä tapahtuvia muutoksia, vaan ainoastaan ne jotka tapahtuvat ennalta asetetuissa tavoitteissa. Asetelmien avulla ei myöskään voida saada kattavaa kuvaa esimerkiksi asiakkaan tai intervention konteksteista tai arvottaa saavutettuja muutoksia. (Kazi ym. 1997, 324.) Tämän vuoksi asetelmiin on hyödyllistä yhdistää muita laadullisia tai määrällisiä aineistonkeruumenetelmiä (Kazi 1998a, 157). Tapauskohtaisten asetelmien avulla saavutettujen tulosten yleistäminen on myös perinteisiä kokeellisia asetelmia vaikeampaa. Tulosten yleistettävyyys paranee toistamalla asetelmia mahdollisimman monen tapauksen kohdalla. Tulosten yleistämiseen liittyvä kritiikki kumpuaa usein kokeellisten asetelmien takana olevasta logiikasta. Tapauskohtaisten asetelmien avulla ei ole usein tavoitteenakaan tuottaa yleistettävää, ryhmätason tietoa vaan tietoa siitä, miten tietty interventio vaikuttaa kunkin yksilön kohdalla. (Bloom ym. 2009, 8–11.)

### **3.2 Tapauskohtaisen arvioinnin kokeilut Suomessa**

Suomalaisessa sosiaalityön tutkimuksessa tapauskohtaisia asetelmia on kokeiltu harvakseltaan. Suomalaiset kokeilut ovat pohjanneet pitkälti Mansoor F. Kazin tutkimuksiin Englannissa. Kazi on toteuttanut useita tapauskohtaista arviointia hyödyntäneitä tutkimushankkeita Englannissa (ks. esim. Kazi 1996, 106–111; 1998a, 43–128; 2003, 34–38, 62–110). Kazin tutkimushankkeissa on koulutettu käytännön työntekijöitä menetelmän käyttöön ja pyritty rakentamaan käytännön työssä hyödynnettäviä, yksinkertaisia asetelmia. Usein asetelmat ovat olleet edistymisen seurantaan tähtääviä B-asetelmia, joita on täydennetty erilaisilla

muilla menetelmillä, kuten haastatteluilla, havainnoinnilla ja muilla kyselylomakkeilla. Kazin tutkimukset on toteutettu erilaisissa ympäristöissä ja erilaisten asiakasryhmien parissa. Ensimmäiset kokeilunsa Kazi toteutti pragmatistisista lähtökohdista ja myöhemmissä tutkimuksissaan hän on liittännyt tapauskohtaiset asetelmat realistiseen arviointiin. (Kazi 1998a, 43–128, 157–158; ks. myös Kazi 1996, 106–111; Kazi 2003, 34–38, 62–110.)

Suomessa ensimmäiset tapauskohtaisen arvioinnin kokeilut toteutettiin 1990-luvun puolivälissä Ilmari Rostilan ja Mikko Mäntysaaren toimesta. Rostila hyödynsi tapauskohtaista arviointia Peruke-projektissa Tampereen seudun perhetukikeskuksissa. Mäntysaari kokeili tapauskohtaisten asetelmien soveltamista HIP-projektissa yhteistyössä kolmen kunnan sosiaalitoimen sosiaalityöntekijöiden kanssa. (Rostila & Mäntysaari 1997a; 1997b.)

Lindqvist (2001) käytti tapauskohtaisia asetelmia osana Melluraide-projektin arviointia. Hän toteutti asetelmat asiakkaiden itse toteuttamien tavoitteiden pohjalta hyödyntämällä asiakkaiden itsearviointia. Asiakkaiden tavoitteet osoittautuivat olevan lähellä toiminnan tavoitteita, joskin konkreettisemmin asiakkaiden omaan elämään liittyneitä. (Lindqvist 2001, 49–51.) Pertti Korteniemi (2004) hyödynsi tapauskohtaista realistista arviointia Helsingin Keskisessä palvelukeskuksessa toteutetun, huumeidenkäyttäjille suunnatun yksilökohtaista palveluohjausta kehittäneen projektin vaikuttavuuden arvioinnissa. Projektin arvioinnissa tapauskohtaiset asetelmat rakennettiin erilaisista lähteistä saatua asiakasprosesseja koskevaa informaatiota hyödyntäen (Korteniemi 2004, 5, 8).

Petri Peitola (2005) selvitti tutkimuksessaan niin ikään realistisen arvioinnin viitekehuksesta käsin tapauskohtaisen arvioinnin soveltuvuutta huumeongelmaisten kanssa tehtävään sosiaalityöhön. Tutkimuksessa selvitettiin tapauskohtaiseen arviointiin osallistuneiden työntekijöiden (n=4) ja asiakkaiden (n=4) kokemuksia menetelmän käytöstä Helsingin Keskisessä palvelukeskuksessa. Tutkimukseen osallistuneilla asiakkailla ja työntekijöillä oli kokemusta kolmen kuukauden välein tehtävästä, valmiisiin standardoituihin kyselylomakkeisiin perustuvasta edistymisen seurannasta. (Peitola 2005, 3.) Peitolan (2005, 59–60) tutkimukseen osallistuneet asiakkaat toivat esiin, että omaa elämää oli välillä vaikea suhteuttaa valmiisiin, ammattilaisten valitsemien strukturoitujen mittareiden vastausvaihtoehtoihin. Lisäksi mittauksen väliin jäävä aika pitkä aika tuotti vaikeuksia vastaamiselle, koska mittausvälillä oli saattanut olla paljon vaihtelua. Tutkimuksen perusteella standardoitujen, kaikille

asiakkaille samojen mittareiden käyttö ei myöskään välttämättä sovellu kaikkien asiakkaiden tilanteen seurantaan yhtä hyvin. Osa Peitolan tutkimukseen osallistuneista asiakkaista myös koki, etteivät mittaustulokset vastanneet heidän omaa kokemustaan tavoitteiden edistymisestä. (Peitola 2005, 59, 63.)

Teppo (2012) tutki pro gradu -tutkielmassaan ohjatun vertaistukiryhmän vaikutuksia sijaisvanhempien kokemana. Tepon tutkielmassa tapauskohtaisia asetelmia toteutettiin väljän soveltamistavan mukaan: käytetyt asetelmat olivat kaikki B-asetelmia, ja niiden avulla toteutettuun seurantaan yhdistettiin tutkittavien avoin haastattelu seurantajakson lopussa. Tavoitteet asetettiin osallistujalähtöisesti. Tutkimuksen tuloksista selviää, että 4/6 osallistujaa edistyi vertaistukiryhmälle asettamissa tavoitteissaan ryhmän aikana, mutta ryhmää vaikuttavammaksi tekijäksi osallistujat nimesivät läheisverkostolta saamansa tuen. (Teppo 2012, 36–39, 77.)

Tapauskohtaisen arvioinnin ajatukset ovat olleet taustalla myös Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) toteuttamassa sosiaalityön mittareiden kehittämistyössä. Vuosina 2011–2012 toteutetussa Aikuissosiaalityön vaikuttavuuden arviointimittareiden tutkimus- ja kehittämishankkeessa kehitettiin THL:n ja kolmen kunnan yhteistyössä keinoja aikuissosiaalityön vaikuttavuuden arviointiin (Kivipelto ym. 2013). Hankkeessa kehitettyä AVAIN-mittaria on sittemmin jatkokehitetty THL:ssä. Mittari perustuu realistisen arvioinnin ajatukseen ja sen avulla on mahdollista seurata asiakkaan kanssa yhdessä asetettavia tavoitteita, asiakkaan tilannetekijöitä ja sosiaalityössä käytettäviä menetelmiä työskentelyn aikana. (Saikkonen, Blomgren, Karjalainen & Kivipelto 2015, 19–21.) Mittarin käyttöä on testattu Seinäjoen sosiaaliviraston aikuissosiaalityössä (Kivipelto & Blomgren 2014) ja kahdeksan kunnan nuorten aikuisten sosiaalityössä osana Kunnallisalan kehittämissäätiön ”Poistaako sosiaalityö huono-osaisuutta?” -tutkimusta (Saikkonen ym. 2015). Parhailtaan mittarista kehitetään versiota, joka on integroitavissa asiakastietojärjestelmiin (Kivipelto 2017).

### **3.3 Kriittinen realismi ja realistinen arviointi**

Tapauskohtaisten asetelmien käyttö ei edellytä sitoutumista tiettyyn teoriaan tai viitekehykseen (Bloom ym. 2009, 5). Menetelmää on käytetty eri tieteenaloilla ja erilaisista lähtökohdista käsin. Suurimmassa osassa suomalaisia sovellutuksia (esim. Korteniemi 2004; Peitola

2005; Teppo 2012; Kivipelto ym. 2013; Saikkonen ym. 2015) tapauskohtainen arviointi on asetettu realistisen arvioinnin viitekehykseen.

Realistinen arviointi perustuu Ray Pawsonin ja Nick Tilley'n (1997) teoksessaan *Realistic evaluation* esittämiin ajatuksiin. Realistisessa arvioinnissa pyritään vastaamaan kysymyksiin mikä toimii, kenen kohdalla ja missä olosuhteissa (Kazi 2003, 1). Eli interventioiden tulosten lisäksi pyritään selvittämään, mikä interventiossa saa aikaan saavutetut tulokset ja minkälaisien olosuhteiden (kontekstien) vallitessa näin tapahtuu (Pawson & Tilley 1997, 58, 63–78, 214–219; 2009, 151, 159–160). Myös tässä tutkielmassa nojaututaan realistisen arvioinnin ajatuksiin siitä, että vaikuttavuuden tutkimuksessa tulisi kiinnittää saavutettujen tulosten lisäksi huomiota myös siihen, mikä tehdyissä interventioissa ja asiakkaan elämässä edistää tai estää muutoksen.

Tietokäsitykseltään realistinen arviointi nojautuu kriittiseen realismiin, joka pohjautuu realistiseen ontologiaan. Siinä ei kielletä havaintojen ulkopuolisen todellisuuden olemassa oloa, mutta uskotaan kuitenkin siihen, että todellisuus on olemassa myös sosiaalisen konstruoinnin ulkopuolella. (Korteniemi 2005, 23.) Kriittisessä realismissa maailman nähdään muodostuvan kolmesta tasosta (engl. domain). Empiirisellä tasolla (domain of the empirical) sijaitsevat havaitsemamme asiat, aktuaalisella tasolla (domain of the actual) sijaitsevat varsinaiset tapahtumat ja reaalilla (domain of the real) tasolla sijaitsevat tapahtumia tuottavat mekanismit, joita ei voi havaita mutta joista voi saada tietoa teoretisoinnin kautta. (Archer et al. 1998, 16–48, Blomin ja Morénin 2011, 62–63 mukaan.)

Realismissa näkemys kausaliteetista on generatiivinen. Tällöin syy-seuraussuhteita ei nähdä tiettyjen tapahtumien peräkkäisyydestä johtuvina, vaan ilmiöitä selitetään todellisuuden eri kerroksissa sijaitsevilla rakenteilla ja generatiivisilla mekanismeilla, jotka saavat aikaan muutokset. Mekanismit voivat olla kulttuurisia, sosiaalisia tai psykologisia. Mekanismit ovat siinä mielessä aina potentiaalisia, että ne ovat aina riippuvaisia kontekstista sekä myös mahdollisista muista tilanteesta läsnä olevista mekanismeista. (Korteniemi 2005, 19–21; Blom & Morén 2011, 63.)

Mekanismit tulee erottaa interventioista ja palveluista. Palvelut tai interventiot eivät itsessään muodosta mekanismeja, vaan ”mekanismi on toiminnan aikaansaama vastakaiku osallisissa”. (Korteniemi 2005, 21.) Interventiot vaikuttavat siis mekanismien kautta (Paasio

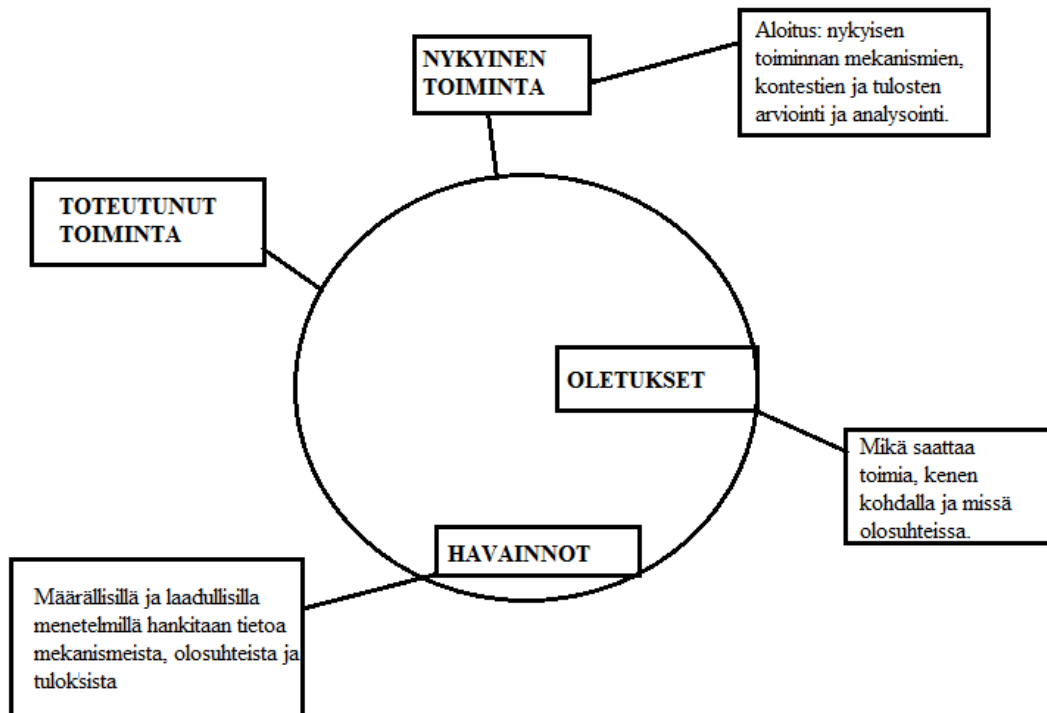


2014, 62). Björn Blom ja Stefan Morén (2011, 63) määrittelevät mekanismit voimiksi (powers), jotka ilmenevät yksilön intentionaalisen toiminnan taustalla olevina syinä (causes), motiiveina (motives), arviointeina (considerations) ja valintoina (choices). Mekanismit toimivat lopulta aina ihmisten toiminnan kautta. Interventioiden ja tulosten välisiä yhteyksiä selvittäessä mekanismit vastaavat kysymykseen siitä, mikä toteutetussa interventiossa saa ihmisen valitsemaan muuttamaan elämäänsä suuntaa. (Morén & Blom 2003, 45, 48.) Generatiivisten mekanismien ajatellaan sijaitsevan todellisuuden ei-havaittavalla, reaalilla tasolla. Niiden tunnistaminen pelkästään havaintojen perusteella ei siis ole mahdollista, vaan tulkitut mekanismit perustuvat aina teoretisointiin. Toisaalta tulkinnat mekanismien käynnistymisestä tehdään empiirisellä tasolla havaittavien muutosten perusteella. (Pawson & Tilley 1997, 83–86; Blom & Morén 2011, 63.) Blom ja Morén (2010, 103–104) ovat kuitenkin esittäneet, että sosiaalisista mekanismeista osa on usein havaittavissa sosiaalisen vuorovaikutuksen muodossa.

Konteksteilla eli tilannetekijöillä on aina vaikutusta siihen, minkälaisia mekanismeja missäkin tilanteessa käynnistyy (Pawson & Tilley 1997, 69–71). Kontekstit voivat olla olosuhteita, sosiaalisia normeja ja kulttuurisia oletuksia, suhteita sekä asiakkaan ominaisuuksia ja henkilöhistoriaan liittyviä tekijöitä (Rostila 1999, Korteniemen 2005, 20 mukaan). Kontekstit voivat olla myös sellaisia ihmisten olosuhteissa ja elämässä läsnä olevia, usein hitaasti muuttuvia tekijöitä tai tapahtumia, joilla on merkitystä ihmisen nykyisessä tilanteessa (Korteniemi 2005, 20).

Sosiaalinen todellisuus on avoin järjestelmä (Bhaskar 1979, Pawsonin & Tilley 1997, 72 mukaan) ja siinä aina läsnä monia samanaikaisia mekanismeja. Koska vaikutukset syntyvät aina potentiaalisten mekanismien aktivoituessa tietyssä kontekstissa, nähdään kausaalisuus realistisesti suuntautuneissa arviointitutkimuksissa usein *kausaalisten ryppäiden* sekä riittävien tai välttämättömien ehtojen kautta. Kaikkia tuloksiin johtavia mekanismien ja kontekstien yhdistelmiä ei liene missään tutkimuksessa ole mahdollista selvittää, mutta on parempi tuntee joitain kuin ei mitään. (Mark, Henry & Julnes 2000, 251–253, Korteniemen 2005, 26–27 mukaan.) Sen vuoksi myös tässä tutkielmassa tehdään alustavia päätelmiä kulttuuripaja-toiminnassa läsnä olevista, muutoksia tuottavista mekanismeista.

Realistisen arvioinnin periaatteet esitetään usein CMO-yhtälön (context + mechanism = outcome configuration) kautta. Yhtälössä tulokset syntyvät tiettyjen kontekstien ja mekanismien yhdistyessä. (Pawson & Tilley 1997, 77, 217; Korteniemi 2005, 29.) Realistisen arvioinnin prosessi voidaan esittää myös kuvan 1 tapaan realistisen kehän muodossa.



KUVA 1. Realistinen vaikuttavuuskehä (Pawson & Tilley 1997, 85; Korteniemi 2005, 29)

Realistisessa kehässä olennainen osuus on toimintaa koskevilla teorioilla, joiden avulla pyritään prosessin alussa paikantamaan toiminnan potentiaaliset mekanismit ja kontekstit ja joihin empiiriset havainnot taas palautuvat (Pawson & Tilley 1997, 84–86; 2009, 162–163). Korteniemi (2005, 24) tiivistää Rostilaa (1999) lainaten: ”realistisessa evaluaatiossa teoriat ovat esityksiä siitä, kuinka mekanismit toimivat tietyssä asiayhteydessä (kontekstissa) tuottaakseen vaikutuksia.” Mekanismeja ja konteksteja koskevia teorioita testaamalla kehän lopputuloksena ”saadaan selville, mitkä mekanismit ja työkäytännöt sekä miten ja missä olosuhteissa vaikuttavat siihen, että asiakkaiden tilanteissa tapahtuu halutun suuntaisia muutoksia” (Korteniemi 2005, 29).

Tässä tutkielmassa realistisen arvioinnin ajatus muutoksista erilaisten generatiivisten mekanismien tuottamina muodostaa taustaymmärryksen tutkimusaineiston analyysille. Realistista kehää ei kuitenkaan tutkimusprosessissa hyödynnetä kokonaisuudessaan siinä mielessä, että tutkimusasetelmaa ei perustu suoraan kulttuuripajatoiminnan taustateorioiden (oletettujen kontekstien ja mekanismien) testaamiselle (Pawson & Tilley 2009, 162–163; Korteniemi 2005, 29), vaan osallistujien tavoitteissa tapahtuvia muutoksia edistäviä ja estäviä tekijöitä tarkastellaan aineistolähtöisesti osallistujien kokemusten kautta. Alustavat tulkinnat kulttuuripajatoiminnan potentiaalisista mekanismeista tehdään peilaamalla aineistolähtöisen edistävien ja estävien tekijöiden analyysin tuloksia kulttuuripajamallin tausta-ajatuksiin. Toimintaa koskevat teoriat tuodaan siis tarkasteluun jälkikäteen.

## **4 TUTKIMUSTEHTÄVÄ, AINEISTOT JA OSALLISTUJAT**

Tässä luvussa esitetään tutkimuksen tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset. Tutkimustehtävän lisäksi luvussa käydään läpi tutkimuksen empiiriset aineistot sekä tutkimuksen osallistujat.

### **4.1 Tutkimustehtävä**

Kulttuuripajamalli on uusi toimintamalli mielenterveyskuntoutuksen kentällä, eikä siitä ole toistaiseksi tehty akateemisia tutkimuksia. Tämän pro gradu -tutkielman tavoitteena on selvittää kulttuuripajatoimintaan osallistuvien nuorten toiminnalle asettamia tavoitteita, tavoitteissa toimintaan osallistumisen aikana tapahtuvia muutoksia ja muutosta edistäneitä ja estäneitä tekijöitä. Tutkimuksen taustalla on realistisen arvioinnin tutkimussuuntaus (Pawson & Tilley 1997). Viime vuosina kriittisestä realismista ja realistisesta arvioinnista on kirjoitettu paljon etenkin teoreettisia artikkeleja ja pohdintoja, mutta käytännön sovellutuksia on vielä melko vähän (Blom & Morén 2010, 103).

Tutkielman tutkimuskysymykset ovat:

1. Tapahtuuko kulttuuripajatoimintaan osallistujien tavoitteena olevissa asioissa muutosta toimintaan osallistumisen aikana?
2. Mitkä tekijät toiminnassa edistävät tai estävät muutosten tapahtumista?

### **4.2 Tutkimuksen aineistot**

Tutkielman tutkimuskysymyksiin vastataan tapauskohtaisen seuranta-aineiston ja haastatteluaineiston avulla. Aineistonkeruumenetelmät ja aineistonkeruun prosessi kuvataan tarkemmin luvussa 5.

Tapauskohtainen seuranta-aineisto koostuu 4–8 viikon ajan toteutetuista, seitsemän kulttuuripajan osallistujan itse asettamia tavoitteita koskevista seurantamittauksista. Mittauksia kerätyi osallistujasta riippuen 2–8 tutkimusjakson aikana. Mittaustuloksista muodostettiin havaintomatriisit Excel-taulukkoa käyttäen. Määrällisistä muuttujista muodostettiin tämän jälkeen muuttujakohtaiset viivadiagrammit ja laadulliset muuttujat taulukoitiin.

Haastatteluaineisto koostuu osallistujien alku- ja loppuhaastatteluista. Pääosin kaikki osallistajat haastateltiin siis kahdesti: ennen ja jälkeen tapauskohtaisen asetelman avulla toteutetun seurannan. Yhden osallistujan kohdalla loppuhaastattelu on osallistujan pyynnöstä korvattu sähköpostitse lähetetyillä kysymyksillä.

Haastatteluiden kesto vaihteli 15 minuutista tuntiin. Haastatteluaineistoa on litteroituna 125 sivua (Times New Roman, 11, riviväli 1). Yhden loppuhaastattelun osalta tallennus epäonnistui, joten aineistona toimii heti haastattelun päätyttyä kirjoitetut, kahden sivun mittaiset muistiinpanot. Sähköpostitse loppuhaastatteluun vastanneen osallistujan loppuvastausten pituus oli niin ikään kaksi sivua.

### **4.3 Tutkimuksen osallistajat**

Tutkittavien joukko muodostuu seitsemästä kulttuuripajan toimintaan osallistuvasta nuoresta aikuisesta. Osallistajat olivat olleet tutkimuksen aloittamisen aikaan kulttuuripajatoiminnassa mukana enintään puolen vuoden ajan ja vähintään viikon. Osallistujien sukupuolijakauma on tasainen: tutkimukseen osallistui kolme naista ja neljä miestä. Iältään osallistajat olivat tutkimuksentekohetkellä 28–36-vuotiaita. Seitsemästä osallistujasta tutkimuksentekohetkellä työkyvyttömyyseläkkeellä tai kuntoutustuella oli neljä, sairauslomalla yksi, opiskelemassa yksi ja työttömänä yksi. Kaikki osallistajat asuivat yksin ja olivat lapsettomia. Tutkittavista kolme oli aineistonkeruun hetkellä hiljattain alkaneessa parisuhteessa.

Osallistujilta ei kysytty tarkkoja diagnooseja. Haastattelussa esille tulleita mielenterveyteen liittyviä tiloja olivat sosiaalisten tilanteiden vaikeus, ahdistus- ja paniikkioireet sekä masennus. Skitsofreniaa tai muita psykoottisia häiriöitä ei tullut ilmi. Osa kuvasi edellisestä huonommasta jaksosta olevan jo aikaa, osa kertoi psyykkisen vointinsa olevan huono edelleen. Kolme osallistujista toi esiin aktiivisen psykiatrisen hoitosuhteen olemassaolon. Kukaan osallistujista ei ollut ollut laitoshoidossa tutkimusta edeltäneiden kuukausien aikana.

Kolme pisimpään toiminnassa mukana ollutta tutkittavaa oli käynyt pajan vertaisohjaajakoulutuksen ja heillä oli tutkimushetkellä vastuullaan 1–3 pajaa viikoittain, joko yksin tai yhdessä toisen vertaisohjaajan kanssa. Neljän muun tutkittavan status ryhmissä oli osallistuja. Seurannan aikana tutkittavien toimintaan osallistumisaktiivisuudessa oli eroja. Neljä

tutkittavaa osallistui useille pajoille viikoittain ja oli toiminnassa mukana 2–3 päivänä viikossa. Kolme tutkittavista osallistui vain yhteen pajaan viikoittain: yhden osallistuminen oli säännöllistä ja kahden satunnaista.

Kulttuuripajalla järjestettiin aineistonkeruuhetkellä toiminnallisia ryhmiä neljänä päivänä viikossa, yhteensä 10 ryhmää viikossa. Kulttuuripajan ryhmät, joihin tutkittavat seurantajak-solla osallistuivat, olivat bändipaja (kaksi tutkittavaa), ulkopelipaja (1–4 tutkittavaa), impro-visaatioteatteripaja (3–4 tutkittavaa), lautapelipaja (3–4 tutkittavaa), keramiikkapaja (1 tutkittava), luovan kirjoittamisen paja (3–4 tutkittavaa), luontoryhmä (yksi tutkittava) sekä vertaisohjaajien työnohjaus (2–3 tutkittavaa). Bändiryhmässä osallistujamäärä oli rajattu ja osallistujat säilyivät suurin piirtein samoina, muihin ryhmiin sai tulla mukaan vapaasti. Ryhmiä järjestettiin sekä kulttuuripajan tiloissa klubitalolla, että muualla kaupungin alueella. Lisäksi pajan kävijöiden on mahdollista osallistua erilaisiin ryhmien ulkopuolisiin toimiin, joita olivat aineistonkeruuhetkellä pajalaisten keramiikkatöiden näyttely, teatterivierailu, osallistuminen kulttuuripajatoimintaa esittelevään seminaariin sekä bändin keikat erilaisissa tapahtumissa. Tutkittavista kolme (vertaisohjaajat) vietti tutkimuksen aikana ajoittain aikaa pajan tiloissa oleskellen, ja vertaisohjaajien lisäksi yksi tutkittava osallistui pajojen ulkopuolella järjestettyihin aktiviteetteihin. Viisi tutkittavaa oli klubitalon jäseniä mutta vain yksi tutkittava osallistui kulttuuripajan lisäksi myös klubitalon toimintaan tutkimuksen aikana.

## **5 MENETELMÄT**

Tässä luvussa kuvataan tutkimuksessa käytetyt menetelmät ja tutkimuksen toteuttamisen prosessi. Luku alkaa aineistonkeruumenetelmien ja aineistonkeruun kuvauksella. Lopuksi esitellään aineiston analyysissä käytetyt menetelmät.

### **5.1 Aineistonkeruumenetelmät**

Tutkielmassa hyödynnetään triangulaatiota sekä aineistonkeruun että analyysimenetelmien osalta. Triangulaatiolla tarkoitetaan erilaisten aineistojen ja menetelmien yhdistämistä samassa tutkimuksessa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 143). Menetelmien yhdistämisen hyötyinä pidetään muun muassa tutkimuksen luotettavuuden paranemista ja tulkintojen syvyyden lisääntymistä. Toisaalta kovin erilaisten laadullisten ja määrällisten menetelmien yhdistämistä on kritisoitu haasteelliseksi niihin sisältyvien erilaisten todellisuuskuvien vuoksi. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 143–146.)

Realistisessa arvioinnissa monien menetelmien käyttäminen on yleistä ja suositeltua koska se mahdollistaa laajemman kuvan saamisen toiminnan vaikutuksista, mekanismeista ja konteksteista (Pawson & Tilley 2009, 162–163, 179). Kuten luvussa 3 esitettiin, tapauskohtaiset asetelmat soveltuvat asiakkaan tilanteessa tapahtuvien muutosten systemaattiseen ja reaaliaikaiseen seurantaan. Pelkästään tapauskohtaisen aineiston avulla ei kuitenkaan voida sanoa mitään esimerkiksi siitä, ovatko asetetut tavoitteet asiakkaan arkielämän kannalta merkittäviä, onko tavoitteissa saavutettu taso riittävä tai mitkä kaikki asiat asiakkaan elämässä mahdollisesti estivät tai edistivät tavoitteiden saavuttamista. (Kazi ym. 1997, 323–325.) Tämän vuoksi tapauskohtaisiin asetelmiin yhdistetään tässä tutkielmassa laadullinen haastatteluai-  
neisto.

#### **5.1.1 Asiakslähtöiset tapauskohtaiset asetelmat ja seurantamittarit**

Tässä tutkielmassa tapauskohtaisia asetelmia hyödynnetään osallistujien omakohtaisten tavoitteiden edistymisen seurannassa intervention ollessa käynnissä (kuten Lindqvist 2001;

Teppo 2012). Käytettävät asetelmat ovat siis B-asetelmia. Asetelmien edellytyksenä on osallistujan tavoitteen muotoileminen mitattavaan muotoon ja sen jälkeen määrällisten mittausten toteuttaminen määräajoin. (Rostila & Mäntysaari 1997a, 408.)

Tapauskohtaiset asetelmat luotiin hyödyntäen Martin Bloomin ja Preston A. Britnerin (2012) tapauskohtaisiin asetelmiin perustuvaa asiakaslähtöisen arvioinnin mallia (client-centered evaluation). Kyseisessä mallissa työskentelyn tavoitteet määritellään yhdessä asiakkaan kanssa. Tavoitteiden edistymistä seurataan tapauskohtaisten asetelmien avulla, ja seurannan jälkeen muodostuneet seurantakuviot käydään läpi asiakkaan kanssa. Tässä vaiheessa asiakas osallistuu myös sen määrittelyyn, ovatko hänen tavoitteensa toteutuneet seurannan aikana. Asetelmien tuloksia verrataan asiakkaan tekemiin arviointeihin. (Bloom & Britner 2012, 5–11.) Bloom ja Britner (2012, 5–11) esittävät mallin kahdeksankohtaisena vaiheittaisena prosessina, joka mukailee tavoitteellisen asiakastyön prosessia (ks. Rostila 2001b). Tässä tutkielmassa mallia hyödynnettiin soveltuvien osin. Ylläpitovaihetta ei järjestetty, koska se ei tutkielman teon aikataulurajojen vuoksi ollut mahdollista. Aineistoon ei sisällytetty lähtötasomittauksia ennen intervention alkua, koska osallistujat rekrytoitiin mukaan tutkimukseen heidän ollessaan jo mukana kulttuuripajan toiminnassa.

Osallistujien asettamia tavoitteita seurattiin yksilöllisillä, osallistujien kanssa yhdessä luoduilla mittareilla. Mittarit perustuivat joko osallistujan itse suorittamaan käyttäytymisen seurantaan tai yksilöllisesti luotuihin kysymyksiin ja mitta-asteikoihin. (Bloom. ym. 1995, 165, 194–199; Bloom & Britner 2012, 51–58.) Asiakkaan itse suorittamasta käyttäytymisen havainnoinnista käytetään englanniksi termiä self-monitoring. Siinä selitettävänä (dependent) muuttujana on tietyn käyttäytymisen, ajatusten tai tunteiden esiintyminen tietyllä ajanjaksolla. (Bloom ym. 1995, 165.) Käyttäytymistä havainnoitaessa voidaan kiinnittää huomiota ongelman esiintymistiheyteen, kestoon tai voimakkuuteen (Rubin & Babbie 2008, 300–301). Koska osallistujien asettamat tavoitteet kohdistuivat osallistujien arkisiin toimintoihin ja ajatuksiin tai tunteisiin, soveltuivat omakohtainen havainnointi ja itsearviointi seurantaan parhaiten (Blythe & Tripodi 1989, 32; Bloom ym. 1995, 198). Yksilöllisesti luoduilla seurantamittareilla pyrittiin varmistamaan mittarin sopivuus kunkin osallistujan itse määrittelemän tavoitteen seurantaan. Mittareiden valintaa ohjasi kysymys siitä, miten osallistujan kokemana ongelma näyttäytyi hänen arjessaan ja miten hän koki, että asetetun tavoitteen muuttamisesta olisi mahdollista seurata.



### **5.1.2 Teemahaastattelu**

Tapauskohtaisista seuranta-asetelmista muodostuvaa aineistoa täydentää osallistujien alku- ja loppuhaastatteluista muodostuva haastatteluaineisto. Haastattelut toteutettiin teemahaastatteluina. Teemahaastattelussa haastattelun aihepiirit eli teemat ovat kaikille tutkittaville samat, mutta kysymykset ja kysymysten muoto voivat vaihdella. Kyseessä on siis puolistrukturoitu haastattelumenetelmä. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 47–48.) Sirkka Hirsjärvi ja Helena Hurme (2008, 48) esittävät, että keskittyminen teemoihin tiukasti strukturoiden kysymysten sijaan antaa tilaa tutkittavan näkökulmalle, tulkinnoille ja merkityksenannoille.

Molemmissa haastatteluissa oli omat, tapauskohtaisiin asetelmiin kytkeytyvät fokuksensa. Alkuhaastattelun (ks. haastattelurunko liite 1) tavoitteena oli selvittää kunkin osallistujan toiminnalle asettamat tavoitteet ja muodostaa heidän arkeensa soveltuvat seurantamittarit. Loppuhaastattelussa (ks. haastattelurunko liite 2) osallistujille esitettiin tapauskohtaisen seurannan tulokset viivadiagrammien muodossa ja heitä pyydettiin kommentoimaan tuloksia ja kuvailemaan niitä edistäneitä ja estäneitä tekijöitä sekä kulttuuripajatoiminnassa että osallistujien elämässä laajemmin.

Haastattelu sopii tutkimuksen aineistonkeruumenetelmäksi silloin, kun halutaan korostaa tutkittavien toimijuutta ja mahdollisuutta tuoda esiin omia näkemyksiään ja omaa elämäänsä koskevia asioita (Hirsjärvi & Hurme 2008, 35). Tässä tutkielmassa menetelmän valintaan vaikutti halu selvittää osallistujien toiminnalle asettamia tavoitteita ilman ennalta annettuja vastausvaihtoehtoja. Haastattelun etuja on myös mahdollisuus selventää ja syventää vastauksia lisäkysymyksillä ja mahdollisuus asettaa haastateltavan puhe osaksi laajempaa kontekstia (mts. 35). Nämä olivat välttämättömiä edellytyksiä osallistujakohtaisten seurantamittareiden luomiselle ja osallistujien kokemien tavoitteita edistäneiden ja estäneiden tekijöiden selvittämiseksi.

### **5.1.3 Kuvaus aineistonkeruusta**

Osallistujien rekrytointi tapahtui osallistumalla kolmen viikon ajan pajan toimintaan ja kertomalla eri ryhmien osallistujille tutkimuksesta ja mahdollisuudesta osallistua siihen. Lisäksi tutkimusta mainostettiin pajan ja klubitalon ilmoitustauluilla ja kulttuuripajan Facebook-ryhmässä. Osallistujat ilmoittautuivat mukaan vapaaehtoisesti.

Haastattelut toteutettiin kasvotusten klubitalon tiloissa osallistujan valitsemana ajankohtajana. Alkuhaastattelussa keskusteltiin lyhyesti osallistujan historiasta kulttuuripajalla sekä hänen toiveistaan ja tavoitteistaan toiminnalle. Näiden tavoitteiden pohjalta kullekin osallistujalle luotiin yksilölliset seurantamittarit ja oma seurantalomake. Seurantamittareiden luominen oli kaksivaiheinen prosessi: tavoitteet määriteltiin ja alustavia mittarivaihtoehtoja käytiin läpi alkuhaastattelussa, ja sen jälkeen jokaiselle osallistujalle tehtiin haastattelulennettä kuunnellen testiversio seurantakyselystä. Testikyselyssä oli useampia kysymysvaihtoehtoja kuhunkin tavoitteeseen liittyen sekä mahdollisuus valita ehdotetuista vaihtoehtoista itselle sopivin. Osallistujien vastattua testikyselyyn varsinainen seurantalomake luotiin kommenttien perusteella. Kaiken kaikkiaan osallistajat olivat aktiivisia ja kommentoivat luotuja mittareita ja kyselyn testiversiota.

Osallistajat saivat alkuhaastattelussa valita seurannan toteuttamisen tavan. Vaihtoehtona osallistujilla oli ryhmissä käynnin yhteydessä täytettävät paperilomakkeet, puhelimitse viikoittain toteutettu seurantakysely tai sähköisesti täytettävä kysely. Sähköisen seurantavaihtoehdon tarjoamisella pyrittiin varmistamaan seurantakyselyn täyttämisen vaivattomuus osallistujien näkökulmasta. Kaikki osallistajat valitsivat sähköisen kyselyn. Sähköinen seuranta toteutettiin Googlen Forms -lomaketyökalua apuna käyttäen. Yhtä osallistujaa lukuun ottamatta kaikki antoivat kirjallisen suostumuksensa Googlen Forms -työkalun käyttöön alkuhaastattelun yhteydessä. Kyseisen palvelun käytöstä kieltäytyneen osallistujan seuranta toteutettiin sähköpostin välityksellä hänen suostumuksellaan. Kyselylomakkeeseen johtava linkki lähetettiin osallistujille jokaisen seurantaviikon perjantaina. Kyselylomakkeella oli osallistujien omien tavoitemittarien lisäksi kysymys siitä, mille pajoille osallistuja oli viikon aikana osallistunut sekä kysymys mahdollisista uusista tavoitteista. Esimerkki seurantakyselystä on liitteessä 3.

Loppuhaastattelut toteutettiin 4–8 viikon seurannan jälkeen. Loppuhaastattelussa osallistujille esitettiin heidän seurantavastaustensa tulokset koottuna viivadiagrammeiksi. Yhden osallistujan kohdalla koontikuviot ja loppukysymykset lähetettiin sähköpostitse osallistujan omasta pyynnöstä.

## 5.2 Analyysimenetelmät

### 5.2.1 Tapauskohtaisten asetelmien visuaalinen analyysi

Tässä tutkielmassa tapauskohtaisia asetelmia analysoidaan visuaalisesti. Visuaalisessa analyysissä on kyse tulosten tulkinnasta tarkastelemalla seuranta-aineistosta muodostettuja kuvioita. Kuvioita tulkitaan niissä ilmenevien mahdollisten mallien (patterns) ja säännönmukaisuuksien kautta. (Bloom ym. 2009, 447.) Tässä tutkielmassa tapauskohtaisten asetelmien avulla pyritään vastaamaan niin kutsuttuun evaluatiiviseen kysymykseen (Bloom ym. 2009, 262; Kazi 1998a, 9–12) ja selvittämään, tapahtuuko osallistujilla muutosta tavoitteissaan seurannan aikana.

Analyysissä kiinnitetään tyypillisesti huomiota muuttujien tasoon (level), pysyvyyteen (stability), trendeihin ja jaksojen välillä tapahtuvaan tavoitteiden edistymiseen, heikentymiseen tai ennallaan säilymiseen. Tulkintoja voidaan tehdä sekä mittausjaksojen sisällä että eri mittausjaksojen välillä, esimerkiksi vertaillen lähtötasoa ja interventiovaihetta. (Bloom ym. 2009, 447–449.) Tässä tutkielmassa keskitytään tarkastelemaan, tapahtuuko osallistujien tavoitteissa muutoksia mittausjakson aikana ja jos tapahtuu, niin mihin suuntaan. Analyysissä keskitytään siis aineistossa esiintyviin trendeihin yhden jakson sisällä ja niiden kautta tulkitaan, onko tavoitteissa nähtävissä edistymistä, heikentymistä tai ennallaan säilymistä. Lisäksi kiinnitetään huomiota tavoitteen tasoon seurannan aikana.

Aineiston analyysissä visuaalisen analyysin tukena käytetään paikoin kuvailevia tilastollisia tunnuslukuja, mediaania ja vaihteluväliä. Näiden kautta on mahdollista kuvata tavoitteen tasoa ja sen pysyvyyttä jakson aikana ja ne soveltuvat järjestysasteikollisille muuttujille. (Bloom ym. 1995, 570, 574–575.) Muuten analyysissä ei käytetä tapauskohtaisten asetelmien analyysiin kehitettyjä tilastollisia menetelmiä, koska käytettävissä on pieni määrä havaintoja ja suurin osa tilastollisista välineistä perustuu vähintään kahden jakson väliseen vertailuun (Bloom ym. 2009, 440–441).

Visuaalisen analyysin on esitetty olevan helppo tapa analysoida dataa, joka tapauskohtaisissa asetelmissä esitetään aina kuvioden muodossa (Bloom ym. 2009, 447, 460). Siihen sisältyy kuitenkin myös monia kritisoituja piirteitä: subjektiivisuudessaan se on altis tulkitajan asenteiden ja oletusten aiheuttamille vinoumille. Esimerkiksi aineiston esittämisen tapa

ja kuvioiden akselien pituudet vinouttavat helposti tulkintaa. Lisäksi pelkällä visuaalisella analyysillä monimutkaisemmat aineistossa esiintyvät kuviot tai hienovaraiset muutokset saattavat jäädä huomiotta. Mitä suurempi aineiston vaihtuvuus on ja sitä kautta mitä monimutkaisempia ovat kuviot, sitä vaikeampi trendejä tai muita säännönmukaisuuksia on havaita silmämääräisesti. (Bloom ym. 1995, 564–568.) Ideaalitulanteessa mittauksia voitaisiin toistaa ongelman luonteen kannalta riittävän pitkä ajanjakso, jolloin aineistoon muodostuvia trendejä olisi helpompi havaita (Rubin & Knox 1996, 41–43, 54–55).

Visuaalisen analyysin haasteena on myös havaittujen muutosten merkitsevyyden määrittäminen. Asiakaslähtöisessä tapauskohtaisessa arvioinnissa asiakas osallistuu kuvioiden tulkintaan ja sen määrittelyyn, tapahtuiko tavoitteissa muutosta seurannan aikana ja oliko muutos hänen elämässään merkittävä. (Bloom & Britner 2012, 9, 27.) Painopiste on siis käytännön merkitsevyydessä (practical significance): tulosten merkitsevyyttä ei arvioida tilastollisin kriteerein, vaan sitä kautta, oliko muutos asiakkaan mielestä hänen arkielämässään merkityksellinen (Bloom ym. 2009, 426–427, 431, 458). Tulkintojen luotettavuutta ja käytännön merkitsevyyttä pyritään analyysissä varmistamaan tapauskohtaisen aineiston ja laadullisen haastatteluaineiston tulkitsemisellä rinnakkain.

### **5.2.2 Sisällönanalyysi**

Sisällönanalyysi on laadullisen tutkimuksen perusanalyysimenetelmä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 101). Sen avulla ”pyritään saamaan tutkittavasta ilmiöstä kuvaus tiivistetyssä ja yleisessä muodossa” (Tuomi & Sarajärvi 2009, 103). Grönfors (1982, 161) on esittänyt sisällönanalyysin olevan keino järjestellä aineisto johtopäätösten tekoa varten (Tuomi & Sarajärvi 2009, 103). Analyysissä aineisto ”hajoitetaan osiin, käsitteellistetään ja kootaan uudelleen uudella tavalla loogiseksi kokonaisuudeksi” loogisen päättelyn ja tulkinnan kautta (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108).

Sisällönanalyysia voidaan tehdä monin eri tavoin. Tässä tutkimuksessa sisällönanalyysillä tarkoitetaan aineiston sanallista kuvaamista ja sitä käytetään osallistujien tavoitteiden ja niitä edistävien ja estävien tekijöiden analysoimiseen. Analyysi toteutetaan aineistossa esiintyvien teemojen eli aihepiirien ryhmittelyn kautta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 93.) Laadullisen sisällönanalyysin lisäksi aineiston analyysissä käytetään myös sisällön erittelyä, jossa aineiston sisältöä kuvataan määrällisesti kvantifioimalla sitä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 105–106,

120–122). Sisällönerittelyä hyödynnetään osallistujien tavoitteita teemoittelevan analyysin tukena kuvaaman eri tavoitteiden esiintymisen yleisyyttä aineistossa ja tutkimusjoukossa.

Sisällönanalyysi voidaan jaotella Jari Eskolan (2001, 136) tavoin aineistolähtöiseen, teoriasidonnaiseen sekä teorialähtöiseen sisällönanalyysiin. Näiden ero tiivistyy päättelyn loogiikkaan ja suuntaan (Tuomi & Sarajärvi 2009, 95–100). Tässä tutkielmassa kulttuuripajatoiminnan edistävien ja estävien tekijöiden analysoiminen toteutettiin aineistolähtöisesti eli tehden päätelmiä induktiivisesti aineistosta käsin (Tuomi & Sarajärvi 2009, 95–96). Haastatteluaineiston analyysi eteni Milesin ja Hubermanin (1994, Tuomi & Sarajärven 2009, 108 mukaan) esittämien aineistolähtöisen sisällönanalyysin vaiheiden kautta. Kyseisiä vaiheita ovat aineiston redusointi eli pelkistäminen, aineiston klusterointi eli ryhmittely sekä aineiston abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen (emts. 108).

Aineiston pelkistäminen alkoi aineiston huolellisella lukemisella useaan otteeseen. Tämän jälkeen aineistosta poimittiin erilleen tutkimustehtävän kannalta olennaiset tekstikohdat eli kohdat, joissa osallistujat kertoivat elämässään tapahtuneesta muutoksesta ja kuvasivat tämän muutoksen taustalla olleita tekijöitä ja tapahtumia. Analyysiyksikkönä toimi siis tapahtuneita muutoksia ja niiden syitä kuvannut keskustelukokonaisuus. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 109–110.) Keskustelukokonaisuuksia poimittaessa mukaan hyväksyttiin kaikki osallistujien kuvaamat tavoitteissa tapahtuneisiin muutoksiin vaikuttaneet tekijät. Osa niistä liittyi tutkimuksen kohteena olleeseen kulttuuripajatoimintaan, osa ei. Tämän valinnan taustalla oli realistisen arvioinnin ajatus siitä, että samanaikaisesti ihmisen elämässä läsnä useita konteksteja ja mekanismeja, jotka vasta yhdessä saavat aikaan muutoksia (Pawson & Tilley 2009, 156–160). Pois ei suljettu myöskään ajallisesti tapauskohtaisen seurantajakson ulkopuolelle sijoittuneita tapahtumia. Moni osallistuja oli ollut mukana kulttuuripajan toiminnassa jo ennen seurannan alkua, ja osa kuvasi haastatteluissa muutoksia, joita toimintaan osallistuminen oli heidän elämässään mahdollistanut jo ennen tutkimuksen alkua. Osa näistä muutoksista tuli esille jo alkuhaastattelussa, ja niiltä osin kuin muutokset liittyivät osallistujalla vielä tutkimuksenteon hetkellä voimassa oleviin tavoitteisiin, hyväksyttiin tutkimukseen mukaan myös alkuhaastatteluaineistossa esiintyneet vaikutusten kuvaukset. Hyväksymällä mukaan myös seurantajakson ulkopuolelle sijoittuneet vaikutusten kuvaukset oli mahdollista saada laajempi kuva osallistujien tavoitteissa tapahtuneista muutoksista ja niitä edistäneistä ja estäneistä tekijöistä kulttuuripajatoiminnassa.

Aineiston pelkistämisen jälkeen osallistujien tulkinnat tavoitteissa tapahtuneista muutoksista yhdistettiin tapauskohtaisen seurannan tuloksiin. Osallistujien toiminnalle asettamat tavoitteet ryhmiteltiin aineistolähtöisiin teemoihin, jonka jälkeen laskettiin kuhunkin teemaan kuuluneiden tavoitteiden ja tavoitteita asettaneiden osallistujien määrät. Näin saatiin tiivistettyä osallistujien toiminnalle asettamat tavoitteet ja niiden yleisyys aineistossa.

Myös toiminnan edistävien ja estävien tekijöiden analyysi alkoi aineistolähtöisellä ryhmitelyllä. Aineiston pelkistämisen kautta erotelluista keskustelukokonaisuuksista poimittiin kuvaukset osallistujien tavoitteita edistäneistä ja estäneistä tekijöistä. Poimitut ilmaukset pelkistettiin ja pelkistetyistä ilmauksista muodostettiin samankaltaisuuksia etsimällä alaluokkia, jotka ryhmiteltiin yläluokkiin eli teemoihin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 109–113.) Tämän prosessin tuloksena muodostuneista teemoja peilattiin tämän jälkeen kirjallisuudessa esiintyviin toipumista tukeviin tekijöihin sekä kulttuuripajamallin tausta-ajatuksiin.

Lopussa osallistujien tavoitteita edistäneitä ja estäneitä tekijöitä tarkasteltiin hyödyntäen generatiivisen mekanismin (Pawson & Tilley 2009, 156–157; Blom & Morén 2011) käsitettä. Mekanismin tunnistamisessa hyödynnettiin väljästi Blomin ja Morénin (2011, 74–76; 2015, 146–153) generatiivisten mekanismien tunnistamiseen suosittelemia vaiheita. Vaihemallin kolme ensimmäistä vaihetta, kuvailu, jaottelu sekä abduktio ja teoreettinen uudelleen-tulkinta (Blom & Morén 2011, 66–75) noudattelevat pitkälti aiemmin esitettyä sisällönanalyysin vaiheistusta. Näiden vaiheiden jälkeen kirjoittajat kehottavat kuitenkin jatkamaan päättelyä retroduktiolla ja kysymällä analyttisesti, mitkä ovat teoretisoinnin kautta muodostettujen, alustavien mekanismien aktivoitumisen välttämättömät edellytykset (Blom & Morén 2011, 70–72, 75). Haarasen (2012, 23) mukaan retroduktio on abduktiota ”jossa havainnoille haetaan selityksiä”. Lopuksi teoretisoinnin tuloksena paikannettuja mekanismeja testataan vielä empiirisellä aineistolla (Blom & Morén 2011, 72–76). Tämän prosessin avulla tehtiin alustavia päätelmiä siitä, mitä ovat kulttuuripajatoiminnassa läsnä olevat potentiaaliset mekanismit ja myös miksi tietyt mekanismit käynnistyivät tietyillä osallistujilla, mutta toisilla eivät.

## 6 TAPAUSKOHTAISET TULOKSET

Tässä luvussa esitetään tapauskohtaisten asetelmien tulokset yhdistettynä osallistujien kuviosta loppuhaastattelussa tekemiin tulkintoihin. Luku etenee osallistuja kerrallaan niin, että alaluvuissa 6.1–6.7 esitetään kunkin osallistujan toiminnalle määrittelemät tavoitteet, tapauskohtaisen seurannan tulokset ja osallistujien tulkinnat tavoitteisiin jakson aikana vaikuttaneista tekijöistä. Alaluvussa 6.8 tehdään yhteenveto osallistujien toiminnalle asettamista tavoitteista ja niissä tapahtuneista muutoksista.

### 6.1 Milla

Milla<sup>1</sup> on vertaisohjaaja, joka osallistui seurantajaksolla pajan toimintaan 2–4 päivänä viikossa. Millan toiminnalle asettamat tavoitteet sekä niiden seurantaan käytetyt mittarit on tiivistetty taulukkoon 1.

TAULUKKO 1. Millan tavoitteet ja seurantamittarit

TAVOITE	SEURANTAKYSYMYS	ASTEIKKO
<i>Saada elämään lisää kodin ulkopuolista, sosiaalista tekemistä</i>	Kuinka monena päivänä viimeisen viikon (7 pvä) aikana sinulla on ollut kodin ulkopuolista, sosiaalista tekemistä?  Koetko, että sinulla on ollut viimeisen 7 päivän aikana liian vähän/riittävästi kodin ulkopuolista, sosiaalista tekemistä?	0–7 päivänä  1–5 (1 = ei lainkaan, 5 = riittävästi)
<i>Saada ystäviä, joiden kanssa viettää aikaa</i>	Minkä verran olet viimeisen 7 päivän aikana viettänyt aikaa ystävien kanssa?	1–5 (1 = en lainkaan, 5 = paljon)
<i>Yksinäisyyden väheneminen</i>	Tunnetko itsesi yksinäiseksi?	1–5 (1 = en koskaan, 5 = jatkuvasti)
<i>Itseluottamuksen paraneminen</i>	Asteikolla 1-10, minkälainen itseluottamuksesi on ollut kuluneella viikolla? (1 = surkea, 10 = hyvä)	1–10 (1 = minulla ei ole lainkaan itseluottamusta, 10 = luotan itseeni)
<i>Tuntea itsensä tarpeelliseksi (tarpeettomuuden tunteen väheneminen)</i>	Asteikolla 1-10, kuinka tarpeettomaksi/tarpeelliseksi koet itsesi?	1–10 (1 = kukaan ei tarvitse minua, 10 = koen itseni tarpeelliseksi)
<i>Kokea yhteisöllisyyttä ja porukalla tekemisen meininkiä pajalla</i>	Onko pajalla ollut mielestäsi tällä viikolla tarpeeksi/liian vähän toivomaasi porukalla tekemistä?	1–5 (1 = liian vähän, 5 = tarpeeksi)

<sup>1</sup> Millasta käytetään myöhemmin tutkielmassa myös tunnustekoodia V1

Tutkimuksen alkaessa Milla oli ollut toiminnassa mukana noin kuuden kuukauden ajan. Milla ohjasi yhdessä toisen vertaisohjaajan kanssa 2–3 ryhmää viikoittain ja osallistui lisäksi joillakin viikoilla ryhmien ulkopuoliseen toimintaan ja vertaisohjaajien työhönsä.

### **Kodin ulkopuolinen tekeminen ja ystävien kanssa vietetty aika**

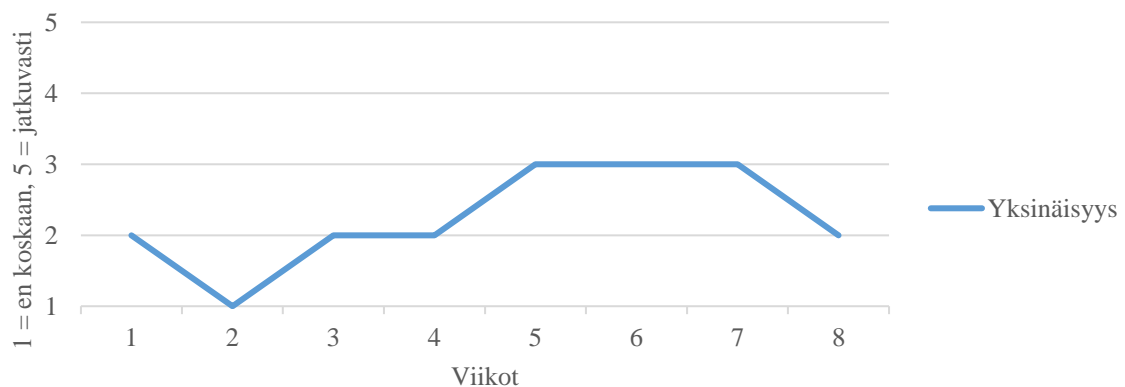
Milla asetti alkuhaastattelussa tärkeimmäksi tavoitteekseen kodin ulkopuolisen toiminnan lisääntymisen elämässään. Seurannan mukaan Millalla oli tällaista tekemistä 6–7 päivänä viikossa koko seurantajakson ajan. Lisäksi hän koki kodin ulkopuolella vietetyn tekemisen määrän riittäväksi tai melkein riittäväksi koko seurantajakson ajan ja arvioi viettäneensä ystävien kanssa paljon tai melko paljon aikaa. Tavoitteet kodin ulkopuolisen sosiaalisen tekemisen määrästä ja ystävien kanssa vietetystä ajasta siis toteutuivat seurannan aikana. Kaavioissa ei näy muutostrendejä, vaan tavoitteiden taso on säilynyt hyvänä koko seurantajakson. Varsinaista edistymistä tavoitteissa ei siis seurantajaksolla tapahtunut.

Mittaukset vastaavat myös Millan omaa kokemusta. Haastattelussa Milla kertoi, että kokee muutoksen kyseisissä tavoitteissa tapahtuneen alkuhaastatteluviikolla, juuri ennen seurantajakson alkua. Ennen seurantajaksoa kodin ulkopuolisen tekemisen määrä Millan mukaan seurantajaksoa pienempi, hän kuvasi olleen aiemmin vain 3–4 päivänä viikossa. Seurantajakson ajoituksesta johtuen muutos ei näy tehdyissä mittauksissa. Milla kuvasi positiivista muutosta edistyneen juuri seurantajakson alkuun osunut uuden ihmissuhteen syntyminen.

### **Yksinäisyys**

Milla kuvasi kokeneensa olonsa jatkuvasti yksinäiseksi ennen pajan toimintaan tuloa. Kuvasta 2 näkee, että jakson alkupuoliskolla Milla tunsi itsensä yksinäiseksi harvoin tai ei lainkaan. Jakson toisella puoliskolla yksinäisyyden tunteet lisääntyivät jonkin verran, joskin viimeisellä seurantaviikolla taas palasivat alun tasolle. Seurantakuvioiden perusteella Millan kokemat yksinäisyyden tunteet yleistyivät seurannan loppupuolella, eli yksinäisyyden kokemuksessa tapahtui jakson aikana muutosta huonompaan suuntaan. Jatkuvia yksinäisyyden tunteita Milla ei jakson aikana kokenut: mitattujen arvojen mediaani koko seurantajaksolla oli 2 ja vaihteluväli 1–3.



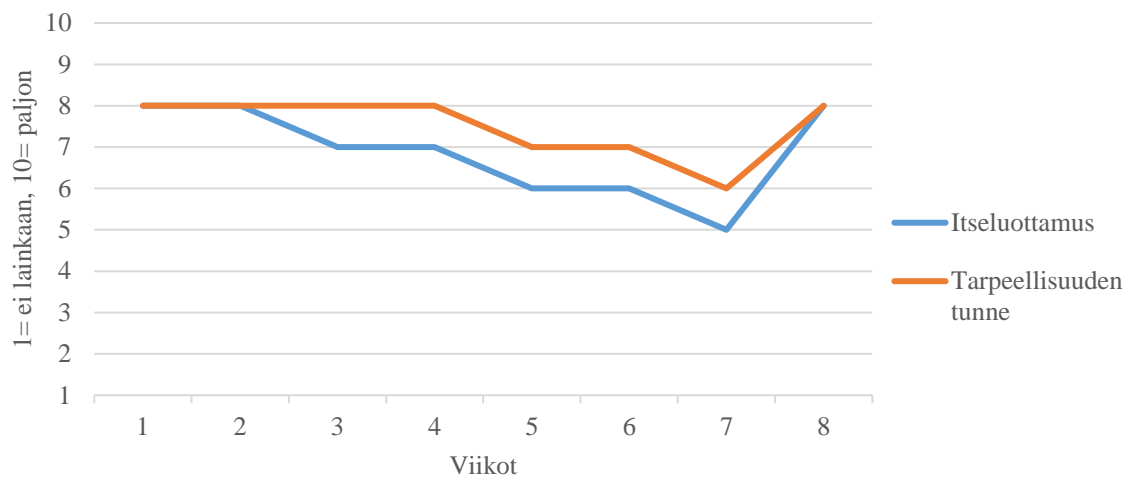


*KUVA 2. Millan yksinäisyyden kokemus*

Loppuhaastattelussa Milla kuvasi yksinäisyyttä esiintyneen enemmän seurannan toisen kuukauden aikana, mikä vastaa seurantakuviossa näkyvää trendiä. Yksinäisyyden tunteen esiintymiseen jaksolla vaikutti Millan mukaan hänen juuri solmimansa uusi ihmissuhde. Pajalle osallistumisella Milla ei kuvannut seurantajaksolla olleen vaikutusta kokemukseen. Milla kuitenkin kuvasi, että pajalla käymisen alkuaikoina toiminta oli edistänyt yksinäisyyden tunteiden vähenemistä. Pajasta muodostui tuolloin Millalle paikka, jossa oli mahdollista tavata muita ihmisiä. Milla kuvailee vertaisohjaajakoulutusta yhteisöllisyyttä ja me-henkeä tuottaneena kokemuksena.

### **Itseluottamus ja kokemus omasta tarpeellisuudesta**

Milla toivoi saavansa toiminnan avulla lisää itseluottamusta. Lisäksi hän toivoi tarpeettomuuden tunteensa vähenevän. Kuvassa 3 esitetään molempien muuttujien kehitys seurantajaksolla. Kuvassa molempien muuttujien taso näyttää seurannan alussa hyvältä. Seurannan puolivälissä molemmissa muuttujissa on näkyvissä laskeva trendi, joka seurannan viimeisellä viikolla palautuu alun tasolle. Itseluottamuksessa tämä notkahdus näyttäytyy tarpeellisuuden tunnetta syvempänä. Ilman viimeistä seurantaviikkoa näyttäisi, että Millan itseluottamus ja tarpeellisuuden kokemus heikentyivät jakson aikana. Koska seuranta loppui tähän, aineistosta ei selviä oliko viimeisen viikon palautuminen osoitus pysyvästä muutoksesta parempaan, vai ainoastaan yhden viikon poikkeava arvo. Pelkän tapauskohtaisen asetelman avulla ei voi saada selville, mitä asioita vaihtelun taustalla on.



KUVA 3. Millan itseluottamus ja tarpeellisuuden tunne

Loppuhaastattelussa Milla tulkitse molempien muuttujien olleen poikkeuksellisen hyvällä tasolla seurannan alussa ja normalisoituneen loppupuolella. Hän ei kokenut kummassakaan tapahtuneen pysyvää muutosta seurannan aikana. Loppuhaastattelussa Milla kertoi kokevansa itseluottamuksensa edelleen huonoksi, eli sen osalta hyvälle tasolle viimeisellä mitauskerralla päätyvällä itseluottamuksen arvolla ei ole käytännön vastaavuutta. Milla tosin erotteli loppuhaastattelussa itseluottamuksensa ryhmätilanteissa sekä läheisissä ihmissuhteissa, ja kuvasi sen olevan ryhmätilanteissa parempi.

Millan mukaan molemmissa tavoitteissa on kuitenkin tapahtunut edistystä sen jälkeen, kun hän on tullut mukaan pajan toimintaan ja toiminnalla on ollut edistävää vaikutusta molempiin. Millan mukaan vertaisohjaajakoulutus ja ryhmien vetäminen ja etenkin näihin sisältyneet draamalliset harjoitukset ovat auttaneet häntä olemaan vapautuneempi sosiaalisissa tilanteissa, mikä on myös vaikuttanut itseluottamukseen. Milla kuvasi pajaa paikkana, jossa häntä tarvitaan ja hän saa vastuuta asioista. Pajan lisäksi Milla kuvasi uuden ihmissuhteen vaikuttaneen sekä itseluottamusta että omaa tarpeellisuuden tunnetta nostavasti, mikä näkyy seurantakuviossa korkeina arvoina.

Pajaan liittyvillä tekijöillä on ollut myös tavoitteita heikentävää vaikutusta. Seurannassa näkyvään muuttujien tason laskemiseen jakson toisella puoliskolla vaikuttivat Millan mukaan pajalla jakson puolivälissä koetut ohitetuksi tulemisen tunteet. Milla koki, että pajan ohjaajat tekivät muutoksia hänen ohjaamansa ryhmän toteutukseen kysymättä asiasta Millalta. Näiden ohitetuksi tulemisen tunteiden lisäksi Milla kuvailee itseluottamustaan heikentäneen

seurantajakson aikana myös väärinkäsitykset Kelan ja sosiaalitoimiston kanssa, joiden johdosta Millalla oli jakson aikana taloudellisia vaikeuksia.

### **Yhteisöllisyys ja yhdessä tekeminen**

Milla asetti seurantaan myös toiveen pajalla koetun yhteisöllisyyden lisääntymisestä. Milla kuvasi alkuhaastattelussa pajalla olleen aiemmin mukava ”yhdessä tekemisen meininki” ja me-henki, joissa oli tapahtunut heikentymistä viime aikoina. Milla toivoikin enemmän yhdessä tekemistä pajalle. Tavoitetta seurattiin kysymällä Millan kokemusta yhteisen tekemisen määrän riittävydestä viikoittain. Millan kokemus yhteisen tekemisen määrän riittävydestä vaihteli Millalla seurantajakson aikana välillä 2–4. Mediaani oli 2, ja trendi oli seurantajakson loppua kohden laskeva. Tapauskohtaisen seurannan perusteella Millan kokema yhteisöllisyys pajalla väheni seurantajakson aikana.

Milla kertoi loppuhaastattelussa, että oli kokenut yhteisen tekemisen olevan riittävää niillä seurantaviikoilla, kun pajalla oli ollut jotain pajojen ulkopuolista toimintaa, esimerkiksi yhteinen teatteriretki. Lisäksi Milla kuvaili yhtä ohjaamaansa pajaa, jossa oli hänen mukaansa aina hauskaa. Edellisessä luvussa kuvaillut ohitetuksi tulemisen tunteet vaikuttivat kuitenkin siihen, että Milla kuvasi oman kiinnostuksensa pajaa kohden vähentyneen seurannan aikana. Lisäksi Milla kertoi myös kokeneensa vuorovaikutuksen muiden pajan kävijöiden kanssa vastavuorottomaksi. Milla kuvasi, että hänellä on pajalla kuuntelijan rooli, mutta muut osallistujat eivät ole kiinnostuneita kuuntelemaan Millan kuulumisia ja tukemaan häntä.

## **6.2 Tuukka**

Tuukka<sup>2</sup> on vertaisohjaaja, joka osallistui pajan toimintaan seurantajaksolla 2–4 päivänä viikossa toimimalla sekä vertaisohjaajana että osallistujana muiden ohjaamalla pajoilla. Tuukka on ollut mukana pajalla noin kuuden kuukauden ajan. Tuukka kertoo hänellä olleen toimintaan mukaantulosta lähtien nimenomaan omaan kuntoutumiseensa liittyviä tavoitteita. Tavoitteet ja niiden seuraamiseen käytetyt mittarit on tiivistetty taulukkoon 2.

---

<sup>2</sup> Tuukasta käytetään myöhemmin tutkielmassa myös tunnistekoodia V2

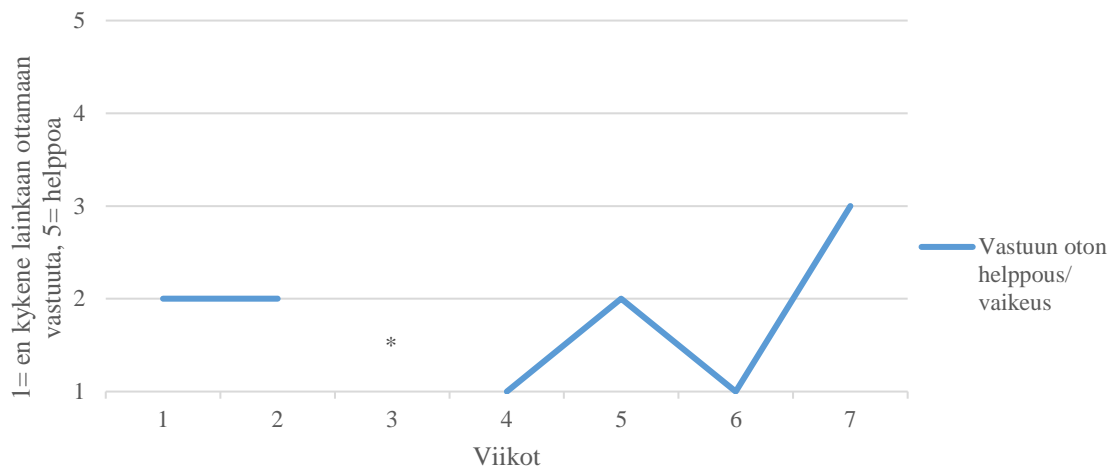
TAULUKKO 2. Tuukan tavoitteet ja seurantamittarit

TAVOITE	SEURANTAKYSYMYKSIÄ	ASTEIKKO
<i>Oppia ottamaan vastuuta</i>	Arvioi asteikolla 1-5, kuinka vaikeaa tai helppoa sinun on ottaa vastuuta asioista?  Listaa asiat, joista olet viimeisen 7 päivän aikana kokenut olevasi vastuussa.	1-5 (1 = en kykene lainkaan ottamaan vastuuta, 5 = vastuun ottaminen on helppoa)  Asioiden listaaminen (avovastaukset)
<i>Saada vetää yksin omaa pajaa</i>	Onko sinulla ollut vetovastuullasi pajaa kuluneella viikolla?	1-5 (1 = ei ollenkaan, 3= yhdessä muiden kanssa, 5 = olen vetänyt pajaa yksin)
<i>Itseluottamuksen lisääntyminen</i>	Kuinka kuvailisit itseluottamustasi kuluneella viikolla?	1-5 (1 = ei ollenkaan itseluottamusta, 5 = hyvä)
<i>Sosiaalisten tilanteiden hallitseminen/helppottuminen</i>	Arvioi asteikolla 1-5, kuinka vaikeita tai helppoja ovat kuluneella viikolla (viimeisen 7 päivän aikana) olleet tilanteet, joissa sinun on pitänyt olla ryhmässä tai muiden ihmisten seurassa?	1-5 (1 = ryhmätilanteet ovat olleet sietämättömiä, 5 = ryhmässä oleminen on ollut helppoa)

## Vastuunotto

Tuukka määritteli alkuhaastattelussa haluavansa vertaisohjaajana toimimisen avulla oppia ottamaan ja kantamaan vastuuta asioista. Tähän liittyi myös Tuukan toive saada ohjata yksin omaa pajaa. Seurannan perusteella Tuukka koki viikoittain vastuullaan olleen 2–4 asian tekemisen. Hän kertoi laskeneensa seurantaan mukaan sellaisia asioita, joita hänellä oli viikon aikana hoidettavanaan. Vastausten mediaani oli 2.

Kuvasta 4 näkee, että Tuukka koki vastuun ottamisen vaikeana tai melko vaikeana koko jakson ajan. Seurantajakson viimeisellä viikolla vastuunotto on seurannan mukaan Tuukasta tuntunut hiukan helpommalta, kuin muuten jakson aikana. Yhden korkeamman mittauksen perusteella ei kuitenkaan voi tehdä päätelmiä tapahtuneesta muutoksesta, koska muuten seurantajaksolla mitatut arvot olivat matalia. Seurantamittausten mukaan vastuun ottamisen koetussa helppoudessa ei siis tapahtunut muutosta parempaan seurantajaksoilla. Tulkinta vastaa myös Tuukan kokemusta vastuun oton vaikeudesta: hän ei kokenut vastuun ottamisen helpottuneen jakson aikana. Tuukka ei myöskään nähnyt pajalla käymisellä olleen vaikutusta vastuunoton vaikeuden kokemukseen.



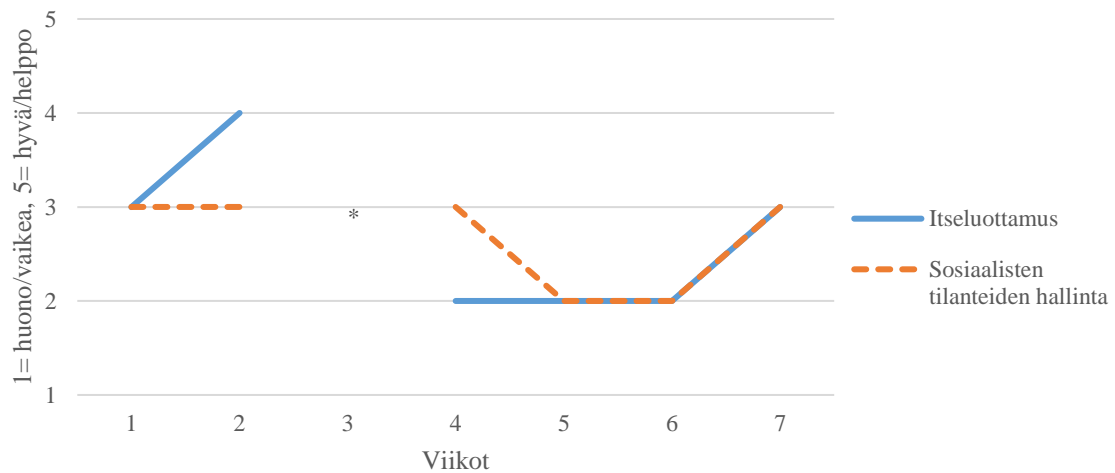
KUVA 4. Tuukan kokemus vastuunoton helppoudesta<sup>3</sup>

Myöskään Tuukan tavoite oman pajan ohjaamisesta ei seurantajakson aikana toteutunut. Tuukka ohjasi viikoittain 2–3 ryhmää yhdessä toisen vertaisohjaajan kanssa, mutta ei suunnitelmistaan huolimatta aloittanut omaa pajaa. Tuukka kuvaili loppuhaastattelussa kokevansa, että vastuunottokyvyn vaikeus näkyy edelleen pajalla siinä, että Tuukka jää sivuun pajojen ohjaamisesta, kun muut vertaisohjaajat ottavat niistä vastuun. Lisäksi Tuukka koki, että hänen ideoimansa pajat eivät menesty eikä kukaan halua tulla niille. Itseluottamuksen puute vaikeuttaa Tuukan mukaan vastuunottoa pajojen järjestelyistä ja ohjaamisesta.

### Itseluottamus ja sosiaalisten tilanteiden hallinta

Tuukka asettikin tavoitteekseen myös itseluottamuksen parantumisen. Lisäksi hän toivoi sosiaalisten tilanteiden helpottumista. Tuukka kuvasi toisten ihmisten seurassa ja ryhmässä olemisen olevan hänelle todella vaikeaa. Mittausten perusteella kummassakaan muuttujassa ei tapahtunut jakson aikana muutosta parempaan. Arvot eivät muodosta nousevaa tai laskevaa trendiä. Sen sijaan jakson keskivaiheilla molempien muuttujien arvoissa on nähtävissä notkahdus. Kuvasta 5 näkee, että Tuukka koki sosiaaliset tilanteet seurantajakson aikana pääosin siedettävänä, vastausten vaihteluvälin ollessa 2–3 ja mediaanin 3. Itseluottamuksen kokemuksessa vaihteluväli oli 2–4 ja mediaani 2.

<sup>3</sup> \* = puuttuva havainto



KUVA 5. Tuukan itseluottamus ja sosiaalisten tilanteiden hallinta

Tuukka ei koe tavoitteissa tapahtuneen seurantajakson aikana muutosta. Tuukan mukaan ryhmätilanteet eivät olleet jakson aikana tuntuneet helpoilta eivätkä vaikeilta. Tuukan mukaan tämä johtui siitä, ettei hän osallistunut jakson aikana sellaisiin sosiaalisiin tilanteisiin, jotka olisivat olleet hänelle uusia ja ihmiset vieraita. Hän kertoi, että pajalla tuttujen ihmisten seurannassa sosiaaliset kohtaamiset ovat helpompia. Tuukan mukaan molemmissa tavoitteissa oli tapahtunut edistystä ennen tutkimukseen osallistumista pajan ansioista. Hän kuvaili jo alkuhaastattelussa olevansa nykyään eri ihminen kuin toimintaan tullessaan, ja avautuneensa huomattavasti. Etenkin vertaisohjaajakoulutuksessa olleet draamaharjoitukset sekä myöhemmin improvisaatioteatteriharjoitteet ovat auttaneet Tuukkaa toimimaan sosiaalisissa tilanteissa myös pajan ulkopuolella. Onnistumiset pajojen aloittamisessa ja pajoilla vaikuttivat Tuukan mukaan aiemmin itseluottamukseen sitä nostavasti, kun taas epäonnistumiset heikensivät itseluottamusta. Myös pajan ohjaajilta saatu hyvä palaute oli Tuukan mukaan vaikuttanut itseluottamuksen kohoamiseen.

Tuukka kertoi seurannan keskivaiheilla olleen huonompi jakso itseluottamuksen suhteen. Tuukan mukaan itseluottamusta heikensivät häneltä hoitamatta jääneet asiat. Lisäksi Tuukan kuvailema vastuunoton vaikeus omien pajojen suhteen on saanut Tuukan kokemaan epäonnistumisen tunteita. Lisäksi Tuukka kertoo seurannassa näkyvään notkahdukseen myötävaikuttaneen hänen pajalla kokemansa sivuuttamisen tunteet. Tuukka kertoo kokeneensa pajan ohjaajien taholta sivuutetuksi tulemistä liittyen vetovastuullaan olevan ryhmän järjestelyihin. Seurantajakson lopussa Tuukka kokee tilanteen palautuneen ennalleen, kun Tuukka on päättänyt jäädä pois ristiriitoja tuottaneesta ryhmästä.

## 6.3 Perttu

Perttu<sup>4</sup> on vertaisohjaaja, joka osallistui seurantajaksolla pajan toimintaan 2–4 päivänä viikossa ohjaamalla omia ryhmiä. Hän on ollut mukana toiminnassa seurannan alkaessa noin neljän kuukauden ajan. Perttu osallistui seurantajaksolla lisäksi jonkin verran myös klubitalon toimintaan. Alun perin Perttu tuli mukaan toimintaan, koska halusi harrastaa erään ryhmän kohteena olevaa toimintoa. Pertun tavoitteet (taulukko 3) liittyivät saavutetun hyvinvoinnin ylläpitämiseen ja uusien masennusjaksojen välttämiseen.

TAULUKKO 3. Pertun tavoitteet ja seurantamittarit

TAVOITE	SEURANTAKYSYMYKSET	ASTEIKKO
Saada päiviin sisältöä ja tekemistä	Kun mietit kulunutta viikkoa, kuinka monena päivänä sinulla on ollut päivässäsi mielekästä tekemistä?	0–7 päivänä
Stressin hallinta/pysymisen siedettävällä tasolla	Kuinka stressaantunut olet ollut kuluneella viikolla?	1–5 (1 = todella stressaantunut, 5 = en lainkaan stressaantunut)
Vireystilan ja jaksamisen pysyminen sellaisena, että jaksaa tehdä tarvittavat asiat	Mikä seuraavista vaihtoehtoista kuvaa tämänhetkistä vireystilaasi ja jaksamistasi parhaiten?	1–5, 1 = olen todella väsynyt, en jaksakaan mitään, 5 = olen virkeä ja jaksan kaiken minkä haluan

### Tekeminen ja sisältö päiviin

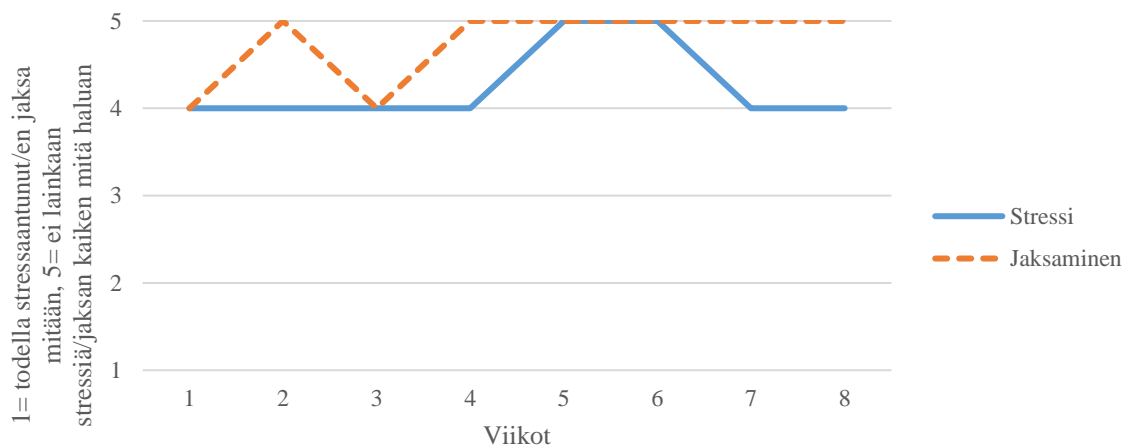
Perttu kuvasi käyvänsä pajalla saadakseen päiviinsä sisältöä. Hän ohjasi seurantajaksolla kahta pajaa, joista toisen aiheena olevaa toimintoa hän harrasti myös pajan ulkopuolella. Toisen pajan sisältöä Perttu sanoi halunneensa aina harrastaa, mutta siihen ei ollut hänellä ollut mahdollisuutta ennen pajalle tuloa.

Seurantajaksolla Pertulla oli päivässään sisältöä ja tekemistä 5–7 päivänä viikossa. Mielekkään tekemisen määrä pysyi siis tasaisesti korkealla tasolla. Myös Perttu itse koki määrän riittävänä. Pertun mukaan kulttuuripajalla oli seurantajaksolla positiivista vaikutusta tekemisen määrään: hän arvioi, että yli puolet viikoittaisesta tekemisestä liittyi kulttuuripajan toimintoihin.

<sup>4</sup> Pertusta käytetään myöhemmin tutkielmassa myös tunnustekoodia V3

## Stressi ja vireystila ja jaksaminen

Perttu kertoi oppineensa ajan myötä tunnistamaan omaa hyvinvointiaan heikentäviä tekijöitä ja pyrkivänsä ehkäisemään niitä omassa elämässään. Tällaisiksi voinnin kannalta olennaisiksi tekijöiksi Perttu määritteli pidempiaikaisen stressin välttämisen sekä yöunien ja vireystilan säilymisen hyvänä. Kuvaan 6 on tiivistetty molempien muuttujien kehitys.



KUVA 6. Pertun stressi ja jaksaminen

Molempien tavoitteiden osalta taso säilyi hyvänä koko seurantajakson ajan, vaihteluvälin ollessa 4–5. Jaksamisessa on nähtävissä jopa hiukan parannusta loppua seurannan toisella puoliskolla. Vireystilan ja jaksamisen osalta arvojen mediaani on 5, joka vakiintui vastausten tasoksi jakson puolivälin jälkeen. Stressin osalta vastausten mediaani taas on 4. Stressin kokemuksiä näyttäisi olleen jakson alkupuolella jonkin verran loppua enemmän.

Perttu itse koki molempien tavoitteiden tason kokonaisuutena olleen hyvän koko jakson ajan. Hän kertoi kokeneensa jonkin verran stressiä seurantajakson aikana, mutta stressi ei muodostunut haitalliseksi. Jaksamisen suhteen taso on jakson loppua kohden vakiintunut Pertun määrittelemälle parhaalle mahdolliselle tasolle, jossa hänen vireystilansa on hyvä ja hän jaksaa tehdä kaikki haluamansa asiat. Kokonaisuutena Pertun tavoite voinnin säilymisestä hyvällä tasolla siis toteutui jakson aikana. Pertun tapauksessa tavoitteiden tason säilyminen ennallaan edustaa tavoiteltua, positiivista tilaa. Perttu kokee pajalla käymisellä olleen



positiivista vaikutusta molempiin tavoitteisiin sitä kautta, että paja on tuonut päiviin mukavaa tekemistä ja auttanut pitämään päivärytmin kohdallaan.

Asetettujen tavoitteiden lisäksi Perttu kuvaili loppuhaastattelussa itseluottamuksensa kasvanneen pajalla käymisen myötä. Tätä edistäneiksi tekijöiksi hän kuvasi pajan ohjaajien taholta koetun lämpimän vastaanoton alusta alkaen sekä onnistumisen kokemukset oman pajan aiheena olevassa toiminnossa. Lisäksi Perttu kertoi saaneensa sopivan määrän vastuuta omien pajojen suunnittelusta ja vetämisestä. Hän kuvailee vastuun jakamisen pajan ohjaajan kanssa toimineen hyvin.

## 6.4 Sarah

Sarah<sup>5</sup> osallistui tutkimusjakson aikana satunnaisesti pajan toimintaan käymällä yhdessä ryhmässä. Sarah oli seurannan alkaessa ollut mukana toiminnassa noin kuukauden ajan ja kertoi tulleen mukaan toimintaan ryhmän sisällön vuoksi. Sarahin tavoitteet ja seurannassa käytetyt mittarit esitetään taulukossa 4.

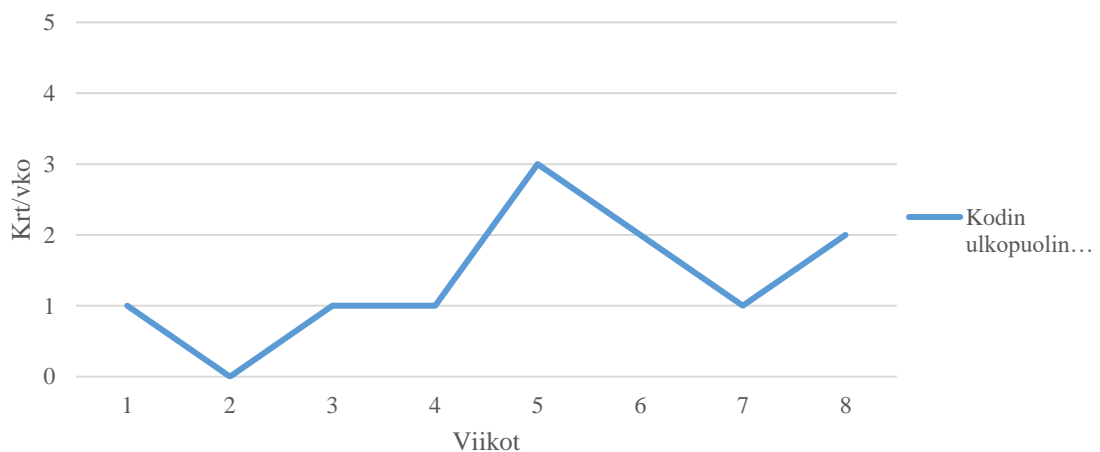
TAULUKKO 4. Sarahin tavoitteet ja seurantamittarit

TAVOITE	SEURANTAKYSYMYKSET	ASTEIKKO
<i>Oman jaksamisen pysymisen sellaisenaan, että arki rullaa ja jaksaa osallistua johonkin kodin ulkopuoliseen toimintaan</i>	Kuinka monena päivänä viimeisen 7 päivän aikana olet osallistunut johonkin kodin ulkopuoliseen toimintaan (klubi-talo/paja/muut harrastukset tai sovitut menot)?	Avovastaus
<i>Omien voimavarojen tunnistaminen niin, että sovitut asiat tulisi tehtyä</i>	Oletko jaksanut tällä viikolla tehdä suunnitellut/sovitut asiat/menot?	1–5 (1 = en mitään, 5 = olen jaksanut kaiken sovitun)
<i>Saada lisää tavoitteita tulevaisuudelle</i>	Onko sinulla tavoitteita tulevaisuudelle?	1–5 (1 = ei lainkaan, 5 = useita vaihtoehtoisia tavoitteita)
<i>Kokea, että tulee hyväksytyksi omalla itsellä</i>	Tuntuuko sinusta siltä, että voit olla elämässäsi oma itsesi, vai onko sinun jatkuvasti esitettävä muuta kuin olet?	1–5 (1 = on jatkuvasti esitettävä muuta, 5 = koen että voin olla oma itseni)
<i>Saada ihmissuhteita, joista saa tukea tarvittaessa</i>	Onko sinulla ympärilläsi ihmisiä, joilta saat tukea tarvittaessa?	1–5 (1 = ei ollenkaan, 5 = koen, että on tarpeeksi)

<sup>5</sup> Sarahista käytetään myöhemmin tutkielmassa myös tunnistekoodia V4

## Jaksaminen ja omien voimavarojen tunnistaminen

Sarah asetti alkuhaastattelussa omaan vointiinsa liittyväksi päätavoitteekseen sen, että jaksaa hoitaa arkiasiat ja niiden lisäksi osallistua johonkin kodin ulkopuoliseen toimintaan, kuten kulttuuripajan tai klubitalon aktiviteetteihin. Kuvaan 7 on tiivistetty Sarahin kodin ulkopuoliseen toimintaan osallistuminen laskemalla viikoittain raportoitujen kodin ulkopuolisten toimintojen määrää. Kuviosta näkee, että osallistuminen vaihteli seurantajaksolla 0–3 viikoittaisen kerran välillä. Osallistumiskertojen mediaani seurantajaksolla oli 1. Seurantajakson toisella puoliskolla kodin ulkopuolista toimintaa näyttäisi kuitenkin olevan ensimmäistä puoliskoa enemmän. Ensimmäisen neljän viikon osallistumiskertojen mediaani 1 kun viimeisen neljän viikon kohdalla se on 2.

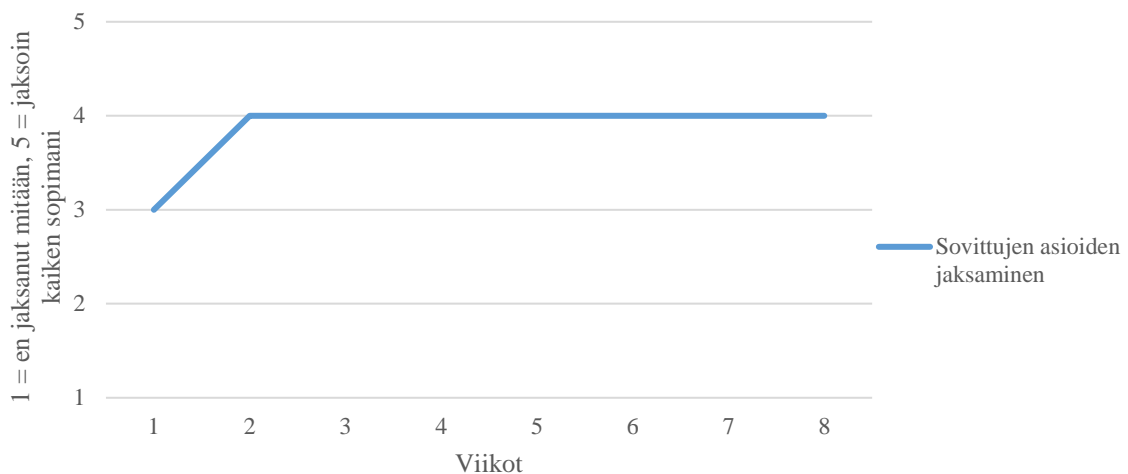


KUVA 7. Sarahin osallistuminen kodin ulkopuoliseen toimintaan

Seurantakuvion perusteella Sarahin kodin ulkopuoliseen toimintaan osallistuminen ja jaksaminen näyttäisi parantuneen jakson aikana. Avovastauksista käy kuitenkin ilmi, että seurannassa Sarah on laskenut kodin ulkopuoliseen toimintaan mukaan myös kodin ulkopuoliset asioinnit ja ystävien tapaamisen. Haastattelussa Sarah kertoo, että pakollista arkiasioiden hoitoa oli seurantajakson lopulla tavallista enemmän. Pajan toimintaan Sarah osallistui seurantajaksolla kahdesti, ensimmäisellä ja kuudennella seurantaviikolla, ja klubitallolla hän ei käynyt kertaakaan. Varsinainen toimintaan osallistuminen on siis ollut seurantajaksolla vähäistä ja Sarah kuvailee kaiken jaksamisensa kuluneen arkiasioiden hoitoon. Sarah itse ei

koe vointinsa parantuneen seurantajakson aikana, pikemminkin monien järjesteltävien asioiden vieneen voimia. Toimintojen määrän nouseva trendi ei siis kuvaa Sarahin jaksamisen parantumista. Määrällisiä mittaustuloksia vinouttaa se, että Sarah on luetellut mukaan myös arkiasioiden hoitoa kodin ulkopuolella, kun alkuhaastattelussa hän asetti tavoitteekseen nimenomaan pajan ja klubitalon toimintaan osallistumisen. Sarahin tavoitteena ollut arkiasioiden hoito on toteutunut, mutta ulkopuoliseen toimintaan osallistumiseen voimia ei ole riittänyt.

Kodin ulkopuoliseen toimintaan osallistumisen lisäksi Sarah määritteli tavoitteekseen omien voimavarojensa realistisen tunnistamisen niin, että hän osaisi mitoittaa asiat joihin lupautuu oman jaksamisen mukaan. Muuttujan kehitys esitetään kuvassa 8.



KUVA 8. Sarahin jaksaminen

Kuvion perusteella Sarahin voimavarojen tunnistaminen näyttää olleen tasaisesti hyvällä tasolla. Heti seurannan alettua tässä tapahtui mahdollisesti jopa lievää kehitystä. Koska vertailevaa lähtötason seurantaa ei ole tehty, ei mittausten perusteella voida kertoa, onko ensimmäisen viikon matalampi arvo ollut hetkellinen poikkeus tai onko taso kenties ennen seurantaa ollut vieläkin matalampi. Sarahin tavoitteen monitoroinnin kannalta kahdeksan viikon seuranta kuitenkin kertoo, että kevään aikana hän on kohtuullisen hyvin jaksanut toteuttaa sopimansa asiat tai vaihtoehtoisesti sopinut vain sellaisen määrän menoja, jotka on jaksanut toteuttaa. Loppuhaastattelussa Sarah kuvaili omien voimavarojen tunnistamista vahvuudekseen. Hänen mukaansa kehitystä ei ole tapahtunut jakson aikana, vaan hän on

oppinut tunnistamaan jaksamisensa rajat jo aiemmin yritysten ja erehdysten kautta. Sarah ei kokenut pajalla käymisen edistäneen tätä tavoitetta.

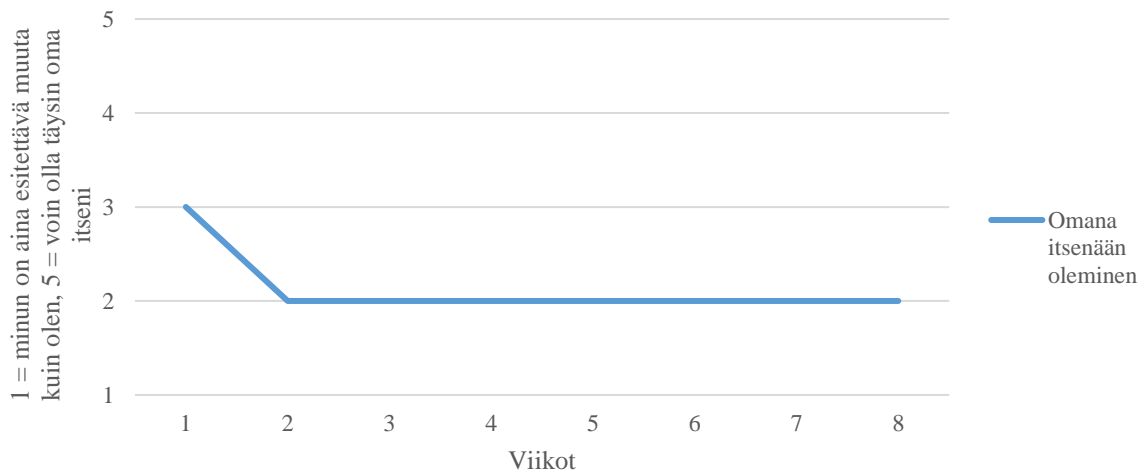
### **Tulevaisuuden tavoitteet**

Sarah nimesi seurantajakson tärkeimmäksi tavoitteekseen vaihtoehtoisten tulevaisuuden tavoitteiden löytämisen. Sarah kuvaa haluavansa löytää itselleen sopivan tulevaisuuden opiskelualan. Seurannan perusteella näyttäisi, että Sarahin vaihtoehdot tulevaisuuden suunnitelmien suhteen vähenivät jakson aikana: seurannan alkupuolella hänellä oli kaksi vaihtoehtoista suunnitelmaa, mutta loppupuolella enää yksi vaihtoehto.

Tavoitteiden vähäinen määrä ei välttämättä olisi negatiivinen asia, mikäli Sarah kokisi löytäneensä itseään tyydyttävän suunnitelman tulevaisuudelle. Sarah oli kuitenkin loppuhaastattelussa epäröivä tavoitteensa suhteen ja kertoi vaihtoehtoisten tavoitteiden löytämisen elämälleen olevan edelleen tärkeä, mutta toteutumaton tavoite. Sarah kertoi seurannan aikana tapahtuneiden elämänmuutosten vaikuttaneen siihen, ettei hänellä ollut voimavaroja tulevaisuuden suunnitteluun. Pajalla käymisellä hän ei koe olleen vaikutusta tavoitteeseen.

### **Omana itsenään oleminen ja tukea antavien ihmissuhteiden löytäminen**

Sarah kuvaili kokevansa ulkopuolisuuden ja huonommuuden tunnetta suhteessa terveisiin ihmisiin ja kokemusta siitä, että muut ihmiset ja yhteiskunta vaativat häntä olemaan muuta, kuin mitä hän on. Sarahin yhteiskunnan taholta kokemat vaatimukset liittyivät niin kutsutun työmarkkinakansalaisuuden saavuttamiseen. Omana itsenään olemisen kokemusta mitattiin seurannassa viisiportaisella yksilöllisesti luodulla mittarilla, jonka tulokset esitetään kuvassa 9. Seurannan perusteella Sarahin tavoite omana itsenään olemisesta ei edistynyt jakson aikana. Päinvastoin näyttäisi siltä, että ensimmäisen seurantaviikon jälkeen tilanne tavoitteen suhteen muuttui huonommaksi. Kuten aiemmin todettu, päätelmien tekeminen yhden viikon poikkeavan arvon perusteella on kuitenkin epävarmaa, kun lähtötaso ei ole mitattu.



KUVA 9. Sarahin kokemus omana itsenään olemisen mahdollisuudesta

Sarah kertoi kokevansa kulttuuripajan paikkana, jossa voi olla oma itsensä eikä tarvitse esittää mitään. Hän kuitenkin osallistui pajalle seurannan aikana vain kahdesti, eikä maininnut loppuhaastattelussa tämän vaikuttaneen omana itsenään olemisen kokemukseen jakson aikana.

Muihin ihmisiin liittyen Sarah asetti alkuhaastattelussa myös tavoitteen löytää elämäänsä ihmisiä, joilta saisi tarvittaessa tukea. Tässä tavoitteessa ei tapahtunut seurannan aikana muutosta. Sarah koki koko jakson ajan, että hänellä on ympärillään vain vähän ihmisiä, joilta saisi tukea tarvittaessa: arviointiasteikolla 1–5 mitattuna Sarahin vastaus tasaisesti oli 2. Loppuhaastattelussa Sarah kertoi muodostaneensa seurannan aikana uuden ihmissuhteen, mutta kyseinen ihmissuhde ei kuitenkaan seurannan aikana muodostunut tukea antavaksi. Tähän Sarah kuvaili syyksi mahdottomuutta paljastaa uudelle ystävälleen totuutta eläkkeellä olostaan. Tämä oman todellisen tilanteen piilottelu heikensi myös edellisessä kuviossa esitettyä Sarahin kokemusta siitä, että voi olla oma itsensä.

## 6.5 Ville

Ville<sup>6</sup> osallistui seurantajaksolla viikoittain yhteen pajalla toimineeseen ryhmään, joka koontui 1–2 kertaa viikossa. Myös Ville oli tullut mukaan toimintaan juuri kyseisen ryhmän

<sup>6</sup> Villestä käytetään myöhemmin tutkielmassa myös tunnustekoodia V5

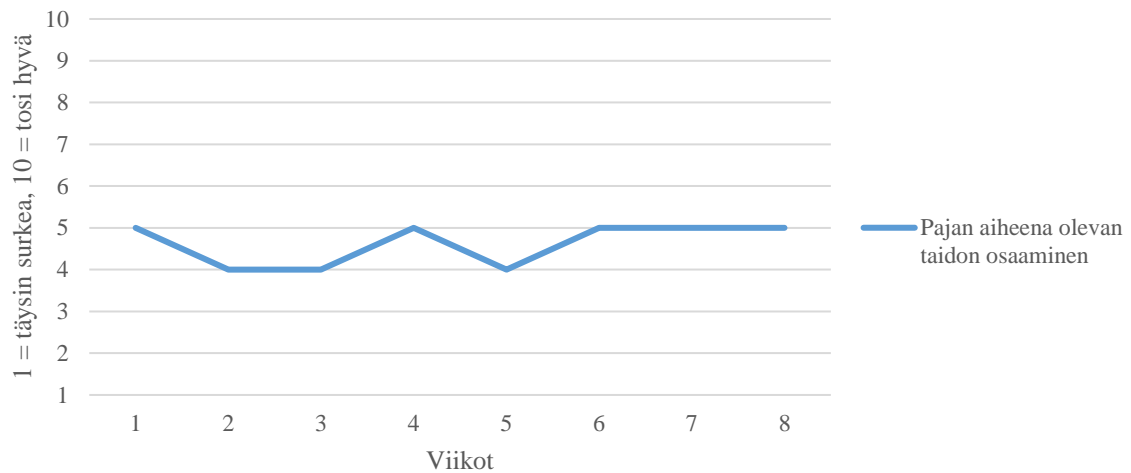
vuoksi ja osallistunut siihen tutkimuksen alkaessa noin neljän kuukauden ajan. Villen tavoitteet ja seurantamittarit esitetään taulukossa 5.

*TAULUKKO 5. Villen tavoitteet ja seurantamittarit*

<i>TAVOITE</i>	<i>SEURANTAKYSYMYKSET</i>	<i>ASTEIKKO</i>
<i>Ymmärtää paremmin taide- ja kulttuuria</i>	Miten arvioisit taiteen ja kulttuurin ymmärryksesi tasoa tällä hetkellä asteikolla 1–20?	1–20 (1 = en ymmärrä taiteesta ja kulttuurista mitään, 20 = ymmärrykseni taiteesta ja kulttuurista on hyvä/laaja)
<i>Kehittyä pajan aiheena olevassa taidossa</i>	Asteikolla 1–20, miten arvioisit taitojasi ko. toiminnossa tällä hetkellä? Oletko oppinut/oivaltanut viimeisen 7 päivän aikana uusia asioita ko. toimintoon liittyen? Listaa kaikki asiat, huomioi myös pienet (mikrotason) onnistumiset.	1–20 (1 = täysin surkea, 20 = tosi hyvä) avovastaus
<i>Vähentää alkoholinkäyttöä</i>	Kuinka monta annosta alkoholia olet käyttänyt kuluneen viikon (7 päivän) aikana?	annosmäärä
<i>Ajanviettotapojen monipuolistuminen (muuta kuin alkoholin juominen tai päämäärätön koneella istuminen)</i>	Kuinka monena iltana viimeisen 7 päivän aikana sinulla on ollut jotakin muuta tekemistä kuin kaljan juominen/päämäärätön tietokoneella istuminen?  Mitä muita ajanviettotapoja sinulla on viimeisen 7 päivän aikana ollut? Mitä olet tehnyt niinä iltoina, joita et ole viettänyt juoden kaljaa/päämäärättömästi koneella istuen?	0–7 pvä  avovastaus

### **Taiteen ja kulttuurin ymmärryksen sekä taitojen kehittyminen**

Ville toivoi taiteen ja kulttuurin ymmärryksensä ja pajan aiheena olevan toiminnon osaamisensa paranevan pajalla käymisen myötä. Kummankaan tavoitteen osalta ei seurantakuvioiden perusteella tapahtunut muutosta seurantajakson aikana, eli seurantakuviot eivät muodostaneet nousevaa tai laskevaa trendiä. Kuvassa 10 esitetään seurantakuvioiden pajan aiheena olevaan taitoon liittyen. Kuvassa vastausasteikko on informaation tiivistämiseksi uudelleenluokiteltu asteikolle 1–10.



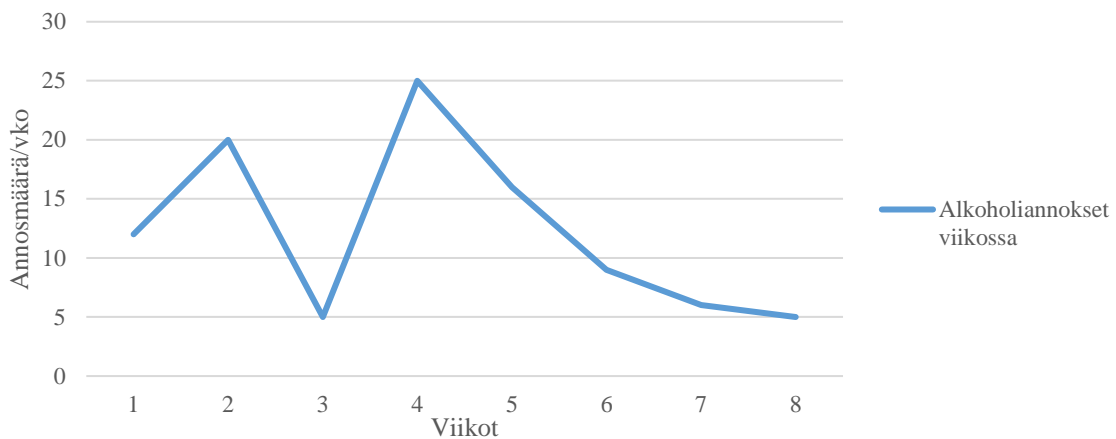
*KUVA 10. Villen kokemus pajan aiheena olevan taidon osaamisesta*

Ville itse arvioi loppuhaastattelussa, että molemmissa tavoitteissa oli tapahtunut pientä edistystä. Taidon kehittymisen suhteen Ville koki, että pajalle osallistumisella ja sieltä saadulla ohjauksella oli edistävä vaikutus. Taiteen ja kulttuurin ymmärryksen lisääntymisessä Villen sijaan arvioi oman kiinnostuksen ja harrastuneisuuden olleen tavoitetta edistävä tekijä, eikä pajalla käymisellä ollut vaikutusta tavoitteeseen.

### **Alkoholinkäytön väheneminen ja vaihtoehtoisten ajanviettopojen löytäminen**

Villen tavoitteena oli vähentää alkoholinkäyttöä määrällisesti ja löytää iltoihin muuta tekemistä, kuin oluen juominen tai päämäärätön internetissä surffailu. Nämä tavoitteet liittyivät myös yhteen.

Kuvasta 11 näkyy, että Villen käyttämien alkoholiannosten määrä vaihteli viikoittain. Kuvassa viikoittaisten annosmäärien vaihtelu on suurta, mikä vaikeuttaa johtopäätösten tekoa (Rubin & Knox 1996, 41–42). Loppuhaastattelussa Ville kertoi korkean kulutuksen viikoille osuneen ensin vuosittaisen juhlapyhän ja sen jälkeen kaverin syntymäpäiväjuhlien. Poikkeavan korkeille havainnoille viikoilla 2 ja 4 löytyi siis selitys poikkeavista olosuhteista Villen arjessa. Seurantajakson loppupuoliskolla alkoholinkäytössä näkyy kuitenkin laskeva trendi.

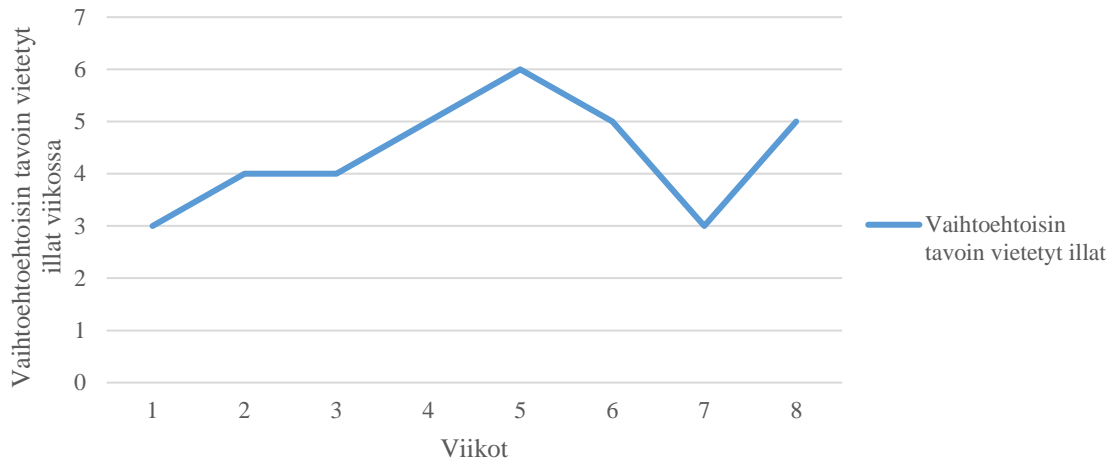


KUVA 11. Villen alkoholinkäyttö

Ville itse arvioi loppuhaastattelussa, että alkoholinkäytössä kehitys on menossa oikeaan suuntaan. Villen mukaan hänen oma motivaationsa on ollut tässä muutoksessa avainasemassa. Ville kertoi jo alkuhaastattelussa alkaneensa kiinnittää huomiota alkoholinkäyttönsä. Koska lähtötasoseurantaa ei ole tehty, ei Villen seurantajakson aikaista kulutusta voida verrata tutkimusjaksoa edeltävään tilanteeseen. Ville kuvasi loppuhaastattelussa onnistuneensa viikoittaisten annosten vähentämisessä ja kertoi tämän tapahtuneen kerralla juotujen annosmäärien vähenemisen kautta. Koska seurannassa kysyttiin ainoastaan viikoittaisten annosten kokonaismäärää, ei juotujen annosten jakautuminen eri viikonpäiville tule seurannassa näkyviin. Loppuhaastattelussa Ville kertoi tavoitteenaan olevan edelleen vähentää alkoholinkäyttöä niin, että arki-iltaisain ei tulisi juotua. Haasteeksi Ville koki kaveripiirin, jossa aikaa oli tapana viettää myös arkisin aikaa olutta juoden.

Toinen, välillisesti myös alkoholinkäyttöön liittyvä tavoite Villellä olikin oluen juomiselle ja tietokoneella istumiselle vaihtoehtoisten ajanviettopapojen löytäminen. Iltojen ajanviettokeinoja seurattiin niin ikään Villen itse toteuttaman käyttäytymisen seurannan avulla. Ville laski viikoittain, kuinka monena iltana hänellä oli ollut jotakin vaihtoehtoista tekemistä. Lisäksi Ville listasi vaihtoehtoisia tekemisiään. Kuvasta 12 näkee, että seurantajakson alkupuolella trendi on ollut vaihtoehtoisin tavoin vietettyjen iltojen suhteen kasvava, mutta seurannan loppupuolella kaljaa juoden tai tietokoneella vietettyjen iltojen määrä on taas nousut.





*KUVA 12. Villen oluen juomiselle ja päämäärättömälle tietokoneella istumiselle vaihtoehtoisia ajanviettotapoja sisältäneiden päivien määrä viikon aikana.*

Vaihtoehtoisin tavoin vietettyjen iltojen määrä vaihtelee välillä 3–6, mediaanin ollessa seurannan ensimmäisellä puoliskolla 4 ja loppupuoliskolla 5. Kuvion perusteella vaihtoehtoisin tavoin vietettyjen iltojen määrä näyttää olevan jakson loppupuolella hieman alkupuoliskoa suurempi, viikon 7 notkahdusta lukuun ottamatta. Koska seurattava yksikkö on viikonpäivien määrä, ei trendi voikaan jatkuvasti olla noususuuntainen. Ajanviettotapojen laadullisesta listaamisesta näkee, että Ville on viettänyt joka viikko aikaa lukien. Loppuhaastattelussa hän kertoo lukemisesta tulleen hänelle uusi harrastus.-Kulttuuripajalla Ville ei nähnyt olleen vaikutusta alkoholinkäyttöön tai vaihtoehtoisten ajanviettotapojen löytämiseen, koska pajan toiminnot ajoittuivat päiväaikaan ja juominen iltoihin.

## 6.6 Hanna

Hanna<sup>7</sup> osalta tutkimus ajoittui hänen pajalle osallistumisensa alkuviikkoihin: hän oli alkuhaastattelun hetkellä ollut mukana toiminnassa viikon ajan. Hän osallistui seurantajaksolla useille eri pajoille viikoittain. Taulukkoon 6 on tiivistetty Hannan osallistumiselleen asetamat tavoitteet.

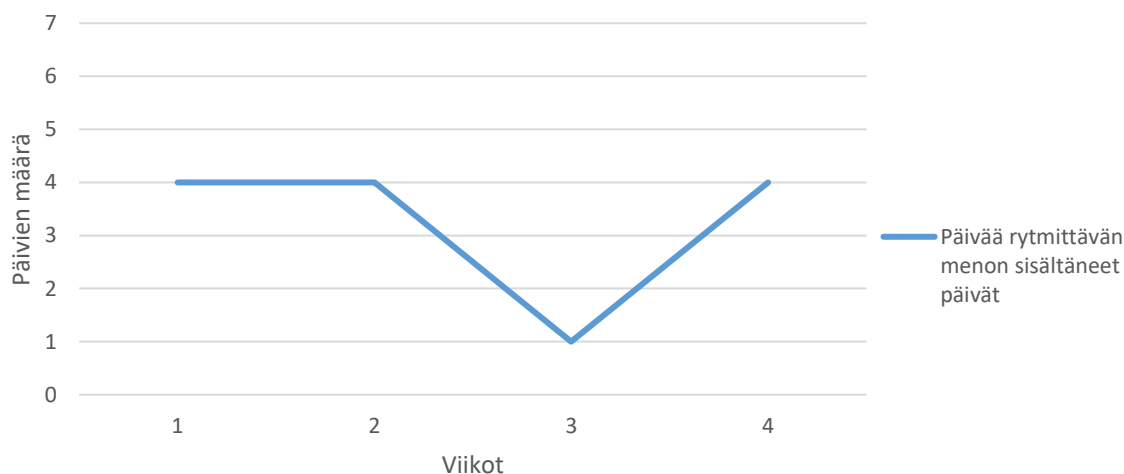
<sup>7</sup> Hannasta käytetään myöhemmin tutkielmassa myös tunnistekoodia V6

## TAULUKKO 6. Hannan tavoitteet ja seurantamittarit

TAVOITE	SEURANTAKYSYMYS	ASTEIKKO
Saada päiviin rytmiä	Kuinka monena päivänä viimeisen viikon (7 pvä) aikana sinulla on ollut jokin päivää rytmittävä meno/asia?	0–7 pvä
Saada onnistumisen kokemuksia	Kuinka monena päivänä viimeisen viikon (7 pvä) aikana olet kokenut onnistumisen kokemuksia?	0–7 pvä
Yleisen jaksamisen parantuminen, että jaksaisi tehdä kodin perusaskareet	Oletko jaksanut tällä viikolla tehdä kodin arkiaskareet (tiskaus, perussivous jne)?	1–5 (1 = en mitään, 5 = olen jaksanut kaiken mitä suunnittelin)
Yksinäisyyden väheneminen	Oletko kokenut itsesi tällä viikolla yksinäiseksi?	1–5 (1 = en lainkaan, 5 = jatkuvasti)
Masentuneisuuden/itsetuhoisuuden väheneminen	Kuinka monen päivänä kuluneen viikon (7 pvä) aikana sinulla on ollut itsetuhoisia ajatuksia?	0–7 pvä

### Päivärytmi

Hanna kuvasi alkuhaastattelussa masennukseen liittyvää päivärytmin sekoittumista ja vaikeutta lähteä kotoa. Hannan ensimmäinen tavoite olikin saada pajan avulla päiviinsä rytmiä ja tekemistä. Tätä seurattiin viikoittain mittaamalla niiden päivien määrää, jolloin Hannalla oli päivässään jokin päivää rytmittävä meno (ks. kuva 13).



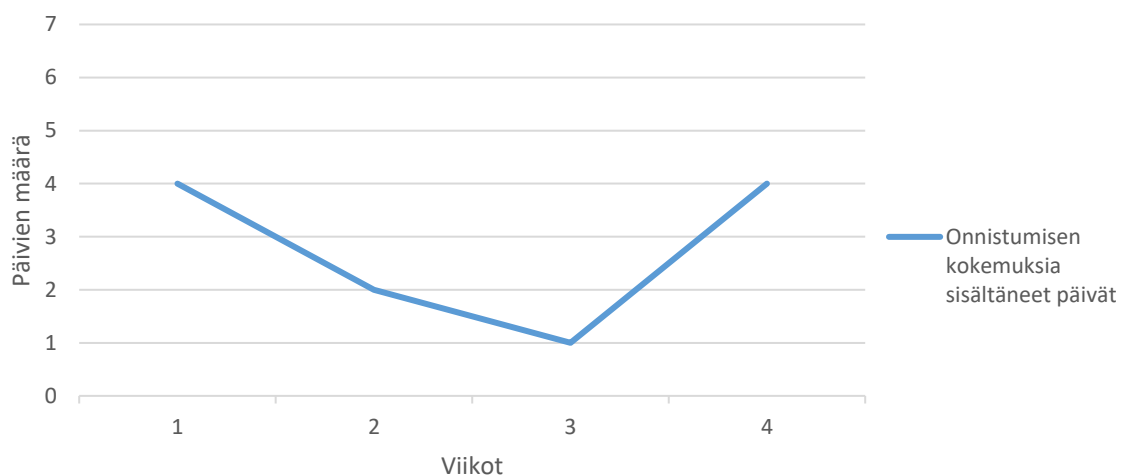
KUVA 13. Hannan päivää rytmittäviä menoja sisältäneet päivät viikossa

Seurantakuvio perusteella Hannalla oli seurantajakson aikana päiväänsä rytmittävää tekemistä pääosin neljänä päivänä viikossa, yhden viikon kohdalla on näkyvissä poikkeava arvo.

Seurannassa ei tule esiin nousevaa tai laskevaa trendiä tekemistä sisältävien päivien määrässä. Hanna kertoi loppuvastauksissaan nimenomaan pajalla käymisen tuoneen hänen toivomaansa rytmiä päiviin. Tämä näkyy myös seurantakuviossa viikolla 3, jolloin pajalla ei järjestetty toimintaa. Hanna kuvasi, että verrattuna aikaan ennen pajalle osallistumista, on tekemistä sisältävien päivien määrä lisääntynyt selvästi. Kasvava trendi olisi siis ollut näkyvä, mikäli lähtötasomittauksia ennen pajalla käynnin aloittamista olisi tehty. Seurannan lopussa Hanna kuvasi tekemisen määrän olevan nyt hyvällä tasolla.

### Onnistumisen kokemukset

Hanna kuvasi alkuhaastattelussa masennukseen liittyvän jatkuvia epäonnistumisen kokemuksia, joiden vastapainoksi hän toivoi saavansa pajalta onnistumisen kokemuksia. Niitä mitattiin niin ikään laskemalla viikoittain päiviä, joihin oli sisältynyt onnistumisen kokemus. Näiden päivien määrä seurantajaksoilla vaihteli 1–4 päivässä (kuva 14).



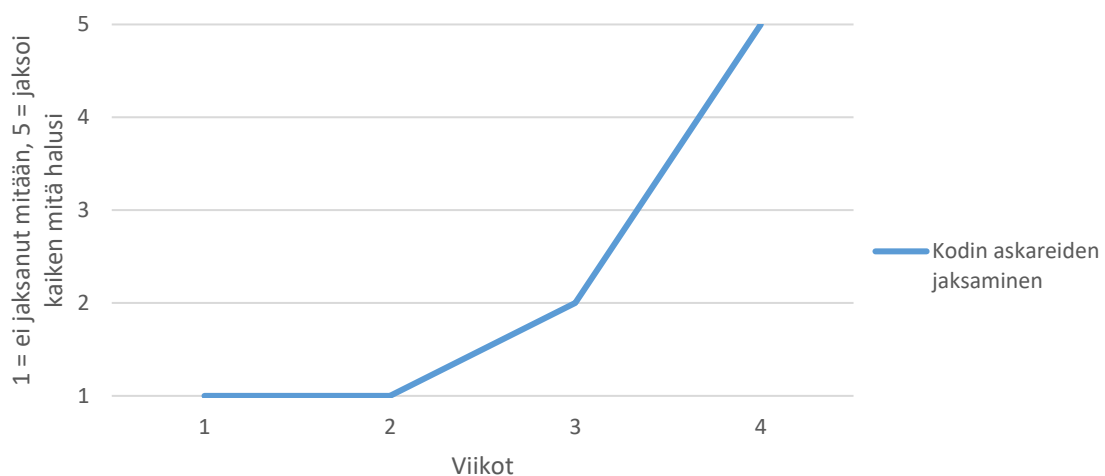
*KUVA 14. Hannan onnistumisen kokemuksia sisältävien päivien määrä viikossa*

Seurannan perusteella onnistumisen kokemuksia oli seurantajakson aikana useampana päivänä viikossa mutta säännönmukaista trendiä kuvioon ei muodostu. Koska lähtötasomittauksia ei ole tehty, ei kuvion perusteella voida tehdä tulkintoja onnistumisen kokemusten lisääntymisestä tai vähenemisestä Hannan elämässä. Hanna kuitenkin kuvasi alkuhaastattelussa kokeneensa ennen toimintaan mukaan tuloa jatkuvasti itsensä epäonnistuneeksi. Kerrottuun

lähtötilanteeseen verrattuna onnistumisen kokemusten voi siis sanoa lisääntyneen. Loppuhaastattelussa Hanna kuvaili saaneensa onnistumisen kokemuksia nimenomaan pajan toiminnasta. Hannan mukaan onnistumisen kokemuksia lisäsivät seurannan alussa etenkin uudet ihmiskontaktit pajalla. Seurannan lopussa Hanna kuvasi onnistumisen tunteita tulleen siitä, kun hän huomasi oman vointinsa kohentuneen selvästi.

## Jaksaminen

Hanna toivoi pajan toimintoihin osallistumisen parantavan yleistä jaksamistaan. Hän koki oman jaksamisensa mittarina kodin askareiden suorittamisen. Hän kuvasi, että ollessaan todella masentunut, ei jaksa tehdä mitään kotitöitä ja esimerkiksi tiskit saattavat olla viikkoja tiskaamatta. Jaksamista mitattiin seurannassa viisiportaisella yksilöllisellä asteikolla, jonka avulla Hanna arvioi viikoittaista jaksamistaan suhteessa kotitöihin, joita hänellä oli ollut tehtävänä. Hannan jaksamisen kehitys on kuvattu kuvassa 15.



KUVA 15. Hannan jaksaminen kodin askareissa

Kuviossa näkyy nouseva trendi, jonka perusteella Hannan jaksaminen koheni seurantajakson aikana selvästi. Koska seuranta ei ole jatkettu, ei voida tietää säilyykö saavutettu jaksamisen taso seurantajakson jälkeen. Seurannan perusteella ei voi päätellä, onko viimeisen viikon huomattavasti muita korkeampi arvo seurausta jostakin poikkeavasta olosuhteesta Hannan elämässä. Lyhyen seurannan vuoksi ei myöskään voida arvioida, onko Hannan jaksamisessa

ollut aiemmin aaltoilua ja suurta vaihtelua, joka selittäisi äkillistä muutosta (Rubin & Knox 1996, 41–43).

Hanna itse kuvaili nousevan kuvion vastaavan hänen omaa kokemustaan jaksamisestaan. Hannan mukaan hänen jaksamisensa parantui jakson aikana selvästi. Hanna myös kuvasi nimenomaan pajalla käymisen vaikuttaneen positiivisesti jaksamiseen kotona ja arjessa. Etenkin pajan vaihteleva toiminta, sen tuoma rytmi päiviin ja pajalla saadut ihmiskontaktit olivat Hannan mielestä syy jaksamisen kohenemiseen.

## **Yksinäisyys**

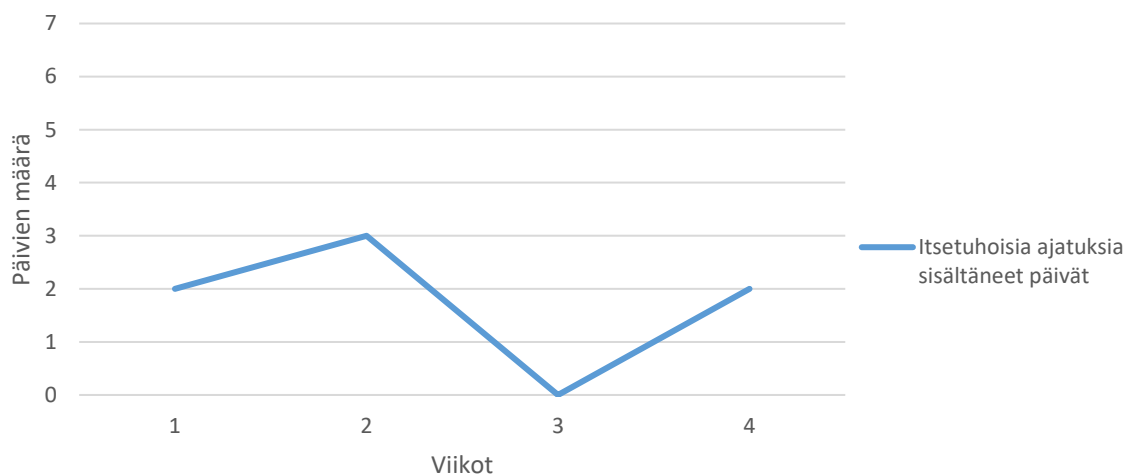
Alkuhaastattelussa Hanna kertoi hakeutuneensa mukaan toimintaan kokemansa yksinäisyyden vuoksi. Seurannan mukaan Hanna koki seurantajakson yksinäisyyttä ainoastaan harvoin, asteikolla 1–5 Hannan vastaus oli koko seurantajakson ajan 2. Yksinäisyyden kokemus ei vähentynyt jakson aikana, mutta tavoitteen tason voi sanoa pysyneen hyvänä.

Mittausten tulos vastaa Hannan kokemusta seurantajakson koetusta yksinäisyydestä. Hannan mukaan yksinäisyyttä esiintyi myös seurannan aikana, mutta se oli vähäistä. Hanna kuvasi yksinäisyyden kokemuksissa olleen päivittäistä vaihtelua. Tämä ei tullut esiin seuranta-kuviossa, koska seurantakysymyksen kysymyksenasettelu ohjasi Hannaa arvioimaan yksinäisyyttä viikkotasolla. Koska lähtötasomittauksia ei ole tehty, ei seurannan tuloksia voi verrata Hannan kokemaan yksinäisyyteen ennen pajalla käymistä. Hanna kuitenkin kuvasi sekä alku- että loppuhaastattelussa yksinäisyyden olleen yksi suurimmista syistä, miksi hän hakeutui mukaan toimintaan.

Hannan mukaan pajalla käyminen vaikutti yksinäisyyden kokemuksen helpottamiseen. Hanna kuvasi suhtautumisensa yksinäisyyteen muuttuneen: hän ei seurantajakson lopussa kokenut yksinäisyyttä enää haittana, vaan yksin olemisesta oli tullut voimavara. Hanna kuvasi, että kun päivissä oli sosiaalista, kodin ulkopuolelle suuntautuvaa tekemistä, niin yksin oleminen ei tuntunut enää ahdistavalta, vaan toi voimia.

## Masentuneisuus

Hanna toivoi masennuksensa helpottavan toimintaan osallistumisen myötä. Hän määritteli alkuhaastattelussa masennuksensa määrää kuvaavaksi tekijäksi itsetuhoisten ajatusten määrän. Masentuneisuutta mitattiin seurannassa siis epäsuoralla, itsetuhoisia ajatuksia sisältäneiden päivien määrää viikossa kartoittavalla kysymyksellä. Mittarin tulokset esitetään kuvassa 16.



KUVA 16. Hannan itsetuhoisia ajatuksia sisältäneiden päivien määrä viikossa

Seurantakuviosta näkee, että jakson aikana Hannalla oli itsetuhoisia ajatuksia 0–3 päivänä viikossa. Itsetuhoisten ajatusten esiintymisessä ei ole havaittavissa nousevaa tai laskevaa trendiä, vaan niitä sisältäneiden päivien määrä on vaihdellut viikoittain. Kuvion perusteella ei voi tehdä johtopäätöksiä Hannan masennuksen pahenemisesta tai helpottamisesta.

Seurantajakson lopussa Hanna kertoi masennuksen tunteiden helpottaneen selvästi jakson aikana, vaikka itsetuhoisia ajatuksia olikin esiintynyt. Mittari ei siis onnistunut tavoittamaan Hannan masennuksessaan kokemaa muutosta. Hannan mukaan pajalla käyminen edisti masennuksen helpottamista. Hänen mukaansa kodin ulkopuolinen toiminta auttoi viemään ajatukset pois omasta ahdistuksesta. Erityisesti muiden ihmisten läsnäolo ja keskittyminen toimintaan ahdistavista asioista puhumisen sijaan oli Hannan mielestä ollut toiminnassa tätä tavoitetta edistävää.

## 6.7 Väinö

Väinö<sup>8</sup> osallistui seurantajakson aikana yhteen ryhmään silloin tällöin. Väinö toivoi toiminnalta elämäänsä lisää mahdollisuuksia harrastaa kyseisen ryhmän aiheena olevaa toimintaa ja kehittyä siinä. Väinön tavoitteet liittyivätkin ryhmän sisältöihin. Tavoitteet ja seurantamittarit esitetään taulukossa 7.

TAULUKKO 7. Väinön tavoitteet ja seurantamittarit

TAVOITE	SEURANTAKYSYMYS	ASTEIKKO
<i>Ryhmän kehittyminen ammattimaisempaan suuntaan</i>	Oliko ryhmässä kuluneella viikolla mielestäsi tarpeeksi ammattimaisia sisältöjä?	1–3 (1 = ei ollenkaan, 2 = vähäsen/osittain 3 = oli juuri sitä mitä toivoin)
<i>Kehittyä ryhmän aiheena olevassa toiminnossa</i>	Koetko kehittyneesi/oppineesi uusia asioita ryhmän aiheeseen liittyen kuluneella viikolla? Listaa oppimasi asiat, huomioi pienetkin oivallukset.	avovastaus
<i>Uusien mahdollisuuksien/teiden avautuminen harrastuksessa</i>	Onko sinulle kuluneella viikolla avautunut uusia mahdollisuuksia ryhmän aiheena olevan harrastuksen suhteen?	1 = ei ole, 2 = on, mitä
<i>Ryhmän yleinen mielekkyys</i>	Kuinka mielekkääksi koit ryhmän sisällön kuluneella viikolla?	1–3 (1 = ei ollenkaan mielekästä, 3 = tosi mielekästä)
<i>Sosiaalisen ahdistuksen väheneminen</i>	ei seurantakysymystä	-

Väinö vastasi seurantakyselyyn seitsemän viikon seurannan aikana ainoastaan viikoilla 1 ja 3. Loppuhaastattelussa Väinö kertoi, että oli osallistunut pajalle seurantajakson aikana useammin, mutta kyselyyn vastaaminen oli jäänyt. Väinö kuvasi vastaamattomuuden liittyneen omaan psyykkiseen pahoinvointiin seurantajakson aikana. Väinön kahdesta seurantavastauksesta selviää, että vastausviikoilla hän oli ollut pajan sisältöön tyytyväinen. Toisella kyseisistä viikoista hän kertoi myös oppineensa uutta ryhmän aiheena olevasta toiminnosta. Uusia mahdollisuuksia harrastaa kyseistä toimintaa ei seurantajaksolla syntynyt. Loppuhaastattelussa Väinö kuvasi ryhmän sisältöjen olleen mielekkäitä. Hän kertoo pajalle osallistumisen antaneen hänelle mahdollisuuden harrastaa toivomaansa asiaa. Pajalla käymisen lisäksi Väinöllä ei seurantajaksolla ole ollut muita kodin ulkopuolisia harrastuksia. Väinö kuvasi useita onnistumisen kokemuksia pajalla: niille yhteistä oli pajan ohjaajalta saatu kan-

<sup>8</sup> Väinöstä käytetään myöhemmin tutkielmassa myös tunnistekoodia V7

nustus sekä kokemus siitä, että epäonnistumiseen suhtaudutaan hyväksyvästi jolloin epäonnistumiset eivät aiheuta pelkoa yrittää uudelleen. Sosiaalisen ahdistuksen kokemusten muuttamisesta seurannan aikana Väinö ei osannut sanoa, mutta kertoi että pajalla sosiaalisen ahdistuksen kokemuksia ei esiinny.

## 6.8 Yhteenveto

### 6.8.1 Osallistujien toiminnalle asettamat tavoitteet

Tässä alaluvussa tehdään yhteenveto osallistujien toiminnalle asettamista tavoitteista ja niiden edistymisestä. Yhteensä tutkimuksessa seurattavia tavoitteita kaikilla seitsemällä osallistujalla<sup>9</sup> oli 31. Taulukossa 8 esitetään osallistujien toiminnalle asettamat tavoitteet teemoiteltuna tavoitteiden sisällön mukaisiin aihepiireihin. Lisäksi taulukossa esitetään sisällönerittelyn kautta tehdyt kvantifioinnit kuhunkin teemaan kuuluneiden tavoitteiden määrästä sekä siitä, kuinka moni osallistuja asetti kyseiseen teemaan liittyvän tavoitteen.

TAULUKKO 8. Yhteenveto osallistujien tavoitteista (n = 7, tavoitteita 31)

	Tavoitteet (suluissa osallistujan koodi)	Tavoitteiden määrä	n
<i>Psyykkiseen hyvinvointiin liittyvät tavoitteet</i>	Itseluottamuksen parantuminen (V1, V2); Vastuunoton helpottuminen (V2), Stressin hallinta (V3), Masennuksen/itsetuhoisuuden tunteiden helpottuminen (V6); Onnistumisen kokemusten saaminen (V6), Omien voimavarojen realistinen tunnistaminen (V4) Tulevaisuuden tavoitteiden löytäminen (V4)	8	4
<i>Sosiaalisiin suhteisiin liittyvät tavoitteet</i>	Ystävät joiden kanssa viettää aikaa (V1), Tukea antavat ihmissuhteet (V4), Kodin ulkopuolisen sosiaalisen tekemisen lisääntyminen (V1), Yhteisöllisyyden kokeminen (V1), Sosiaalisten tilanteiden ja ryhmässä olemisen helpottuminen (V2), Tunne että voi olla oma itsensä (V4), Yksinäisyyden väheneminen (V1, V6), Tarpeellisuuden tunteen lisääntyminen (V1)	9	4
<i>Arkiset muutokset</i>	Päiviin mielekäs sisältö (V3), Päivää rytmittävä tekeminen (V6), Oman pajan ohjaaminen (V2), Uudet ajanviettotavat (V5), Parempi jaksaminen arjessa (V3, V4, V6), Alkoholinkäytön vähentäminen (V5)	8	5
<i>Tietyn ryhmän sisältöön liittyvät tavoitteet</i>	Kulttuurisen ymmärryksen lisääntyminen (V5), Kehittyminen ryhmän aiheena olevassa taidossa (V5, V7), Ryhmän yleinen mielekkyys (V7), Ryhmän kehittyminen ammattimaisempaan suuntaan (V7), Uusien mahdollisuuksien avautuminen harrastuksessa (V7)	6	2

<sup>9</sup> Osallistujiin viitataan tässä luvussa pääosin tunnistekoodilla: Milla V1, Tuukka V2, Perttu V3, Sarah V4, Ville V5, Hanna V6, Väinö V7



Osallistujien toiminnalle asettamat tavoitteet jakautuivat neljään teemaan: psyykkiseen hyvinvointiin liittyviin tavoitteisiin, sosiaalisiin suhteisiin liittyviin tavoitteisiin, arkisiin muutoksiin ja tietyn ryhmän sisältöön liittyviin tavoitteisiin. Kahden osallistujan tavoitteet liittyivät pääosin tietyn ryhmän sisältönä oleviin asioihin, kuten uuden taidon oppimiseen tai juuri tietyn harrastuksen mahdollistumiseen omassa elämässä. Useammalla osallistujalla esiintyneitä samoja tavoitteita oli itseluottamuksen paraneminen, arkisen jaksamisen paraneminen, yksinäisyyden väheneminen, tekemisen ja sisällön saaminen päiviin sekä tietyssä toiminnossa kehittyminen. Yleisimmät tavoitteet vastaavat aiempien kulttuuripajasta tehtyjen arviointien tuloksia (Sosped 2016a; 2016b; Koskela ym. 2011).

### **6.8.2 Osallistujien tavoitteissa tapahtuneet muutokset tapauskohtaisen seurannan ja haastatteluaineiston valossa**

Tässä luvussa tiivistetään osallistujien asettamien tavoitteiden tasossa esiintyneet muutokset toimintaan osallistumisen aikana. Ensiksi käsitellään tapauskohtaisessa seurannassa esiintulleet muutokset, jonka jälkeen tarkastelua laajennetaan myös haastatteluaineistossa kuvattuihin muutoksiin. Tarkastelussa on mukana kuuden osallistujan aineisto, yhteensä 27 tavoitteella<sup>10</sup>.

#### **Tapauskohtaisessa seurannassa esiintulleet muutokset**

Tapauskohtaisen seurannan perusteella *neljällä osallistujalla* tapahtui seurannan aikana edistymistä vähintään yhdessä tavoitteessaan. Yhteensä edistyneitä tavoitteita oli viisi, eli yhdellä osallistujalla edistymistä tapahtui kahdessa tavoitteessa. Heikentymistä tapahtui *kahdella osallistujalla*, yhteensä neljässä tavoitteessa. Yhden osallistujan kohdalla muutoksia ei tapahtunut yhdessäkään tavoitteessa.

Tavoitteet, joissa oli tapauskohtaisessa seurannassa näkyvä muutos toivottuun tai epätoivottuun suuntaan, on tiivistetty taulukkoon 9. Taulukossa tavoitteet on eroteltu niihin, joihin osallistuja koki pajalla olleen vaikutusta ja niihin, joihin pajalla ei osallistujan kokemuksen mukaan ollut vaikutusta.

---

<sup>10</sup> Väinön (V7) tavoitteet on jätetty analyysin ulkopuolelle, koska hän vastasi seurantakyselyyn ainoastaan kahdesti eikä seurannan perusteella näin ollen voi tehdä luotettavia päätelmiä tavoitteiden suhteen tapahtuneista muutoksista.

*TAULUKKO 9. Osallistujien tavoitteiden tasossa tapahtuneet muutokset tapauskohtaisen seurannan valossa (n = 6, tavoitteita 27)*

	<i>Seurannassa näkyvä muutos toivottuun suuntaan</i>	<i>Seurannassa näkyvä muutos epätoivottuun suuntaan</i>
<i>Pajalla vaikutusta muutokseen</i>	Vireystilan ja jaksamisen pysyminen sellaisena, että jaksaa tehdä tarvittavat asiat (V3)  Yleisen jaksamisen parantuminen, että jaksaisi tehdä kodin perusaskareet (V6)	Kokea yhteisöllisyyttä/ porukalla tekemisen meininkiä pajalla (V1)
<i>Pajalla ei vaikutusta muutokseen</i>	Omien voimavarojen tunnistaminen niin, että sovitut asiat tulisi tehtyä (V4)  Vähentää alkoholinkäyttöä (V5)  Ajanviettopojen monipuolistuminen (muuta kuin alkoholin juominen tai päämäärätön koneella istuminen) (V5)	Yksinäisyys (V1)  Saada lisää tavoitteita tulevaisuudelle (V4)  Kokea, että tulee hyväksytyksi omana itsenään (V4)

Seurantakuvioiden perusteella 16 tavoitetta siis säilyi samalla tasolla koko seurannan ajan, eli seurantakuvioissa ei ollut näkyvissä nousevaa tai laskevaa trendiä. Kuudessa näistä muuttumattomana pysyneistä tavoitteista tavoitteen taso säilyi hyvänä koko seurannan ajan, eli mitatut arvot olivat tasaisesti asteikon ylälaidassa. Tarkempi taulukko tavoitteista osallistujittain on liitteessä 4.

Kaksi osallistujaa koki pajalla olleen edistävää vaikutusta arkisen jaksamisen lisääntymiseen. Pajaan liittyvät tekijät heikensivät yhden osallistujan toivomaa yhteisöllisyyden kokemista pajalla. Muihin seurannassa näkyviin tavoitteiden edistymisiin tai heikentymisiin osallistajat eivät kokeneet pajalla käynnin vaikuttaneen.

### **Haastatteluaineistossa kuvatut muutokset**

Haastatteluaineistossa osallistujien tavoitteissa tapahtunut edistyminen näyttäytyy tapauskohtaisen seurannan tuloksia yleisempänä. Tavoitteita, joissa osallistajat kokivat tapahtuneen pajalla käymisen aloittamisen jälkeen muutoksia, oli haastatteluaineiston kuvausten

perusteella 21. Haastatteluista välittyvän kuvan mukaan siis suurimmassa osassa osallistujien tavoitteista oli tapahtunut muutoksia. *Edistyneitä tavoitteita oli viidellä osallistujalla kuudesta.* Neljällä näistä viidestä edistyneitä tavoitteita oli useampia kuin yksi. Kolme osallistujaa kuvasi tavoitteissaan tapahtuneen heikentymistä. Haastatteluiden tulokset tavoitteissa tapahtuneiden muutosten suhteen esitetään taulukossa 10.

*TAULUKKO 10. Osallistujien tavoitteiden tasossa tapahtuneet muutokset haastatteluai-  
neiston valossa (n = 6, tavoitteita 27)*

	<i>Haastattelussa kuvattu muutos toivottuun suuntaan</i>	<i>Haastattelussa kuvattu muutos epätoivot- tuun suuntaan</i>
<i>Pajalla vai- kutusta muu- tokseen</i>	<p>Kokea yhteisöllisyyttä/ porukalla tekemisen meininkiä pajalla (V1)</p> <p>Tuntea itsensä tarpeelliseksi (V1)</p> <p>Itseluottamuksen lisääntyminen (V1, V2)</p> <p>Saada elämään lisää kodin ulkopuolista, sosi- aalista tekemistä (V1)</p> <p>Saada ystäviä, joiden kanssa viettää aikaa (V1)</p> <p>Yksinäisyyden väheneminen (V1, V6)</p> <p>Sosiaalisten tilanteiden hallitseminen/hel- pottuminen (V2)</p> <p>Saada päiviin sisältöä ja tekemistä (V3)</p> <p>Stressin hallinta/pysyminen siedettävällä ta- solla (V3)</p> <p>Vireystilan ja jaksamisen pysyminen sellai- sena, että jaksaa tehdä tarvittavat asiat (V3)</p> <p>Masentuneisuuden/itsetuhoisuuden vähene- minen (V6)</p> <p>Kehittyä pajan aiheena olevassa taidossa (V5)</p> <p>Yleisen jaksamisen parantuminen, että jak- saisi tehdä kodin perusaskareet (V6)</p> <p>Saada päiviin rytmiä (V6)</p> <p>Saada lisää voimavaroja ja onnistumisen ko- kemuksia (V6)</p>	<p>Kokea yhteisöllisyyttä/ porukalla tekemi- sen meininkiä pajalla (V1)</p> <p>Tuntea itsensä tarpeelliseksi (V1)</p> <p>Itseluottamuksen lisääntyminen (V1, V2)</p>
<i>Pajalla ei vaikutusta muutokseen</i>	<p>Ajanviettotapojen monipuolistuminen (muuta kuin alkoholin juominen tai päämäärätön ko- neella istuminen) (V5)</p> <p>Vähentää alkoholinkäyttöä (V5)</p> <p>Ymmärtää paremmin taidetta ja kulttuuria (V5)</p>	<p>Oman jaksamisen pysyminen sellaisena, että arki rullaa ja jaksaa osallistua johon- kin kodin ulkopuoliseen toimintaan (V4)</p> <p>Yksinäisyyden väheneminen (V1)</p>

Taulukosta 10 näkee, että kuuteentoista tavoitteeseen pajalla käymisellä oli osallistujien kuvausten mukaan ollut edistävä vaikutus ja kolmeen heikentävä vaikutus. Osaan tavoitteista pajalla oli ollut sekä edistävä, että heikentävä vaikutusta. Tällöin osallistuja kuvasi tavoitteessa tapahtuneen aiemmin pajan johdosta edistystä, ja nyt myöhemmin taas heikentymistä. Kaksi osallistujaa kuvasi pajaan liittyvillä tekijöillä olleen johonkin tavoitteeseensa heikentävää vaikutusta.

Haastatteluissa osa osallistujista toi esiin myös sellaisia toiminnan mukanaan tuomia muutoksia, joita ei alkuhaastattelussa oltu asetettu tavoitteeksi. Milla kuvasi pajalla käymisen helpottaneen sosiaalisten tilanteiden pelkoa ja Perttu koki itseluottamuksensa parantuneen pajan ansiosta.

Suuri ero tapauskohtaisen aineiston ja haastattelujen tuloksissa selittyy *aika-ulottuvuudella*. Haastatteluissa osallistujat kuvasivat muutosten tapahtuneen ajallisesti ennen seurantajakson alkua. Osa kuvasi muutoksen tavoitteessa tapahtuneen alkuhaastattelun ja seurannan aloittamisen välisenä aikana. Osittain nämä ennen seurantaa tapahtuneet muutokset näkyivät myös seurannassa tavoitteen hyvänä tasona.

## **7 OSALLISTUJIEN TAVOITTEITA EDISTÄVÄT JA ESTÄVÄT TEKIJÄT KULTTUURIPAJALLA**

Tässä luvussa tarkastellaan osallistujien tavoitteita edistäneitä ja estäneitä tekijöitä kulttuuripajatoiminnassa. Aluksi esitetään haastatteluaineiston aineistolähtöisen sisällönanalyysin tulokset. Lopuksi tehdään realistisen arvioinnin logiikan pohjalta joitakin alustavia havain-  
toja kulttuuripajatoiminnan mekanismeista.

### **7.1 Tavoitteita edistävät ja estävät tekijät**

Osallistujien haastatteluissa esiin tuomista, tavoitteita edistävästä ja estävästä tekijöistä muodostettiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä neljä pääteemaa. Nämä teemat olivat mielekäs tekeminen päiviin, sosiaaliset suhteet, onnistumisen kokemukset ja oman pajan ohjaamiseen liittyvät tekijät.

Taulukossa 11 esitetään analyysissa muodostetut pääteemat ja niiden alle ryhmitellyt alaluokat. Teemojen tai alaluokkien esittämisen järjestys ei kuvaa kyseisen tekijän esiintymisen yleisyyttä tai merkityksellisyyttä suhteessa muihin tekijöihin. Taulukosta näkee, että osallistajat nimesivät tavoitteita edistäneitä tekijöitä estäviä tekijöitä enemmän.

*TAULUKKO 11. Osallistujien tavoitteissa tapahtuneita muutoksia edistäneet ja estäneet tekijät*

	<i>Edistäneet tekijät</i>	<i>Estäneet tekijät</i>
<i>Mielekäs tekeminen päiviin</i>	Pajalla käyminen toi päiviin tekemistä ja rytmiä Kodin ulkopuolinen toiminta-areena Mahdollisuus harrastaa sitä mitä haluaa Saa itse valita mihin osallistuu ja mitä tekee Ryhmien monipuolisuus, hauskuus ja toiminnallisuus	Ennakoimattomuus
<i>Sosiaaliset suhteet</i>	Käytännön harjoitukset sosiaalisesta vuorovaikutuksesta Uudet sosiaaliset kontaktit Salliva ilmapiiri Tuttu ryhmä Yhteisöllisyys / me-henki	Vuorovaikutuksen vastavuorottomuus Yhteisen tekemisen vähentyminen
<i>Onnistumisen kokemukset</i>	Positiiviset kokemukset vuorovaikutuksesta Kehittyminen haluamassaan taidossa Positiivinen palaute Itsen ylittäminen Vertaisohjaajakoulutuksen harjoituksissa onnistuminen Pajan ohjaajalta saadut neuvot ja ohjaajan ammattitaito	
<i>Oman pajan ohjaamiseen liittyvät tekijät</i>	Vaikuttamisen mahdollisuus omaan ryhmään liittyvissä asioissa Tuki pajan ohjaajalta ja vastuun jakaminen Onnistumiset Itsensä kokeminen tarpeelliseksi Vastuu omasta pajasta Kokemus saadusta luottamuksesta	Osattomuus päätöksenteossa Itsen vertaaminen muihin vertaisohjaajiin Epäonnistumisen kokemukset

Edistäneiden ja estäneiden tekijöiden tiivistetyt ilmaukset vastaajittain esitetään liitteessä 5. Seuraavaksi edistäneitä ja estäneitä tekijöitä tarkastellaan teemoittain aineiston ja kirjallisuuden valossa.

### 7.1.1 Mielekäs tekeminen päiviin

Monelle tutkimuksen osallistujalle paja näyttäytyi paikkana, josta saa päiviin tekemistä, mikä taas tuki arkista jaksamista. Kaikki osallistujat kuvasivat mielenterveyden ongelmiin liittyvää kotiin jämähtämistä. Monelle tämä taas oli aiheuttanut päivärytmin sekoittumista, kun kodin ulkopuolisia päivää rytmittäviä rakenteita ei ollut. Jaksamiseensa tukea saaneet kuvasivat tärkeänä aikataulutettua toiminta, jonka kautta päivään tuli rytmi ja joka sai lähtemään kotoa.

*Laura:* Mitkä asiat sua siinä jotenkin auttaa tai tukee tai jotenkin edesauttaa sitä sun rytmin ja jaksamisen pysymistä?

*Perttu:* Kyl siinäkin on tää mielekäs tekeminen.

*Laura:* Niin, eli nää joo.

*Perttu:* Just se, että ne oikeestaan kulkee aika pitkälti yhteistyössä. Perusjaksaminen ja näin, niin kyllä se justiinsa kun saa päiviin mielekästä sisältöä, niin kyllä se auttaa sitten ylipäättään ja auttaa niihin, että jaksaa asioita hoidella ja muutenkin pysyy rytmit kunnossa ja näin. Kyllä mä tänä päivänä koen sen kuitenkin tärkeeks, että ne rytmit on kohillaan, se on vaikee hoidella yhtään mitään asioita jos päivät nukkuu ja yöt valvoo.

Aineisto-otteessa osallistuja kuvaa lisääntyneen toiminnan edistäneen arkista jaksamista myös pajan ulkopuolella. Sama on todettu myös muissa kulttuuripajoilla tehdyissä selvityksissä (Karppinen & Suokas 2010, 22–23; Koskela ym. 2011, 27; Hagelin & Harjunpää 2014, 19, 21). Osallistuja kuvasi pajan lukujärjestystä ja aikataulutusta tärkeänä rytmittävänä tekijänä, koska jo tieto tulevista pajoista ja mahdollisuus suunnitella pajalle tuloa etukäteen olivat osallistujalle tärkeä arjessa jaksamisen tuki. Tämän käänköpuolena äkilliset muutokset pajojen aikatauluissa ja peruutukset vähensivät mahdollisuutta etukäteen luottaa pajan tuomaan arjen helpotukseen.

Mielenterveyden ongelmiin liittyy usein eristäytymistä, vetäytymistä ja yhteiskunnallisten siteiden heikentymistä (Romakkaniemi 2014, 159, 163, 165). Marjo Romakkaniemi (2014, 159) toteaa masennuksesta masennuksen sosiaalisia ulottuvuuksia käsittelevässä tutkimuksessaan, että masennuksen syvetessä ihmiset usein paradoksaalisesti luopuivat juuri niistä tekijöistä, joita tarvitsisivat kuntoutuakseen. Näitä tekijöitä olivat esimerkiksi ihmissuhteet, harrastukset tai onnistumisia tuottavat toiminta-areenat (Romakkaniemi 2014, 159–160). Tässä tutkimuksessa ne osallistujat, jotka kokivat pajalla käymisen edistäneen jaksamistaan arjessa, osallistuivat toimintaan säännöllisesti 2–4 päivänä viikossa. Myös Davidson ja kumppanit (1999, 170) totesivat mielenterveyskuntoutujien vertaistukiryhmien vaikutuksia

tarkastelleessa review-artikkelissaan, että pidemmän aikaa toiminnassa mukana olevat ja siihen sitoutuvat hyötyvät toiminnasta usein eniten tai heidän tilanteensa ei ainakaan heikkene vertaistoimintaan osallistumisen aikana.

Muutos ja kuntoutumisen käynnistyminen edellyttävät itsensä pakottamista lähtemään liikkeelle, ja tähän saattaa motivoida moni asia (Romakkaniemi 2014, 159–160). Motivaatio pajalle tulemiseen liittyi monella osallistujalla heitä henkilökohtaisesti kiinnostaviin ryhmien sisältöihin. Osallistujat kuvasivat pajan mahdollistavan jonkun sellaisen harrastuksen, johon heillä ei muuten ole elämässä ollut mahdollisuutta, kuten bändissä soittaminen tai teatteri. Osallistujien mielekkääksi kokema tekeminen siis toimi vetovoimatekijänä. Tämä on myös keskeinen tausta-ajatus kulttuuripajamallin taustalla (Raivio 2012, 8). Merkityksellisyuden kokemus ja merkityksellisen toiminnan löytäminen omaan elämään on myös recovery-kirjallisuudessa nostettu toipumisen keskeiseksi osatekijäksi (esim. Leamy ym. 2011, 448; Mancini ym. 2005, 53).

Itselle tärkeiden asioiden harrastaminen toi osallistujille mielihyvää. Esimerkiksi ryhmien toiminnallisuus ja osallistujien keskinäinen huumori antoivat pakotien ahdistavilta ajatuksilta, kuten seuraava aineisto-ote kuvaa.

*Hanna:* Ku on näit mielenterveysongelmii ni tuntuu et on niin paljon sitä että joutuu kärsimään sitä ahdistusta ja tuskaa ja ku on yksin kotona ja tulee niitä vaikeita tunteita. Ni koen et tää on jotain ihan muuta, et täällä ei puhuta niistä ongelmista tai ahdistuksista vaan on toimintaa ja saa tehdä jotain ihan muuta ku istuu kotona ja miettii et ku mul ei oo tulevaisuutta ja mä en jaksa mitään. Nii on kiva et on paikka missä voi yhdessä tehdä muiden kaa jotai ja on erilaisii vaihtoehtoi ja niinku ihan jotain muuta ku sitä ahdistavaa.

Mielekäs toiminta voi toimia suojaavana sosiaalisena resurssina elämän stressitekijöitä vastaan (Romakkaniemi 2014, 161). Uuden harrastuksen ja tekemisen myötä osallistujat kuvasivat esimerkiksi stressin ja ahdistuksen vähentyneen tai ainakin jääneen hetkittäin taka-alalle. Myös Spandlerin ja kumppaneiden (2007, 794–795) tutkimuksessa mielenterveyskuntoutujille suunnatuista taideprojekteista nostettiin esille taiteen tekemisen toimimiseen osallistujilla coping-keinona ja antaneen tauon itseen liittyviltä negatiivisilta ajatuksilta (self-harm).



### 7.1.2 Sosiaaliset suhteet

Sosiaalisiin suhteisiin liittyen osallistujat kuvasivat pajan merkitystä ihmisten kohtaamisen mahdollistamisessa. Pajan kautta mahdollistunut, sosiaalisten kohtaamisten lisääntyminen elämässä ja pajalla muodostunut uusi ystävyysuhde vähensivät koettua yksinäisyyttä. Yksinäisyyttä kokeneet osallistujat kuvasivat heillä olleen hyvin vähän tai ei lainkaan perheen ulkopuolisia sosiaalisia kontakteja ennen toimintaan osallistumista.

*Milla:* Nii no silloinhan mä olin jatkuvasti yksinäinen silloin, ennen kuin mä tulin tänne pajalle. Kun ei mulla ollu täällä vielä, perheen ulkopuolisia oikein kontakteja. Niin kyl tää on paljon auttanu.

Yksinäisyyden tunteen vähenemisessä olennaista oli aineisto-otteessa esiin tuleva, sosiaalisten kontaktien määrän lisääntyminen. Yksinäisyyden vähenemiseen liittyi siis konkreettinen yksin olemisen vähentyminen ja että oli joku jonka kanssa viettää aikaa ja tehdä asioita yhdessä. Yksi osallistuja kuvasi sosiaalisten kontaktien lisääntymiseen liittyneen myös yksin olemisen merkityksen muuttuminen. Kun yksinäisyys ei ollut enää pakotettua, näyttäytyi se myös lepoa ja rauhaa tuovana voimavarana.

Yksi toipumisen keskeisiä ulottuvuuksia on sosiaalisen yhteisyyden löytäminen tai lisääntyminen (Leamy ym. 2011, 448; Tew ym. 2012, 451–453). Sosiaaliset suhteet ovat toipuneiden kokemuksia selvittäneiden tutkimusten valossa merkityksellinen toipumista edistävä tekijä riippumatta henkilön iästä, sukupuolesta tai taustalla olevasta diagnoosista (Schön ym. 2009, 339). Edellytys sosiaalisten suhteiden muodostumiselle ja niiden toipumista edistävälle vaikutukselle on se, että ihmisellä on konkreettisia toiminta-areenoita, joissa sosiaalinen kanssakäyminen muiden kanssa on mahdollista (Tew ym. 2012, 444; Onken 2007, 16–17) ja tällaisen toiminta-areenan paja tarjosi osallistujille. Tutkimuksen osallistujat kuvasivat pajan ilmapiiriä sallivaksi ja ei-tuomitsevaksi, mikä helpotti pajalle tulemistä.

Aiemmissa kulttuuripajamallista tehdyissä arvioinneissa ja opinnäytteissä on nostettu esille vertaisilta saatu tuki (Koskela ym. 2011, 23; Hagelin & Harjunpää 2014, 20). Tämän tutkielman aineistossa yksi osallistuja kuvasi saaneensa toiminnan kautta uuden ystävyysuhteen, jonka kautta hän sai paljon tukea elämässään, myös muuten kuin pajan yhteydessä. Muilta pajalaisilta eli vertaisryhmältä saatua tukea tutkittavat eivät nostaneet esille tavoitteitaan

edistäneenä tekijänä. Aineistossa korostui sen sijaan pajan ohjaajilta saatu tuki ja positiivinen palaute.

Yksi osallistuja kuvasi toiveita tiiviimmästä yhteisöllisyydestä pajalla. Haarasen (2012, 69–70) tutkimuksessa ryhmäläisten kokema yhteenkuuluvuuden tunne, koheesio, edisti vertaisryhmän myönteisiä vaikutuksia. Tämän tutkimuksen aineistossa yksi vertaisohjaaja kuvasi pajalla vertaisohjaajakoulutuksen aikana muodostunutta yhteisöllisyyttä ja me-henkeä, joka kuitenkin oli koulutuksen loppumisen jälkeen heikentynyt yhteisen, ryhmien ulkopuolisen toiminnan vähennyttyä. Aineistossa esiintyi myös kuvaus tilanteesta, jossa tutkittava olisi kaivannut muilta ryhmäläisiltä tukea ja kuuntelua, mutta vertaistuelle olennaiset periaatteet vastavuoroisuudesta ja kuulluksi tulemisesta (Jantunen 2008, 55, 60–62) eivät toteutuneet. Kyseinen tutkittava vastavuorottomuuden tunteita, jotka syntyivät tilanteissa, joissa muut osallistujat kertoivat omista vaikeista kokemuksistaan, mutta eivät olleet valmiita vastavuoroiseen kuunteluun. Vastavuorottomuutta kokenut tutkittava koki roolinsa pajalla olevan aina tuen antajana, muilta saadun tuen jäädessä puuttumaan. Osallistuja kuvasi näiden kokemusten tuoneen paha mieltä ja heikentäneen motivaatiota pajalla käymiseen. Ihmisten odotukset ja tarpeet sosiaaliselle tuelle voivat olla erilaisia, ja kun tarve ja saatu tuki eivät kohtaa, voi se aiheuttaa pettymyksiä (Romakkaniemi 2014, 157).

### **7.1.3 Onnistumisen kokemukset**

Osallistujat kuvasivat toiminnassa saatuja onnistumisen kokemuksia, joilla osallistujat kokivat olevan positiivista vaikutusta itseluottamukseen sekä sosiaalisissa tilanteissa koettuun ahdistukseen. Onnistumisten mukanaan tuoma itsevarmuuden kasvu tuli esille myös Kuntoutussäätiön tekemässä Elviksen vaikuttavuuden arvioinnissa (Koskela ym. 2011, 28). Tämän tutkielman aineistossa kuvaukset koetuista onnistumisista liittyivät kehittymiseen itselle merkityksellisessä taidossa ja pajalla saatuihin positiivisiin ryhmä- ja vuorovaikutuskokemuksiin. Vertaisohjaajille oman pajan ohjaaminen tuotti sekä onnistumisen että epäonnistumisen kokemuksia. Näitä kuvataan tarkemmin seuraavassa alaluvussa.

Osa osallistujista kuvasi kehittyneensä ja oppineensa pajalla uusia asioita liittyen pajan aiheena olevaan toimintoon. Albert Bandura (1986, Mancinin 2007, 53 mukaan) kutsuu mestaruuden kokemuksiksi (mastery experiences) kokemuksia, jotka syntyvät kun henkilö on-

nistuu itselleen merkityksellisessä toiminnossa. Tärkeänä pidetyiltä henkilöiltä saatu tunnustus ja kannustus (social persuasion) edistävät luottamusta omiin kykyihin (Bandura 1986, Mancinin 2007, 52). Pajalla koettuihin onnistumisen kokemuksiin yhdistyi useimmiten pajan ohjaajilta saatu myönteinen palaute.

Tässä tutkimuksessa kaksi sosiaalisten tilanteiden pelkoa kuvannutta osallistujaa kertoi pajalla saatujen positiivisten ryhmäkokemusten *vähentäneen ryhmätilanteisiin liittyvää ahdistusta*. Kyseiset osallistujat kokivat merkittäväksi pajalla hyödynnetyt draamaharjoitteet, joiden avulla sai harjoitella sosiaalisissa tilanteissa olemista.

*Tuukka:* ainaki se improteatteri on semmonen et mä oon ihan innostunu siitä

*Laura:* mikä siinä

*Tuukka:* siis se on ihan parasta semmosta sosiaalista harjottelua ja avautumista tai semmosta mitä voi olla

*Laura:* ym

*Tuukka:* siinä oppii ihmisten kanssa kommunikointia

*Laura:* mm kyllä

*Tuukka:* tai siis semmosta että uskaltaa, se on tavallaan niinku simulaatio todellisesta elämästä niinku et sitä voi sitä ihan samaa taitoo käyttää tavallisessa keskustelussa mitä siinä käytetään

*Laura:* nii kyllä, eli sä aattelet et siinäki on niinku just jotenki se sosiaalisen semmosen kanssakäymisen

*Tuukka:* joo musta tuntuu et mä oon avautunu ihan käsittämättömästi tässä muutaman kuukauden aikana et mä oon ihan eri ihminen ku aiemmin

Aineisto-otteessa osallistuja kuvaa draamallisten harjoitusten avulla muuttuneensa eri ihmiseksi kuin aiemmin. Ne osallistujat, jotka kuvasivat draamaharjoitusten edistäneen sosiaalisten tilanteiden pelon vähenemistä, kuvasivat sosiaalsiin kohtaamisiin liittynyttä mokaamisen pelkoa ja vaikeutta keksiä oikeita sanoja ihmisten kanssa keskusteltaessa. Draamaharjoituksissa onnistuminen oli saanut heidät kokemaansa itsensä sosiaalisesti kykeneviksi ihmisiksi ja sitä kautta nostanut itseluottamusta. Arja Honkakoski (2017, 124–129) toteaa väitöskirjassaan mahdollisen ja todellisuuden rajan ylittämisen kautta draama tarjoaa mahdollisuuden toisin toimimiselle.

### 7.1.4 Oman pajan ohjaamiseen liittyvät tekijät

Oman pajan ohjaamisesta saatu vastuu näyttäytyi kahden vertaisohjaajan osalta oman merkityksellisyyden tunnetta ja itseluottamuksen kokemista edistäneenä tekijänä. Saadun vastuun itseluottamusta kohottava vaikutus liittyi pajan ohjaajien taholta koettuun luottamukseen ja pajan ohjaajana koettuihin onnistumisiin.

*Laura:* onko vaikka se (...) pajan vetäminen tai siellä oleminen ni onkse jotenki heijastunu niinku muualle sun elämään tai onksiit tullu niinku semmosta et sun ois helpompi

*Milla:* no kyllähän siit tulee niinku itseluottamusta ja muutenki tota mä huomaaan et muhun luotetaan tässä pajalla aika paljon et kylhän se sillee tuo semmosta et mul on merkitystä niinku ees jossain

Yllä olevassa aineisto-otteessa osallistuja kuvaa oman pajan ohjaamisen synnyttämää itseluottamusta ja tunnetta, että ”mul on merkitystä ees jossain”. Osallistuja kuvaili kokeneensa ennen toimintaan mukaan tuloa tunnetta siitä, ettei kukaan tarvitse häntä. Jo pyyntö mukaan vertaisohjaajakoulutukseen ja pajan vetäjäksi sai tuntemaan itsen merkitykselliseksi. Ne vertaisohjaajat, jotka kuvasivat pajan ohjaamisen tukeneen tavoitteidensa edistymistä, kokivat, että oma panostus pajan ohjaajana oli toiminnan kannalta tärkeää ja merkityksellistä.

Aineistossa oli useita kuvauksia itsensä kokemisesta epäonnistuneeksi mielenterveyden ongelmien vuoksi. Kokemukset liittyivät itsen tuntemiseen vääränlaiseksi ympäröivän yhteisön ja yhteiskunnan silmissä. Toipumisessa olennaista on positiivisen persoonallisen ja sosiaalisen identiteetin uudelleen rakentaminen ja sairauskeskeisen identiteetin muuntuminen vahvuuksien ja toimijuuden kautta rakentuvaan identiteettiin (Mancini 2007, 50). Identiteetin muutosta tukee itsen tunteminen tärkeäksi sosiaalisessa kontekstissa (Schön ym. 2012, 337). Aineistossa pajan ohjaaminen näytti tarjonneen kahdelle vertaisohjaajalle aineksia itsen kokemiseen merkitykselliseksi ja tämän kautta itsen näkemiseen uudessa valossa.

Itseluottamuksen kohenemiseen liittyivät pajan ohjaamiseen liittyvät onnistumisen kokemukset, pajan ohjaamisesta saadun vastuun ja tuen kokemuksellisesti sopiva suhde sekä osallisuus pajaan liittyvissä päätöksissä. Pajan ohjaamiseen liittyneet onnistumisen kokemukset liittyivät koettuihin onnistumisiin ohjaajana ja etenkin pajan suosioon. Eräs ver-

taisohtaja kuvaasi myös n4ihin liittyyv44 ep4onnistumisen kokemuksia, joihin liittyy itseluottamuksen laskua. Vertaisohjaaja koki, ett4 osallistujien puute pajalla liittyy omaan ep4onnistumiseen pajan ohjaajana.

Itsens4 tarpeelliseksi tunteneet ja itseluottamuksen parantumista kokeneet vertaisohjaajat kokivat saaneensa pajan suunnitteluun ja ohjaamiseen tukea kulttuuripajan ohjaajilta. T4rke4n4 pajan ohjaamiseen liittyv4n4 tekij4n4 n4ytt4ytyi my4s vaikuttamisen mahdollisuus pajan sis4ltt44n ja ryhmien toteuttamiseen liittyv4st4 asioista. K44nteisesti n4iden merkitys tuli esiin kahden vertaisohjaajan kuvaamissa ohitetuksi tulemisen kokemuksissa, joissa pajan ohjaajat olivat tehneet muutoksia ryhm44n liittyyviin asioihin kysym4tt4 ensin pajaa ohjaavalta vertaisohjaajalta. Vertaisohjaajat kuvasivat t4m4n heikent4neen sek4 koettua itseluottamusta ett4 tarpeellisuuden tunnetta.

## **7.2 Alustavia tulkintoja kulttuuripajan potentiaalisista mekanismeista**

T4ss4 luvussa kulttuuripajan edist4vi4 ja est4vi4 tekij4it4 tarkastellaan viel4 realistisen arvioinnin generatiivisen mekanismin ja kontekstin k4sitteiden (Pawson & Tilley 1997; 2009; Mor4n & Blom 2003; Blom & Mor4n 2011) avulla. Realistista arviointiprosessia kuvaavassa realistisessa keh4ss4 (Pawson & Tilley 1997, 85; Korteniemi 2005, 29) alustava ymm4rrys intervention mekanismeista ja konteksteista muodostetaan interventioden taustateorioiden pohjalta, jonka j4lkeen n4it4 teorioita testaamaan ker4t44n empiirinen aineisto.

T4ss4 tutkielmassa mekanismien ja kontekstien paikantaminen aloitettiin kuitenkin edellisess4 luvussa esitettyjen, aineistol4ht4isen sis4ll4nalyysin tulosten pohjalta. Aineistol4ht4isen analyysin tuloksena paikannettuja toiminnan edist4vi4 ja est4vi4 tekij4it4 peilattiin recovery-kirjallisuuteen ja kulttuuripajamallin tausta-ajatuksiin. Kulttuuripajamallin tausta-ajatuksen valossa toiminnan vaikuttavat tekij4t paikantuvat osallistujien voimavaroista ja mielenkiinnon kohteista muotoutuvan toiminnan tuomiin onnistumisen kokemuksiin, osallistujien vaikuttamisen mahdollistavaan osallisuuteen sek4 vertaisuuteen (Raivio 2012, 8–16; Purola 2016, 41–43). *Seuraavaksi esitet44n t4m4n prosessin kautta tehdyt alustavat tulkinnat kulttuuripajatoiminnan vaikuttavista mekanismeista ja konteksteista.*

## **Merkityksellinen tekeminen ja pajalle sitoutuminen**

Kulttuuripajatoiminta on osallistujille vapaaehtoista, joten osallistuminen perustuu osallistujan omaan motivaatioon käydä pajalla. Morén ja Blom (2003, 56–57) puhuvat riskin ottamisen mekanismin (risk taking mechanism) aktivoitumisesta tilanteessa, jossa asiakas uskaltautuu ottamaan riskin muuttaa totuttua elämäntapaansa. Myös tässä tutkimuksessa osallistajat kuvasivat mielenterveyden ongelmiin liittynyttä vaikeutta lähteä pois kotoa, ja siinä mielessä riskin ottamisen mekanismi oli käynnistynyt osallistujilla, kun he olivat tulleet mukaan toimintaan. Myös Mancinin ja kumppaneiden (2005, 53) tutkimuksessa mielenterveyskuntoutajat kuvasivat erilaisiin toimintoihin osallistumista riskin ottamisena. Kyse on siis sisäisen motivaatio heräämisestä (Ryan & Deci 2000, 69–70). Kulttuuripajatoiminnassa *ryhmien sisältöjen kokeminen henkilökohtaisesti merkityksellisesti* näyttäytyi tässä tutkimuksessa merkittävänä toiminnan vetovoimatekijänä eli mekanismina, joka sai osallistajat ottamaan riskin tulla mukaan toimintaan.

Paja tarjoaa osallistujille potentiaalisen *toiminta-areenan* (Tew ym. 2012, 444; Onken ym. 2007, 16–17) eli kontekstin, mutta intervention toteutumisen edellytys on osallistujan tuleminen pajalle eli *osallistujan oma toiminta* (Morén & Blom 2003, 41, 48; Pawson & Tilley 1997, 36). *Tutkittavien sitoutuminen toimintaan ja pajalla käymisen tiheys näyttäytyivät tavoitteissa edistymistä erottelevana tekijänä.* Tutkimukseen osallistuneista ne jotka osallistuivat toimintaan useampana päivänä viikossa, raportoivat kaikki pajan edistäneen useampia kuin yhtä asettamaansa tavoitetta. Epäsäännöllisesti osallistuneilla paja ei ollut edistänyt yhtään tai vain yhtä tavoitetta. Osallistujan sitoutumisen ja osallistumisen pitkäkestoisuuden on todettu myös muissa tutkimuksissa edistävän vertaisryhmien positiivisia vaikutuksia (Davidson ym. 1999, 170; Vayshenker ym. 2016, 278).

Sitoutumisen ja sitoutumattomuuden taustalla voi kuitenkin vaikuttaa monia tekijöitä. Kaksi pajalla harvemmin käynyttä osallistujaa kuvasi oman heikon voinnin ja jaksamisen sekä äkillisten elämänmuutosten vieneen voimia ja aikaa pajalle osallistumiselta. Näiden *tutkittavien elämässä tutkimuksenhetkellä vallinneet kontekstit estivät siis pajalla mahdollisesti tarjoutuvien mekanismien mahdollisuuden käynnistyä. Osallistujien oma psyykinen hyvinvointi näyttäytyi kontekstina, joka esti säännöllisen osallistumisen pajalle: ne osallistajat jotka kuvasivat oman psyykkisen hyvinvointinsa olleen tutkimusjaksolla heikko, osallistuivat pajoille harvemmin kuin muut.*

## Sosiaaliset suhteet

Sosiaalisiin suhteisiin liittyen paja tarjosi seuraa niille, jotka kävivät siellä säännöllisesti. Yksinäisyyttä kokeneille pajan mahdollistamat, *lisääntyneet sosiaaliset kontaktit ja konkreettinen mahdollisuus olla muiden ihmisten seurassa* vähensivät yksinäisyyttä pajan tausta-ajatusten mukaisesti (Raivio 2012, 16). Yhteys toisiin ihmisiin on ihmisen hyvinvoinnin (Ryan & Deci 2000, 74–76) ja toipumisen (Leamy ym. 2011, 448) peruselementtejä. Osallistujien lisääntyneiden ihmiskontaktien määrän voi tulkita muuttuneena kontekstina osallistujien elämässä.

Vertaistukeen liittyviä mahdollisia mekanismeja kuten vertaisilta saatua sosiaalista tukea, uusien roolimallien tai positiivisten vertailukohteiden löytymistä osallistujat eivät kuvanneet. Nämä *vertaistukeen liittyvät potentiaaliset mekanismit jäivät siis tutkimusjoukolla aktivoitumatta*. Yhden osallistujan kohdalla kommunikoinnin vastavuorottomuus myös heikensi halua käydä pajalla eli sosiaalisen tuen puute toimi estävänä mekanismina. Vertaisohjaajien kohdalla sen sijaan kaksi osallistujaa kuvasi vertaisohjaajuuden kautta lisääntyntä itsen kokemista tärkeäksi: *helper–therapy* -periaatteen mukaan toisten auttaminen voi edistää positiivista käsitystä itsestä, kun auttaja saa kompetenssin kokemuksia toisten auttamisesta ja sosiaalista hyväksyntää autetuilta (Skovholt 1974 Solomonin, 2004, 395 mukaan). Tämän tutkielman aineistossa *positiivinen palaute ja koettu hyväksyntä* kuvattiin kuitenkin syntyneen ennen kaikkea pajan ohjaajien tuen ja kannustuksen kautta.

## Onnistumisten kokeminen

*Onnistumisten kokeminen* näyttäytyi tärkeänä itseluottamusta tukeneena tekijänä sekä vertaisohjaajilla että osallistujilla. Onnistumisten kokemista painotetaan myös kulttuuripajatoiminnan tausta-ajatuksissa (Purola 2016, 41). Aineiston kuvaukset onnistumisista liittyivät itsensä ylittämiseen tilanteissa, joissa osallistuja oli uskaltanut tehdä jotain itselleen pelottavaa ja kokenut kykenevänsä siihen. Kyseisten kokemusten taustalla suurin osa osallistujista raportoi pajan ohjaajien kannustuksen ja kehujen olleen merkittäviä. *Ohjaajien hyväksyvä ja kannustava toiminta näyttäytyikin onnistumisia edistäneenä mekanismina*. Kyse oli siis Banduran (1986, Mancinin 2007, 52–53 mukaan) kuvaamista mestaruuden kokemuksista, joihin liittyi pajan ohjaajilta saatu positiivinen palaute.

Sosiaaliseen vuorovaikutukseen liittyvät onnistumiset kytkeytyivät vertaisohjaajakoulutuksessa tai pajoilla tehtyihin vuorovaikutus- ja draamaharjoituksiin. Draama toimi väylänä uusien sosiaalisten taitojen oppimiseen ja sitä kautta myös tarjosi uuden tavan nähdä itsensä sosiaalisesti kykenevänä henkilönä. *Draama mahdollisti toimimisen toisin kuin ennen (Honkakoski 2017, 126) eli muutoksen*. James O. Proschaska ja Carlo C. Velicer (1997, 39–40, 43) ovat todenneet esimerkiksi roolileikkien kautta saatavien voimakkaiden helpotuksen kokemusten (dramatic relief) tukevan muutosta etenkin sen alkuvaiheessa.

### **Vertaisohjaajuuteen liittyvät mekanismit ja kontekstit**

*Pajan ohjaamisesta saatu vastuu toimi kahdella vertaisohjaajalla mekanismina*, joka edisti heidän kokemustaan siitä, että he ovat tärkeitä ja heitä tarvitaan kulttuuripajalla. Itsen kokeminen tärkeäksi sosiaalisessa kontekstissa on todettu edistävän toipumista ja positiivista identiteetin muutosta (Schön ym. 2012, 337) ja ne ovat myös osa voimaantumisen prosessia (Jantunen 2008, 66; Tew ym. 2012, 447). Kyseinen mekanismi aktivoitui kahdella vertaisohjaajilla, mutta ei ryhmiin osallistujilla. Näiden toimijoiden rooli toiminnassa on erilainen: vertaisohjaajilla on osallistujia aktiivisempi rooli ryhmien suunnittelussa ja toteuttamisessa ja pajojen ohjaamisen myötä vertaisohjaajat olivat aineistossa myös aktiivisia osallistumaan toimintaan. Ryhmien ja toiminnan suunnittelun myötä vertaisohjaajat saavat mallissa myös enemmän tukea pajan ohjaajilta kuin ryhmiin osallistujat.

Myös vertaisohjaajissa oli kuitenkin eroa sen suhteen, toiko pajan ohjaamisesta saatu vastuu mukanaan itsensä tärkeäksi kokemisen tunteen. Kyseinen kokemus esiintyi kahdella vertaisohjaajista, mutta ei kolmannella. Nämä kaksi vertaisohjaajaa kuvasivat myös itseluottamuksen kasvua toimintaan osallistumisen myötä. Vertaisohjaajien kuvausten mukaan tarpeellisuuden tunne edelsi kokemusta itseluottamuksen parantumisesta. Itsen kokeminen tarpeellisenä on siis mahdollisesta tulkita myös toiminnan liikkeelle saamana voimana eli mekanismina (Blom & Moren 2011, 63), jonka käynnistyminen on mahdollistanut itseluottamuksen kasvun. Vaihtoehtoisesti kyseessä on kahden saavutetun tuloksen peräkkäisyys: esimerkiksi Blom ja Morén (2010, 114) ovat huomauttaneet sosiaalityössä saavutettavien tulosten syntyvän usein vaiheittain, jolloin yksi toteutunut muutos tuottaa muutoksia esimerkiksi yksilön elämäntilanteeseen tai itse toimijaan niin, että uudet mekanismit ja niiden myötä uudet muutokset mahdollistuvat.



Kolmas tutkimuksessa mukana ollut vertaisohjaaja ei kuvannut pajan ohjaamiseen liittyvien tekijöiden tukeneen hänen luottamusta omiin kykyihinsä. Vertaisohjaajuuteen liittyi hänellä epäonnistumisen kokemuksia, jotka olivat syntyneet toisaalta tilanteissa joissa hänen pajoilleen ei tullut osallistujia ja toisaalta kun oman itsen vertaaminen muihin vertaisohjaajiin sai hänet kokemaan muiden olevan kykenevämpiä kuin hän itse. Hänen kohdallaan siis vertaisuuteen liittyvä sosiaalinen vertailu (Solomon 2004, 395) tuotti negatiivisia seurauksia. Lisäksi epäonnistumisia ja kyvyttömyyttä kokenut vertaisohjaaja ei kokenut voivansa pyytää apua pajan ohjaajilta kokemuksiinsa vaikeuksiin, vaan koki vastuun olevan hänellä. Sama rooli tuotti siis monista tekijöistä johtuen päinvastaisia tuloksia kolmannella vertaisohjaajalla.

Tutkimukseen osallistuneiden vertaisohjaajien kohdalla käynnistyneiden mekanismien eroavaisuuksiin voivat vaikuttaa myös erot henkilökohtaisissa konteksteissa. Lisääntynyttä itsetuottamusta ja tarpeellisuuden tunnetta kokeneiden vertaisohjaajien voi sanoa olleen kuntoutumisessaan kolmatta vertaisohjaajaa pidemmällä työmarkkinastatuksen ja heidän toiminnalle asettamiensa tavoitteiden tason perusteella tarkasteltuna. Lisäksi molemmat kuvasivat myös pajan ulkopuolisia ihmissuhteita tai harrastuksia, joissa he kokivat itsensä tarpeelliseksi. *Pajalla saatu vastuu ja koettu tarpeellisuuden tunne eivät siis yksinään tuottaneet kokemusta itseluottamuksen kohenemisesta, vaan samanaikaisia suotuisia konteksteja ja mekanismeja oli molemmilla vertaisohjaajilla useita.*

Vertaisohjaajakoulutukseen liittyen yksi tutkittava kuvasi myös koulutuksen aikana syntyneitä yhteisöllisyyttä ja ryhmähenkeä tavoitteitaan edistäneenä tekijänä. Ryhmän yhteenkuuluvuus eli koheesio on todettu edistävän vertaisryhmien positiivisia vaikutuksia (Haaranen 2012, 69–70) ja mahdollisesti juuri vertaisohjaajakoulutukseen liittyä myös yhteenkuuluvuuden mekanismi.

## **Osallisuus**

Kulttuuripajamallissa painotetaan osallistujien tasavertaista vaikuttamisen mahdollisuutta pajan sisältöihin (Raivio 2016, 6). Tämän tutkielman aineistossa *mahdollisuus valita ryhmät, joihin osallistuu ja säädellä osallistumisen intensiteettiä* näyttäytyivät osallistujille merkittävänä asiana toiminnan vetovoimaisuuden kannalta. Lisäksi vertaisohjaajat kuvasivat itselleen tärkeänä asiana sen, että pajojen sisältöön ja pajoihin liittyviin asioihin sai itse vaikuttaa. *Osallisuus pajaan liittyvissä päätöksissä* näyttäytyi tärkeänä vertaisohjaajuuteen liittyvänä

mekanismina myös sitä kautta, että kaksi vertaisohjaajaa kuvasi tilanteiden, joissa pajan ohjaajat olivat tehneet pajiin liittyviä muutoksia kysymättä vertaisohjaajilta, vaikuttaneen vertaisohjaajien kokemuksiin omasta tarpeellisuudestaan ja itseluottamuksestaan.

## 8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Tämän tutkielman tavoitteena oli selvittää osallistujien toiminnalle asettamia tavoitteita, tavoitteissa tapahtuvia muutoksia ja mitkä tekijät kulttuuripajatoiminnassa edistivät tai estivät muutosten tapahtumista. Näitä kysymyksiä tarkasteltiin realistisen tapauskohtaisen arvioinnin viitekehyksessä. Tässä luvussa esitetään tutkimuksen johtopäätökset ja pohditaan niitä suhteessa kulttuuripajatoimintaan. Lisäksi tehdään joitain huomioita tapauskohtaisesta arvioinnista tutkimusmenetelmänä. Luvun lopussa käsitellään vielä tutkimuksen luotettavuuteen ja eettisyyteen liittyviä seikkoja ja nostetaan esille aiheita jatkotutkimukselle.

### 8.1 Osallistujien tavoitteet ja kulttuuripajatoiminta

Osallistujien toiminnalle asettamat tavoitteet vaihtelivat sekä yksilöittäin että osallistujien välillä. Tavoitteet liittyivät psyykkiseen hyvinvointiin, sosiaalisiin suhteisiin, arkisiin muutoksiin sekä tietyn ryhmän sisältöihin. Tavoitteiden yksilöllisyydestä huolimatta osallistujien asettamissa tavoitteissa oli joitakin tavoitteita, jotka toistuivat vähintään kahdella osallistujalla ja näyttäytyvät myös aiempien, toiminnasta tehtyjen arviointien ja opinnäytetöiden (Sosped 2016a; 2016b) perusteella olevan toimintaan hakeutuvien tavoitteena myös tämän aineiston ulkopuolella. Näitä olivat itseluottamuksen paraneminen, yksinäisyyden vähentyminen, arkisen jaksamisen paraneminen, tekemisen saaminen päiviin ja pajan aiheena olevassa taidossa kehittyminen. Viisi osallistujaa seitsemästä asetti oman toipumisen (Leamy ym. 2011, 448–449) ja positiivisen mielenterveyden (Provencer & Keyes 2013, 277–278) edistämiseen liittyviä tavoitteita, kuten itseluottamuksen koheneminen, omien voimavarojen realistinen tunnistaminen ja parempi jaksaminen arjessa. Kahden osallistujan tavoitteet suhteutuivat omaa toipumista enemmän ryhmän sisältöinä oleviin toimintoihin.

Osallistujien tavoitteissa tapahtuvia muutoksia tarkasteltiin tutkimuksessa kahden aineiston valossa. Osallistujien tavoitteita seurattiin 4–8 viikon ajan kulttuuripajalle osallistumisen aikana asiakaslähtöisiin tapauskohtaisiin asetelmiin (Bloom & Britner 2012) perustuvilla määrällisillä mittareilla. Lisäksi käytössä oli haastatteluaineisto, jossa osallistujilta kysyttiin tavoitteissa tapahtuneista muutoksista. Seurantajakson aikana kahden osallistujan jaksaminen parani pajan ansiosta. Laadullisen aineiston perusteella tavoitteiden edistyminen näyttäytyi

tapauskohtaista seuranta-aineistoa laajempaan. Viisi osallistujaa koki jonkin asettamansa tavoitteen edistyneen toiminnassa mukana olon aikana, neljällä osallistujalla edistymistä tapahtui useammassa kuin yhdessä tavoitteessa. Toisin sanoen, vain yhdellä osallistujalle ei tapahtunut lainkaan positiivisia muutoksia tavoitteissaan. Kolme osallistujaa koki jossakin tavoitteessaan tapahtuneen heikentymistä. Yhden osallistujan kohdalla päätelmiä tavoitteissa tapahtuneista muutoksista ei tehty seurannan jäätyä vain kahteen mittaukseen.

Haastatteluaineiston perusteella osallistujien tavoitteita edistäneet tekijät liittyivät pajan kautta osallistujille tarjoutuneeseen uuteen, mielekästä tekemistä päiviin tuovaan toiminta-areenaan ja lisääntyneisiin sosiaalisiin suhteisiin, pajalla saatuihin onnistumisen kokemuksiin ja pajan ohjaamisesta saatuun vastuuseen. Tutkimuksen aineiston perusteella näyttäisi siis, että kulttuuripajatoiminta tukee toipumista (Anthony 1993, 15; Leamy ym. 2011, 448–449) ja positiivista mielenterveyttä (Provencer & Keyes 2013, 277–278) silloin kun pajasta muodostuu kävijälle säännöllisen kodin ulkopuolisen toiminnan areena, joka tarjoaa mielekästä tekemistä ja onnistumisen kokemuksia. Näiden kautta paja edisti arkista jaksamista ja itseluottamuksen vahvistumista. Etenkin yksinäisyydestä ja jaksamattomuudesta kärsineet saivat aineiston perusteella apua lisääntyneistä sosiaalisista suhteista ja mielekkästä tekemisestä. Vertaisohjaajuuteen näyttää aineiston valossa sisältyvän mahdollisuus oman merkityksellisyyden tunteen lisääntymiseen ja tätä myötä itseluottamuksen kohenemiseen. Tuen ja vastuun kokemuksellisesti sopiva suhde sekä osallisuuden toteutuminen näyttivät edistävän vertaisohjaajuuden positiivisia vaikutuksia. Kaiken kaikkiaan osallistujien kokemat hyödyt olivat melko yhteneväisiä aiempien kulttuuripajoilta tehtyjen selvitysten (Koskela ym. 2011; Hagelin & Harjunpää 2014) tulosten kanssa.

Aineistossa esiintyi kuvauksia myös osallistujien tavoitteisiin heikentävästi vaikuttaneista tekijöistä. Tekemiseen liittyen ryhmien aikatauluissa tapahtuneet äkilliset muutokset heikensivät pajan merkitystä päivärytmin tukijana. Sosiaalisiin suhteisiin liittyen toivottu vertais-tuki jäi puuttumaan vuorovaikutuksen vastavuorottomuuden vuoksi, mikä tuotti pahaa mieltä ja heikensi osallistujan motivaatiota hakea tukea muilta. Vertaisohjaajuuteen liittyen vertaisohjaajan mielipiteen kysymisen ohittaminen pajaan liittyvissä tekijöissä ja pajojen ohjaamiseen liittyneet epäonnistumisen ja kyvyttömyyden kokemukset heikensivät itseluottamusta ja sitä edistävää tarpeellisuuden tunnetta.

Kulttuuripajamallissa painotetaan osallistujien mielenkiinnon kohteista ja voimavaroista lähtevää tekemistä, onnistumisen kokemuksia, vertaisuutta ja osallisuutta (Raivio 2012, 8–13; Purola 2016, 41–43). Tämän tutkimuksen tulosten valossa kulttuuripajamalli sisältää potentiaalisia, osallistujien tavoitteissa tapahtuvia muutoksia edistäviä mekanismeja ja konteksteja. Aineistosta paikannettuja, alustavia mekanismeja olivat merkitykselliseksi koettu tekeminen, osallistujan sitoutuminen toimintaan, pajan ohjaajilta saatu kannustus ja hyväksyntä, onnistumisten kokeminen, omien pajojen ohjaamisesta saatu vastuu ja sen synnyttämä tarpeellisuuden tunne sekä osallisuus pajaan liittyvissä päätöksissä. Muutoksia mahdollistavia konteksteja olivat pajan mahdollistama sosiaalisten kontaktien lisääntyminen. Oma psyykkinen hyvinvointi näyttäytyi kontekstitekijänä, joka vaikutti toimintaan sitoutumiseen.

Tutkimuksen aineiston valossa toiminnan mekanismit eivät kuitenkaan aktivoituneet kaikilla osallistujilla. Generatiiviset mekanismit ovatkin aina potentiaalisia, eli käynnistyvät toisilla ihmisillä tietyissä olosuhteissa, mutta eivät kaikilla eikä aina (Pawson & Tilley 1997, 63–78; Korteniemi ym. 2012, 95). Muutosten tapahtuminen on seurausta ennemminkin suotuisasta mekanismi-konteksti -ryppäästä kuin yksittäisestä mekanismista (Mark, Henry & Julnes 2000, 251–253, Korteniemen 2005, 26–27 mukaan). Tässä tutkielmassa keskityttiin kulttuuripajan edistäneisiin ja estäviin tekijöihin, mutta suurimpaan osaan tavoitteista osallistajat kuvasivat myös pajan ulkopuolisilla tekijöillä olleen estävää vai edistävää vaikutusta. Osallistujan elämäntilanteeseen liittyvät kuormittavat tekijät, kuten toimeentuloon ja asumiseen liittyneet hankaluudet estivät tavoitteissa tapahtuneita muutoksia monen osallistujan kohdalla. Kuormittavat elämäntilanteet voivat tuottaa ahdistusta ja masennusta (Romakkaniemi 2014, 159) ja ovat esimerkki siitä, kuinka ympäröivä yhteisö ja yhteiskunta asettavat ehtoja yksilön toipumiselle (Onken ym. 2009, 16–17; Williams ym. 2015, i19–i23). Näihin tekijöihin kulttuuripajatoiminnalla ei myöskään voi vaikuttaa. Toisaalta pajan ulkopuoliset kontekstit ja kulttuuripajatoiminnan ulkopuoliset mekanismit myös tukivat osallistujien tavoitteiden muutosta. Sosiaalityössä vaikuttavuuden osoittamisen haaste onkin siinä, että ihmisen elämässä on aina samanaikaisesti läsnä monia, sekä yhteiskunnallisiin rakenteisiin että ihmisen valintoihin liittyviä tekijöitä (Korteniemi ym. 2012, 89–91, 98).

Mekanismit aktivoituvat yksilöiden toiminnan seurauksena (Morén & Blom 2003, 41, 48; Pawson & Tilley 1997, 36). Toipumisen vaihemalleissa (Leamy ym. 2011, 449), kuten myös transteoreettisessa muutosvaihemallissa (Proschaska & Velicer 1997) omaa toipumista edistävä aktiivinen toiminta tapahtuu vasta muutoksen myöhemmissä vaiheissa. Siinä mielessä

tutkimuksen osallistujista suurimmalla osalla toipuminen oli jo muutoksen aktiivisen toiminnan vaiheessa: he osallistuivat pajan toimintaan vapaaehtoisesti ja heistä suurin osa toi esille myös omaan toipumiseen liittyviä tavoitteita toiminnalle. *Muutoksen käynnistäneet mekanismit olivat siis aktivoituneet jo aiemmin ja kulttuuripajatoiminnan mekanismit tukivat muutokset etenemistä.*

Toipumisen tai muutoksen vaihetta voidaan pitää myös mekanismien käynnistymiseen vaikuttavina konteksteina. Osallistujien diagnooseja tai toipumisen vaihetta ei kartoitettu tutkimuksen alussa, mutta kaikki toivat esille senhetkisen statuksensa työmarkkinoilla. Kuudesta tutkimuksen osallistujasta puolet oli pitkäaikaisella työkyvyttömyyseläkkeellä tai kuntoutustuella mielenterveyteen liittyvistä syistä ja puolet ei. Molemmissa ryhmissä kaksi kolmesta kuvasi pajaan liittyvien tekijöiden edistäneen tavoitteitaan. Toipumisen ollessa yksilöllinen, rinnakkaisia prosesseja sisältävät muutosprosessi (Leamy ym. 2011, 448–449), ei mitään muutoksen vaiheista voi arvottaa toisia tärkeämmäksi. Koska ihmiset hyötyvät erilaisista asioista muutos- ja toipumisprosessin eri vaiheissa (Proschaska & Velicer 1997, 43; Onken ym. 2007, 13), *on tärkeä havaita, että toipumisen eri vaiheessa olleet osallistujat kokivat pajan edistäneen heidän tavoitteitaan.*

Tutkimuksen tulosten valossa toiminnassa on erityisen tärkeää huomioida osallistujien erilaiset tavoitteet ja myös tuen tarpeet. Osallistujien rohkaiseminen ja tilan antaminen osallistujille mahdollistavat onnistumisen kokemisen riskien ottamisen kautta. Osallistujien liiallinen suojeleminen voi estää osallistujia kokeilemasta uutta ja ottamasta vastuuta toiminnasta, jolloin potentiaalisia onnistumisen kokemuksia ei synny. (Mancini 2007, 60.) Vertaisohjaajienkin kohdalla osallistujien tuen tarpeet ovat erilaisia, mikä vaatii pajan ohjaajilta sensitiivisyyttä vertaisohjaajan tukemisessa, jotta vastuun ja tuen suhde olisivat oikeanlaiset ja vertaisohjaaja kokisi oman panoksensa arvokkaaksi pajan kannalta.

Tämän tutkielman aineistossa vertaisilta saatu tuki ei tullut esille osallistujien tavoitteiden edistymistä tukeneena tekijänä. Aiemmissa kulttuuripajaa koskeneissa arvioinneissa ja opinäytteissä se on nostettu esille (Koskela ym. 2011, 23; Hagelin & Harjunpää 2014, 20; Karpinen & Suokas 2010, 22–23). Vertaistuen puuttuminen aineistosta voi johtua monista, myös tutkimuksen asetelmaan liittyvistä tekijöistä. Vertaistuesta ei kysytty osallistujilta suoraan, vaan osallistujien asettamien tavoitteiden kautta kysymällä muiden ihmisten merkityksestä tavoitteen saavuttamisessa tai sen heikentymisessä.

Voi myös olla, että osallistujat eivät vain kokeneet vertaisilta saadun tuen liittyneen juuri tässä tutkimuksessa tarkastelun alla olleisiin tavoitteisiinsa tai he olivat muutosprosessissaan sellaisessa vaiheessa, jossa eivät kaivanneet tukea vertaisilta. Vaikka vertaistuki nostetaan usein esille toipumista tukevana tekijänä, voi kaivattava sosiaalinen tuki olla toipumisen eri vaiheissa erilaista (Tew ym. 2012, 452). On todettu, että muiden ihmisten tuesta on eniten apua muutosprosessin aktiivisessa vaiheessa (Proschaska & Velicer 1997, 39–40, 43). Vertaisilta saatua tukea suuremman roolin aineistossa saivat pajan ohjaajilta saatu kannustus ja arvostava suhtautuminen. Pajan ammattilaisilta saatu tuki siis toimi tavoitteita edistävänä tekijänä (Topor ym. 2006, 31–35; Schön ym. 2009, 341).

Paja oli toiminut tutkielman aineistonkeruun alussa vasta noin puolen vuoden ajan ja osa ryhmistä oli vasta käynnistynyt, mikä voi olla osasyynä siihen, ettei ryhmissä vielä esiintynyt osallistujien välistä tukea. Myös Vayshenker ja kumppanit (2016, 278) totesivat vertaistuen toipumista edistäviä vaikutuksia tutkineessa seurantatutkimuksessaan, että kuusi kuukautta on mahdollisesti liian lyhyt ajanjakso koetun sosiaalisen tuen muutokselle. Tässä tutkielmassa varsinainen tavoitteiden seuranta kesti ainoastaan 4–8 viikkoa, ja osallistujat olivat osallistuneet itse toimintaan viikosta kuuteen kuukauteen. Kulttuuripajat eivät myöskään ole perinteisiä vertaistukiryhmiä joissa keskusteltaisiin osallistujia yhdistävistä ongelmista, vaan pajat rakentuvat yhteisille kiinnostuksen kohteille (Purola 2016, 22–23).

Aineiston perusteella vertaisohjaajakoulutukseen liittyi yhteisöllisyyden ja me-hengen kokemuksia, joita ryhmiin osallistujat eivät kuvanneet muihin pajan ryhmiin liittyen. Voi olla, että vertaisohjaajakoulutuksessa osallistujista muodostui kiinteämpi ryhmä (Haaranen 2012, 73), kuin pajan toiminnallisista ryhmistä. Tämä taas selittynee sillä, että osa toiminnallisista ryhmistä oli ollut tutkimuksen hetkellä toiminnassa vasta hetken. Osallistujat nostivat kuitenkin esille ryhmistä saadut sosiaaliset kontaktit tavoitteitaan edistäneenä tekijänä ja pajalla koetun sallivan ilmapiirin merkityksen pajalle tuloa helpottavana tekijänä. Pajan sosiaaliset suhteet siis edistivät osallistujien tavoitteita, vaikka osallistujat eivät nimenneet juuri vertaistukea varsinaiseksi tavoitteitaan edistäväksi tekijäksi. Sosiaaliset suhteet on myös monissa muissa tutkimuksissa todettu toipumiselle merkityksellisiksi (esim. Mancini ym. 2005; Topor ym. 2006; Mancini 2007; Onken ym. 2007; Schön ym. 2011).

Tämän tutkimuksen aikajänne ja pajan perustamisesta kulunut lyhyt oletettavasti vaikuttivat siihen, minkälaisia muutoksia sekä edistäviä ja estäviä tekijöitä tutkielmassa oli mahdollista saada esille. Sosiaalityössä muutokset tapahtuvat vaiheittain ja usein pitkän ajanjakson kuluessa ja kukin muutos pohjautuu aina edellisille (Morén & Blom 2003, 41; Blom & Morén 2010, 113–114). Esimerkiksi sosiaalityön vaikuttavuutta tutkineet Blom ja Morén (2010, 113) määrittelevät kuuden kuukauden aikana tapahtuneet muutokset vielä sosiaalityössä lyhyen aikavälin muutoksiksi. Muutosten vaihteellisuus (Proschaska & DiClemente 1982; 1983) ja niiden vaatima pitkä aika tulee siis ottaa huomioon tuloksia tarkastellessa. *Tästä näkökulmasta on arvokasta, että lähes kaikki osallistujat kokivat jonkun tavoitteensa edenneen toimintaan osallistumisensa aikana, ja suurimpaan osaan tavoitteista pajalla oli ollut ainakin osittaista vaikutusta.*

## **8.2 Tapauskohtaiset asetelmat ja realistinen arviointi**

Tässä tutkielmassa osallistujien tavoitteiden edistymisen seurannassa hyödynnettiin asiakaslähtöisiä tapauskohtaisia asetelmia (Bloom & Britner 2012), joita ei suomalaisessa sosiaalityön tutkimuksessa ole juuri käytetty (ks. kuitenkin Lindqvist 2001; Teppo 2012). Bloomin ja Britnerin (2012) tapauskohtaisiin asetelmiin perustuvassa asiakaslähtöisen arvioinnin mallissa seuranta-asetelmat rakennetaan asiakkaan työskentelylle määrittelemien tavoitteiden pohjalle ja seurantakuviota tulkitaan yhdessä asiakkaan tavoitteista tekemien arviointien kanssa. Asetelmat yhdistettiin osallistujien haastatteluihin. Kyseessä oli siis Mansoor A. F. Kazin, Mikko Mäntysaaren ja Ilmari Rostilan (1997, 327) suosittama metodologis-pluralistinen lähestymistapa, joka liitettiin tutkielmassa realistisen arvioinnin viitekehykseen.

Tutkielmassa hyödynnettyihin tapauskohtaisiin asetelmiin liittyi tutkimuksen perusteella sekä hyötyjä että haasteita. Asiakaslähtöisen tavoitteenasettelun osalta voidaan tehdä sama huomio kuin Lindqvist (2001, 49–51): osallistujat kykenivät määrittelemään, minkälaisissa asioissa kaipasivat elämäänsä muutosta toiminnan avulla ja tavoitteet olivat samansuuntaisia toiminnan tavoitteiden kanssa. Tapauskohtaisia asetelmia on siis mahdollista käyttää asiakkaiden tavoitteista lähtevän asiakaslähtöisen arvioinnin (Bloom & Britner 2012) välineenä.

Toisaalta, koska tapauskohtaiset asetelmat perustuvat etukäteen asetettaviin tavoitteisiin, ei niiden avulla ole mahdollista tavoittaa kaikkia asiakkaan elämässä tapahtuvia muutoksia (Kazi ym. 1997, 324). Tämä rajaa myös tämän tutkimuksen tulokset osallistujien tavoitteissa



tapahtuneisiin muutoksiin. Michael Scriven (esim. 1991, 56–58) on kritisoinut tavoitelähtöistä arviointia siitä, että keskittymällä ainoastaan ennalta odotettuihin tavoitteisiin, jäävät odottamattomat tulokset huomiotta. Tämän tutkielman lähtökohtana oli kuitenkin arvioinnin toteuttaminen niiden tavoitteiden pohjalta, jotka osallistujat asettivat toiminnalle. Scrivenin (1991) tavoitevapaa arviointi (goal-free evaluation) olisi voinut tuoda toiminnasta esille muita myös puolia. Osallistujille annettiin sekä seurannassa että loppuhaastattelussa mahdollisuus tuoda esille myös muita toiminnan mukanaan tuomia hyötyjä, mutta vain kaksi osallistujaa teki näin.

Tässä tutkielmassa tapauskohtaiset asetelmat onnistuivat asiakkaiden tavoitteiden monitorointiin liittyvässä tehtävässään siinä mielessä, että tavoitteista piirretyt seurantakuviot ja osallistujien kokemus tavoitteidensa tasosta ja mahdollisista muutoksista seurantajakson aikana vastasivat suurimmassa osassa tapauksista jakson lopussa tarkasteltuna toisiaan. Kuvioiden avulla oli täten mahdollista jäljittää osallistujien elämässä seurantajaksoilla tapahtuneita asioita, jotka näkyivät seurannassa tavoitteiden tason muutoksina. Täten tapauskohtaiset asetelmat osoittautuivat hyödyllisiksi osana tavoitteellista asiakastyötä. Saman ovat todenneet esimerkiksi Kazi kumppaneineen (1997, 323–324) ja Peitola (2005, 70–71).

Haasteena asetelmien hyödyntämisessä vaikuttavuuden osoittajana näyttäytyi seurannan oikea-aikaisuus tavoitteissa tapahtuvien muutosten todentamisessa. Haastatteluaineiston perusteella osallistujien tavoitteista näytti edistyneen huomattavasti suurempi osa kuin tapauskohtaisen seurannan perusteella. Eroavaisuus selittyy tarkasteltavalla ajanjaksolla. Tapauskohtaisessa seurannassa tavoitteita seurattiin muutaman viikon ajan tilanteessa, jossa osallistuja oli ollut toiminnassa mukana jo ennen seurantaa. Haastatteluissa moni osallistuja kuvasi muutoksia tavoitteissaan tapahtuneen jo ennen tutkimuksen alkua. Seuranta toteutui siis osallistujien tavoitteiden muutoksen suhteen väärään aikaan. Joissain tapauksissa osallistuja kuvasi muutoksen tapahtuneen alkuhaastattelun ja seurannan aloittamisen välissä. Koska tavoitteiden lähtötasomittauksia ei oltu tehty, jäivät nämä muutokset näkymättömiin seurannassa.

Tapauskohtaisen asetelman avulla osoitettavat muutokset edellyttävät mittausten ajoittamista hetkeen, jossa muutos tapahtuu (Rubin & Knox 1996, 41–43, 45–55). Muutosten vaiheittaisuus ja hitaus sosiaalityössä (Proschaska & DiClemente 1982; 1983; Morén & Blom 2003, 41; Blom & Morén 2010, 113–114; Korteniemi ym. 2012, 98) vaikeuttavat oikean

ajankohdan ennakoimista. Haastatteluaineiston perusteella osallistujien tavoitteissa tapahtuneet muutokset olivat ajoittuneet pajalla käymisen ensimmäisiin viikkoihin ja kuukausiin. Toisaalta taas paja oli ollut toiminnassa vasta kuusi kuukautta, joten pidemmän aikavälin vaativia muutoksia ei välttämättä vielä ollut ehtinyt tapahtua.

Tässä tutkimuksessa päätelmät pajan osuudesta osallistujien tavoitteissa tapahtuneisiin muutoksiin tehtiin haastatteluaineiston pohjalta. Jotta päätelmiä intervention osuudesta muutoksiin voitaisiin tehdä tapauskohtaisten asetelmien perusteella, tulisi asetelmiin lisätä lähtöta-soa selvittävä A-vaihe (Bloom ym. 1995, 365–367, 387; Rubin & Babbie 2008, 292–293, 302) ja seuranta tulisi toteuttaa pidemmän ajan kuluessa (Korteniemi ym. 2012, 97–99).

### **Asiakaslähtöisen arvioinnin ja realistisen arvioinnin yhdistämisen ongelma**

Tässä tutkielmassa asiakaslähtöiset tapauskohtaiset asetelmat (Bloom & Britner 2012) yhdistettiin realistisen arvioinnin suuntaukseen (Pawson & Tilley 1997). Osallistujakohtaisten tavoitteiden pohjalle rakennetut asiakaslähtöiset tapauskohtaiset asetelmat ja edistävien ja estävien tekijöiden paikantaminen osallistujien merkityksenantoja painottavalla, aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä eivät olleet ongelmattomasti yhdistettävissä realistisen arvioinnin ideoihin. Tämä johtuu realistiseen arviointiin sisältyvästä vahvasta teorialähtöisyyden vaatimuksesta (Pawson & Tilley 2009, 151, 162). Realistisen näkemyksen mukaan generatiiviset mekanismit eivät pääosin ole suoraan aistein havaittavissa, vaan niistä voi tehdä päätelmiä ainoastaan teorian kautta (Pawson & Tilley 1997, 68; Morén & Blom 2003, 39). Realistisen arviointikehän (Pawson & Tilley 1997, 85; 2009, 162–163; Korteniemi 2005, 29) alkupisteenä onkin intervention taustateorioiden kautta muodostettava alustava ymmärrys toiminnan mekanismeista ja konteksteista ja kehän seuraavissa vaiheissa tätä esiymmärrystä testataan aineistolla.

Asiakaslähtöisen, osallistujien yksilöllisiä tarpeita painottavan lähtökohdan vuoksi tätä tutkimusta ei alun perin suunnattu kulttuuripajatoiminnan taustateorioiden testaamiseen, vaan kulttuuripajatoiminnan tausta-ajatukset tuotiin mukaan vasta analyysin aineistolähtöisen analyysin loppuvaiheessa. Laajempi ymmärrys toiminnan mekanismeista ja konteksteista olisi epäilemättä saatu, mikäli realistisen kehän alkuvaiheelle oltaisiin annettu enemmän painoarvoa ja aineisto olisi kerätty toiminnan taustateorioita testaamaan. Toisin sanoen, jotta

tapauskohtaiset asetelmat toimivat realistisen arvioinnin välineenä, tulisi ne pohjata asiakaslähtöisten tavoitteiden sijaan tai niiden lisäksi intervention taustateorioiden pohjalta oletettujen sekä odotettujen että odottamattomien tulosten ja asiakkaiden elämässä läsnä olevien mekanismien ja kontekstien paikantamiseen (ks. esim. Kazi 1998a, 133, 158–159; 2003, 34–38; Pawson & Tilley 2009, 151–153, 156, 161–164). Tämä olisi voitu toteuttaa selvittämällä pajan toimijoiden näkemyksiä pajan vaikuttavista mekanismeista ennen aineistonkeruuta osallistujilta. Tällöin osallistujien tapauskohtaiseen seurantaan ja osallistujien haastatteluihin olisi voinut lisätä pajan toimijoiden esiin tuomien tausta-ajatusten testaamista erilaisten konteksti- ja mekanismimuuttujien ja realistisen haastattelun keinoin. (Pawson & Tilley 2009, 162–164.)

### **8.3 Tutkimuksen luotettavuus**

Tutkimuksen luotettavuutta arvioidaan erilaisissa tutkimusperinteissä erilaisten käsitteiden ja kriteerien kautta. Tässä tutkielmassa haasteen asettaa määrällisen ja laadullisen aineiston yhdistäminen. Tutkimuksen logiikka on kuitenkin lähempänä laadullista kuin määrällistä tutkimusta, joten tutkielman luotettavuutta arvioidaan tässä pääasiassa laadullisen tutkimuksen kriteereillä. Tapauskohtaisissa asetelmissä käytettyjen mittareiden kohdalla luotettavuutta tarkastellaan kuitenkin määrälliseen tutkimukseen liittyvien käsitteiden kautta.

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan arvioida useilla eri kriteereillä. Tämän tutkielman kohdalla tutkimuksen luotettavuutta tarkastellaan tutkimustulosten uskottavuutena, vastaavuutena ja vahvistettavuutta. (Ks. Tuomi & Sarajärvi 2009, 134–139.) Tutkimustulosten uskottavuutta ja vastaavuutta tutkittavien alkuperäisten merkityksenantojen kanssa (Eskola & Suoranta 2005, 211) pyrittiin aineiston huolellisen analyysin lisäksi varmistamaan antamalla teksti sekä tutkittaville että pajan edustajille luettavaksi käsikirjoitusvaiheessa. Tutkimusprosessin vahvistettavuuden vuoksi tutkimuksen edetessä tehdyt valinnat ja ratkaisut on saatettu lukijalle näkyväksi niiden arvioinnin mahdollistumiseksi (Parkkila ym. 2000 Tuomen ja Sarajärven 2009, 139 mukaan). Tutkielman tulosten luotettavuutta parantaa myös tutkimustulosten saama vahvistus aiemmasta tutkimuksesta ja kulttuuripajamallista tehdyistä arvioinneista ja mallin taustalla olevista oletuksista mallin vaikuttavista tekijöistä (Eskola & Suoranta 2005, 212).

Tutkielmaan sisältyi myös määrällisiä elementtejä tapauskohtaisissa asetelmissä toteutettujen mittausten muodossa. Määrällisessä tutkimusperinteessä luotettavuutta on perinteisesti tarkasteltu reliabiliteetin ja validiteetin käsitteiden kautta. Reliabiliteetilla tarkoitetaan mittarin kykyä antaa ei-sattumanvaraisia tuloksia ja validiteetilla mittarin tai menetelmän kykyä mitata sitä mitä sen oli tarkoitus mitata. (Hirsjärvi 1997, 231.) Kapeimmillaan reliabiliteettia ja validiteettia tarkastellaan yksittäisten mittareiden ominaisuuksina. Pertti Jokivuori (2014) on kuitenkin huomauttanut, että määrällisessä tutkimuksessa tutkimuksen validiteetti ei typisty yksittäisiin mittareihin vaan sitä tulee tarkastella koko tutkimusprosessin ominaisuutena, aina tehtyihin johtopäätöksiin saakka.

Tässä tutkimuksessa ei käytetty standardoituja, tutkimuskäyttöön hyväksytyjä mittareita, vaan sekä seurantakysymykset että vastauskaalat luotiin yksilöllisesti kullekin osallistujalle. Tällä tavoin luotujen mittareiden haittana tutkimuksen luotettavuuden kannalta on se, ettei niiden validiteettia tai reliabiliteettia ole testattu. Mittareiden reliabiliteettia ja validiteettia pyrittiin varmistamaan yhdessä tehdyillä, asiakkaan arkeen liittyvillä kysymyksenasetteluilla ja vastausvaihtoehdoilla, tasapuolisilla vastauskaaloilla, pitämällä kysymyksenasettelut samanlaisina koko seurannan ajan sekä lähettämällä seurantakysely aina samana viikonpäivänä. (Blythe & Tripodi 1989, 34–35.)

Tapauskohtaisissa asetelmissä käytettyjen, yksilöllisten mittareiden osalta validiteettia ja reliabiliteettia tarkastellaan tässä mittaustulosten vastaavuutena tutkittavien tulkintoihin tavoitteiden tasosta ja niissä tapahtuneista muutoksista. Kaiken kaikkiaan tapauskohtaisten mittausten tulokset olivat pääosin yhteneväisiä tutkittavien tavoitteista tekemien tulkintojen kanssa silloin, kun tarkasteltiin tavoitteiden tasoa ja muutosta seurantajakson (4–8 viikkoa) aikana. Tutkittavien asettamista 27 tavoitteesta 25 tavoitteessa seurantakuviot ja osallistujien tavoitteesta tekemä tulkinta vastasivat toisiaan. Sen sijaan suuremmiksi eroavaisuudet koko haastatteluaineiston ja tapauskohtaisen seurannan tarjoamien tulosten välillä muodostuvat, kun otetaan huomioon osallistujien kuvaukset tavoitteissaan tapahtuneista muutoksista koko heidän pajalle osallistumisensa ajalta. Tutkimuksen tulosten perusteella voi olettaa, että tapauskohtainen seuranta toteutui tavoitteiden muutoksen suhteen väärään aikaan suuressa osassa osallistujien tavoitteissa. Toisaalta, tapauskohtaisen aineiston ja haastatteluaineiston yhdistäminen toi esille osallistujien tavoitteissa tapahtuneita, eri suuntiin tapahtuneita muutoksia. Joidenkin tavoitteiden kohdalla osallistuja kuvasi pajan edistyneen tavoitetta ennen

tutkimuksen alkamista, mutta seurantajaksolla tavoite oli heikentynyt. Myös näissä tilanteissa heikentymiselle löytyi syitä osallistujan elämässä ja pajalla tapahtuneista tekijöistä. Näiltä osin tapauskohtaisen seurannan ja haastatteluaineiston vastaavuutta voi pitää tulosten luotettavuutta lisäävinä tekijöinä (Kazi 1998a, 127).

Joidenkin mittareiden luotettavuutta heikensi joko se, että osallistuja oli ajatellut vastatesaan eri asioita, kuin alun perin mittaria luotaessa oli sovittu. Esimerkiksi Sarahin jaksamista kodin ulkopuoliseen toimintaan osallistumisen määrällä mitannut mittari osoittautui epärealistiseksi, koska Sarah laski vastatessaan mukaan myös muita toimintoja kuin alun perin määriteltiin mitattavaksi. Hannan kohdalla masennuksen mittaaminen itsetuhoisten ajatusten määrällä taas osoittautui epävalidiksi mittariksi, koska se ei onnistunut tavoittamaan Hannan kokemaa masennuksen helpottumista. Molempien mittareiden ongelmana oli asetettujen tavoitteiden epäsuora mittaaminen. Kirjallisuudessa painotetaan mahdollisimman yksinkertaisia, suoraan asetettua tavoitetta mittaavia mittareita (Bloom ym. 2009, 252).

Tavoitteiden mittaaminen toteutettiin osallistujien itsearviointin kautta. Tällöin riskinä on vastausten vinoutuminen osallistujan miellyttämisen halun tai reaktiivisuuden vuoksi. Osallistuja voi haluta miellyttää tutkijaa tai luoda itsestään positiivista kuvaa vastaamalla positiivisemmin kuin todellisuus on. Reaktiivisuudella taas tarkoitetaan itse seurannan aiheuttamia positiivisia vaikutuksia kohdeongelmassa. (Rubin & Babbie 2008, 299–301.) Miellyttämistä ja reaktiivisuutta pyrittiin vähentämään triangulaation avulla, tarkastelemalla mittaus tuloksia loppuhaastattelussa yhdessä osallistujien kanssa.

Tutkimustulosten luotettavuutta voi tarkastella myös niiden yleistettävyytenä. Tähän tutkimukseen osallistui seitsemän kulttuuripajan osallistujaa, eikä tuloksia täten voi yleistää koskemaan aineiston ulkopuolisia toimintaan osallistujia. Tutkimuksessa paikannetut kulttuuripajatoiminnan edistävät ja estävät tekijät saivat kuitenkin tukea aiemmista tutkimuksista, ja täten niiden voi ajatella olevan kulttuuripajalla potentiaalisesti hyötyjä tuottavia tekijöitä myös muiden osallistujien kohdalla. Kuitenkaan esimerkiksi vertaistuen puuttuminen aineistosta ei tarkoita, ettei sitä pajalla kävijöiden välillä esiintyisi. Mikäli tämän tutkielman tutkimusjoukko tavoitteineen olisi ollut toinen, olisivat esille nousseet tulokset ja mekanismit voineet olla erilaisia.

## 8.4 Eettisyys

Tutkimuksen eettisyys pyritään varmistamaan noudattamalla tieteen eettisiä periaatteita ja hyvää tieteellistä käytäntöä (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012). Keskeisiä etiikkaan liittyviä näkökulmia arvioitavaan toimintaan läheisesti liittyvien osallisten kannalta ovat suostumus, yksityisyys, luottamuksellisuus sekä riskit suhteessa hyötyyn (Robson 2001, 51).

Suostumuksen antamisen kannalta on olennaista, että osallistujat tietävät, mihin lupautuvat kun lähtevät mukaan tutkimukseen (Kuula 2011, 106–108). Tämän vuoksi tutkittavia informoitiin jo tutkimuksen rekryointivaiheessa tutkimukseen aiheesta ja aineistonkeruun kuluista heidän näkökulmastaan. Tässä vaiheessa painotettiin myös mukaan lähtemisen vapaaehtoisuutta ja sitä, että tutkimukseen osallistuminen on oikeus keskeyttää tutkimuksen missä vaiheessa tahansa, eikä mahdollinen keskeyttäminen vaikuta osallistujien mahdollisuuteen osallistua jatkossa kulttuuripajan toimintaan. Yksi osallistuja keskeytti tutkimusjakson elämäntilanteeseen liittyvien muutosten vuoksi, mutta antoi luvan käyttää kertynyttä tutkimusaineistoa tutkielmassa. Tutkittavat allekirjoittivat ennen tutkimuksen alkua suostumuksen tutkimukseen osallistumiseen ja tässä yhteydessä he saivat myös kirjallisesti tutkimukseen liittyvän informaation (ks. suostumuslomake liite 6).

Yksityisyys ja luottamuksellisuus edellyttävät tutkittavien tietojen huolellista säilyttämistä sekä henkilön tunnistettavuuteen liittyvien seikkojen hälventämistä tutkielmasta (Kuula 2011, 108–115). Haastatteluaineisto anonymisoitiin jo sen litterointivaiheessa jättämällä pois suorat tunnistetiedot kuten mainitut nimet ja esimerkiksi paikkakunnat ja opiskelualat. Osallistujien etunimet ja sähköpostiosoitteet säilytettiin erillisessä tiedostossa siihen asti, kunnes osallistujille oli lähetetty luettavaksi käsikirjoitus kunkin osallistujan omaa osuutta käsittelevästä luvusta. Tämän jälkeen tunnistetiedot tuhottiin. Sähköisesti kerätyissä seurantakyselyissä ei käytetty osallistujien nimiä tai muita tunnistetietoja. Kyselyvastaukset siirrettiin salasanasuojattuun Excel-taulukkoon heti vastauspäivänä, jonka jälkeen alkuperäinen vastauslomake poistettiin Google-alustalta.

Tapauskohtaisen arvioinnin tulokset on perinteisesti raportoitu tapauksittain, mikä asettaa haasteen anonymiteetin säilyttämiselle tutkimusraportissa. Tässä raportissa osallistujien anonymiteetti pyrittiin turvaamaan käyttämällä peitenimiä ja jättämällä tapauskohtaisia tu-

loksia esittelevistä yksilökohtaisista luvuista pois tarkat, osallistujan tunnistamista helpottavat taustatiedot, kuten ikä, diagnoosi tai tiedot ryhmistä joihin kukin tutkittava osallistui. Osallistujat saivat myös käsikirjoitusvaiheessa lukea omaa osuuttaan käsittelevät luvut tutkielmasta. Kukaan osallistujista ei ehdottanut muutoksia käsikirjoitukseen.

Osallistujille tutkimuksesta mahdollisesti koituvien haittojen tai riskien arviointi etukäteen on vaikeaa. Aina on mahdollista, että osallistujalle aiheutuu osallistumisesta esimerkiksi epämiellyttäviä tunteita. (Robson 2001, 58–59.) Osallistujille kyselyistä koituvaa vaivaa yritettiin etukäteen vähentää antamalla osallistujille mahdollisuus valita itselleen parhaiten sopiva seurannan tapa ja painottamalla ettei vääriä vastauksia ole. Yksi osallistuja kuvasi silti loppuhaastattelussa kokeneensa seurantakyselyn täyttämistä stressiä joinain viikkoina. Muut osallistujat kuvasivat tutkimukseen osallistumista mukavana tai neutraalina kokemuksena.

Mielenterveyden ongelmista keskusteleminen voi myös olla aiheena osallistujille arkaluonteinen (Kuula 2011, 135–137). Haastattelutilanteessa pyrin toimimaan empaattisesti ja kunnioittavasti osallistujia kohtaan. Osallistujille esitetyt kysymykset olivat asetteluiltaan myös niin avoimia, että osallistujan oli mahdollista säädellä itse sitä, mitä asioita elämästään toi esille. Osallistujia ei haastatteluissa pakotettu asettamaan mielenterveyteen liittyviä tavoitteita, vaan kaikki osallistujien esiin tuomat tavoitteet hyväksyttiin mukaan tutkimukseen. Osa osallistujista nosti esille myös omaan psyykkiseen vointiin liittyviä tekijöitä ja osa jätti ne keskustelun ulkopuolelle. Kiinnitin haastatteluissa huomiota puhetapaani myös sen suhteen, miten puhuin osallistujien asettamista tavoitteista ja niiden muutoksista. Pyrin siihen, etten liiallisella edistymisen painottamisella loisi osallistujalle paineita siitä, että muutoksia pitäisi seurannassa tapahtua. Rauhala ja Virokannas (2011, 238–239) ovat huomauttaneet, että sosiaalisten ja psykososiaalisten ongelmien pitkäkestoisuudesta ja ratkaisemisen vaikeudesta huolimatta tutkimuksilla ei saisi olla toivottomuutta legitimoivaa vaikutusta.

Arviointitutkimusta tehdessä tutkija joutuu pohtimaan myös kysymyksiä erilaisten lojaliteettien vaikutuksesta tulosten esittämiseen ja uskottavuuteen (Lindqvist 1999, 107). Tämän tutkielman aineisto on kerätty Sosped säätiön ylläpitämältä kulttuuripajalta. Säätiön edustaja on hyväksynyt tutkielman ideapaperin ja tutkimussuunnitelman, mutta muutoin säätiö ei myötävaikuttanut tutkielman näkökulmaan, tutkimusasetelmaan tai tuloksiin. Tutkielmasta ei maksettu korvausta tutkielman tekijälle.

## 8.5 Jatkotutkimuksen aiheita

Kulttuuripajatoiminnan on useissa arvioinneissa ja opinnäytetöissä (esim. Koskela ym. 2011; Hagelin & Harjunpää 2014) todettu tuottavan osallistujille monenlaisia hyötyjä. Jatkotutkimuksissa voitaisiin jatkaa sen tutkimista, mikä kulttuuripajoilla kyseisiä hyötyjä tuottaa ja minkälaisille osallistujille pajatoiminta erityisesti soveltuu. Tässä tutkimuksissa tehtiin alustavia tulkintoja kulttuuripajatoiminnassa vaikuttavista mekanismeista. Jatkotutkimuksissa ymmärrystä kulttuuripajatoiminnan potentiaalisista mekanismeista voitaisiin syventää rakentamalla realistinen arviointiasetelma tässä tutkimuksessa tehtyjen, edistäviä ja estäviä tekijöitä koskevien havaintojen sekä mallin taustateorioiden testaamisen pohjalle (Pawson & Tilley 2009, 162–163). Toisaalta myös tavoitevapaan arvioinnin (Scriven 1991) lähtökohdista tehty ja mahdollisesti osallistuvaan havainnointiin tai toimintatutkimukseen perustuvat valtaistavan ja osallistavan arvioinnin (Kivipelto 2008) menetelmät voisivat sopia kulttuuripajan toiminnan vaikuttavuuden tutkimiseen ja tuoda toiminnasta esille sellaisia puolia, joita toiminnasta tähän mennessä tehdyillä kysely- ja haastattelututkimuksilla ei kenties ole ollut mahdollista saavuttaa.

Tässä tutkielmassa tavoitteena oli asiakaslähtöinen, osallistujien tavoitteisiin pohjautuva arviointi, jota ei asiakaslähtöisyyden ideaalisesta asemasta huolimatta edelleenkään paljoa tehdä ja jonka toteuttamiseen kaivataan edelleen välineitä (Koivisto 2007, 8). Arviointimittareiden tulisi olla myös käytettävissä osana käytännön asiakastyötä (Kivipelto ym. 2013, 31, 38; Paasio 2014, 140–141). Asiakaslähtöiset tapauskohtaiset asetelmat näyttivät tämän tutkimuksen valossa soveltuvan asiakkaiden tavoitteiden seurantaan ja täten mahdollistavan tavoitteissa tapahtuvien muutosten jäljittämisen asiakastyössä. Osallistujat kokivat sähköisen seurannan helpoksi toteuttaa, ja yksi osallistuja kertoi omien tavoitteiden pohtimisen toimineen hyödyllisenä tilannekatsauksena omaan elämään. Tapauskohtaisten asetelmien hyödyt käytännön asiakastyön monitoroinnissa on todettu jo aiemmissa tutkimuksissa (esim. Kazi 1998a, 88–90, Rostila & Mäntysaari 1997b, 68–69) mutta siitä huolimatta niitä ei käytetä käytännön työssä eikä juuri tutkimuksessakaan. Jatkossa esimerkiksi THL:ssä kehitetty AVAIN-mittari (ks. esim. Kivipelto & Blomgren 2014; Saikkonen ym. 2015) mahdollistaa tällaisen tutkimuksen laajentamisen sosiaalityön arkeen. Toivottavasti mittari otetaan laajasti käyttöön sekä käytännön sosiaalityössä että tutkimuksessa.



## LÄHTEET

- Anthony, William A. 1993. Recovery from mental illness: The guiding vision of the mental health service system in the 1990s. *Psychosocial Rehabilitation Journal* 16:4, 11–23.
- Beresford, Peter. 2001. Service users, social policy and the future of welfare. *Critical social policy* 21:4, 494–512.
- Blom, Björn & Morén, Stefan. 2010. Explaining social work practice – The CAIMeR theory. *Journal of Social Work* 10:1, 98–119.
- Blom, Björn & Morén, Stefan. 2011. Analysis of generative mechanisms. *Journal of Critical Realism* 10:1, 60–79.
- Blom, Björn & Morén, Stefan. 2015. *Teori för socialt arbete*. Lund: Studentlitteratur.
- Bloom, Martin & Britner, Preston A. 2012. *Client-centered evaluation. New models for helping professionals*. Boston: Pearson Education/Allyn & Bacon.
- Bloom, Martin, Fischer, Joel & Orme, John G. 1995. *Evaluating practice: Guidelines for accountable professional. 4. painos*. Boston: Pearson/Allyn & Bacon.
- Bloom, Martin, Fischer, Joel & Orme, John G. 2009. *Evaluating practice: Guidelines for accountable professional. 6. painos*. Boston: Pearson/Allyn & Bacon.
- Blythe, Betty J. & Tripodi, Tony. 1989. *Measurement in direct practice. Sage human services guides, volume 59*. Newbury Park: SAGE publications.
- Carpenter, Jenneth. 2002. Mental health recovery paradigm: Implications for social work. *Health and Social Work* 27:2, 86–94.
- Davidson, Larry & Strauss, John. 1992. Sense of self in recovery from severe mental illness. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice* 65:2, 131–145.
- Davidson, Larry, Chinman, Matthew, Kloos, Brett, Weingarten, Richard, Stayner, David & Tebes, Jacob Kraemer. 1999. Peer support among individuals with severe mental illness: A review of the evidence. *Clinical psychology: Science and practice* 6:2, 165–187.
- Eskola, Jari. 2001. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat. Laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.): *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II – näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Jyväskylä: PS-kustannus, 133–157.

- Eskola, Jari & Suoranta, Juha. 2005. 7. painos (1. p. 1998). Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Faul, Anna C., McMurtry, Steven L. & Hudson, Walter W. 2001. Can empirical clinical practice techniques improve social work outcomes? *Research on Social Work Practice* 11:3, 277–299.
- Haapalainen, Sirkku & Vanhala, Jaana. 2016. MAHDOLLISUUKSIEN MARILYN. Ohjatun toiminnallisen vertaistuen vaikutus mielenterveyskuntoutujan toimintakykyyn. Sosiaalialan koulutusohjelma. Centria ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.
- Haaranen, Ari. 2012. Realistinen arviointi lapsiperheiden vanhempainryhmistä. Muutokset perheen terveydessä ja vaikuttavuutta edistävät toiminnot. Publications of the University of the Eastern Finland. Dissertations in Health Sciences 140. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto.
- Hagelin, Päivi & Harjunpää, Jaana. 2014. Selvitys Lohjan Kulttuuripajan merkityksestä mielenterveyskuntoutujan arkielämään. Hoitotyön koulutusohjelma. Laurea ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.
- Helen, Ipo. 2011. Asiakaslähtöisyys: eli miten mielenterveystyön ajatus epäpolitisoitui. Teoksessa Ipo Helen (toim.): Reformin pirstaleet. Mielenterveyspolitiikka hyvinvointivaltion jälkeen. Tampere: Vastapaino, 153–181.
- Helen, Ipo, Hämäläinen, Pertti & Metteri, Anna. 2011. Komplekseja ja katkoksia – Psykiatrian hajaantuminen suomalaiseen sosiaalivaltioon. Teoksessa Ipo Helen (toim.): Reformin pirstaleet. Mielenterveyspolitiikka hyvinvointivaltion jälkeen. Tampere: Vastapaino, 11–69.
- Hirsjärvi, Sirkka. 1997. Tutkimuksen reliabelius ja validius. Teoksessa Sirkka Hirsjärvi, Pirkko Remes & Paula Sajavaara: Tutki ja kirjoita. 15. uudistettu painos. Helsinki: Tammi.
- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena. 2008. Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus University Press.
- Honkakoski, Arja. 2017. Taiteen ja sosiaalisen työn rajalla – kohtaauspaikkana draama. *Acta Universitatis Lapponiensis* 314. Lapin yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Rovaniemi: Lapin yliopistopaino.
- Jantunen, Eila. 2008. Osalliseksi tuleminen – Masentuneiden vertaistukea jäsentävä substansiivinen teoria. Tampereen yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta, hoitotieteen

laitos. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja A tutkimuksia 18. Lisensiaatintutkimus.

- Jokivuori, Pertti. 2014. Kvantitatiivisten menetelmien syventävä kurssi. Luentodiat 11.2.2014. Saatavilla: <http://slideplayer.fi/slide/2888535/>, luettu 31.3.2017.
- Kankaanpää, Sini & Kurki, Marjo. 2013. Toipuminen kokemuksena. Teoksessa Hanna Falk, Marjo Kurki, Päivi Rissanen, Sini Kankaanpää & Niina Sinkkonen: Kuntoutujasta toimijaksi – kokemus asiantuntijuudeksi. Työpaperi 39/2013. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos, 9–10.
- Karppinen, Aleksi & Suokas, Sanni. 2010. Ainutlaatuinen ELVIS – Mielenterveyskuntoutujien kokemuksia vertaisohjaajana toimimisesta. Toimintaterapian koulutusohjelma. Metropolia ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.
- Kazi, Mansoor A.F. 1996. The centre for evaluation studies at the University of Huddersfield: A profile. *Research on Social Work Practice* 6:1, 104–116.
- Kazi, Mansoor A.F. 1998a. *Single-Case Evaluation by Social Workers*. Aldershot: Ashgate.
- Kazi, Mansoor A.F. 1998b. Putting single-case evaluation into practice. Teoksessa Juliet Cheetham & Mansoor, A. F., Kazi (toim.): *The Working of Social Work*. London: Jessica Kingsley Publishers, 187–200.
- Kazi Mansoor A.F. 2003. *Realist evaluation in practice*. Health and social work. London: Sage Publications.
- Kazi, Mansoor A.F., Mäntysaari, Mikko & Rostila, Ilmari. 1997. Promoting the use of single-case designs: Social work experiences from England and Finland. *Research on Social Work Practice* 7:3, 311–328.
- Kivipelto, Minna. 2008. Osallistava ja valtaistava arviointi. Johdatus periaatteisiin ja käytäntöihin. Stakesin työpapereita 17/2008. Helsinki: Stakes.
- Kivipelto, Minna. 2017. AVAIN-mittari. Terveysten ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut: [https://www.thl.fi/fi/web/paatoksenteko-talous-ja-palvelujarjestelma/vaikuttavuus/sosiaalityon-vaikuttavuuden-arviointi/arviointimittareita-ja-menetelmia/avain\\_mittari](https://www.thl.fi/fi/web/paatoksenteko-talous-ja-palvelujarjestelma/vaikuttavuus/sosiaalityon-vaikuttavuuden-arviointi/arviointimittareita-ja-menetelmia/avain_mittari), luettu 8.4.2017.
- Kivipelto, Minna & Blomgren, Sanna. 2014. AVAIN-mittarin soveltuvuus toimeentulotuen vaikuttavuuden arvioinnissa – mittarin testaus Seinäjoen sosiaalivirastossa. *Hallinnon Tutkimus* 33:3, 225–242.
- Kivipelto, Minna & Kotiranta, Tuija. 2011. Valtaistumisen vaikuttavuuden arviointi. Miten voisimme edistää sitä sosiaalityössä? *Janus. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti* 19:2, 122–124.

- Kivipelto, Minna, Blomgren, Sanna, Karjalainen, Pekka & Saikkonen, Paula. (toim.). 2013. Vaikuttavaa aikuissosiaalityötä – arviointimalleista mittareihin. Tutkimus- ja kehittämishankkeen loppuraportti. Raportteja 8. Helsinki: Terveys- ja hyvinvoinninlaitos.
- Koivisto, Juha. 2007. Kuinka paljon asiakkaan sana painaa? Bikva-menetelmän relationaalinen arviointi. Stakesin raportteja 21/2007. Helsinki: Stakes.
- Korteniemi, Pertti. 2004. Mikä palveluohjauksessa toimii, kenen kohdalla ja missä olosuhteissa? Keskisen sosiaalikeskuksen palveluohjausprojektin loppuarviointiraportti 11.12.2003. Helsingin kaupungin sosiaalivirasto, tutkimuksia 2004:1.
- Korteniemi, Pertti. 2005. Realismi ja realismin sovellus. Teoksessa Ilse Julkunen, Tuija Lindqvist & Sakari, Kainulainen (toim.): Realistisen arvioinnin ensiaskeleet. Finsoc. Työpapereita 3/2005. Helsinki: Stakes, 17–33.
- Korteniemi, Pertti, Kotiranta, Tuija & Kivipelto, Minna. 2012. Kokemuksia sosiaalityön vaikuttavuuden arvioinnin toteuttamisesta. Teoksessa Anneli Pohjola, Tarja Kemppainen & Sanna Väyrynen (toim.): Sosiaalityön vaikuttavuus. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 89–115.
- Koskela, Tuomas, Vedenkannas, Elina, Tiainen, Raija & Linnolahti, Outi. 2011. ELVIS-hankkeen vaikuttavuuden arviointi. Helsinki: Kuntoutussäätiö.
- Koskimies, Panu. 2016. Trombi puhalttaa. Teoksessa Markus Raivio, Jouko Raivio, Anna Purola, Miikka Vuorinen & Rauni Koikkalainen (toim.): Minun kulttuuripajani: tarinoita toivosta, kohtaamisesta ja mielenterveydestä. Helsinki: Sosped säätiö, 50–51.
- Kuula, Arja. 2011. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. 2. painos. Tampere: Vastapaino.
- Laitila, Minna. 2010. Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdetyössä: Fenomenografinen lähestymistapa. Publications of the University of Eastern Finland. Dissertations in Health Sciences 31. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto.
- Leamy, Mary, Bird, Victoria, Le Boutiller, Clair, Williams, Julie & Slade, Mike. 2011. Conceptual framework for personal recovery in mental health: Systematic review and narrative synthesis. *The British Journal of Psychiatry* 199:6, 445–452.
- Lindqvist, Tuija. 1999. Evaluaation uskottavuus. Teoksessa Risto Eräsaari, Tuija Lindqvist, Mikko Mäntysaari & Marketta Rajavaara (toim.): Arviointi ja asiantuntijuus. Helsinki: Gaudeamus, 106–118.

- Lindqvist, Tuija. 2001. Melluraide-projektin tapauskohtaista arviointia. Teoksessa Marko Karvinen (toim.): ”Kun ei enää saa syrjäytyäkään rauhassa” Raportti työllistämiprojekti Mellu- ja Myllyraiteesta 1997–2000.
- Lindqvist, Tuija. 2005. Johdatus tapauskohtaiseen ja realistiseen arviointiin. Teoksessa Ilse Julkunen, Tuija Lindqvist & Sakari, Kainulainen (toim.): Realistisen arvioinnin ensiaskeleet. Finsoc. Työpapereita 3/2005. Helsinki: Stakes, 13–16.
- Mancini, Michael A. 2007. The role of self-efficacy in recovery from serious psychiatric disabilities. A qualitative study with fifteen psychiatric survivors. *Qualitative Social Work* 6:1, 49–74.
- Mancini, Michael A., Hardiman, Eric R. & Lawson, Hal A. 2005. Making sense of it all: consumer providers’ theories about factors facilitating and impeding recovery from psychiatric disabilities. *Psychiatric Rehabilitation Journal* 29:1, 48–55.
- Miller, William. 2008. Motivaatio ja muutoksen käsitteellistäminen. Suomentanut Anja Koski-Jännes. Teoksessa Anja Koski-Jännes, Liisa Riittinen & Pekka Saarnio (toim.): Kohti muutosta. Motivointimenetelmiä päihde ja käyttäytymisongelmiin. Helsinki: Tammi, 16–40.
- Morén, Stefan & Blom, Björn. 2003. Explaining human chance. *Journal of Critical Realism* 2:1, 37–60.
- Onken, Steven J., Craig, Katherine M., Ridgway, Priscilla, Ralph, Ruth O. & Cook, Judith A. 2007. An analysis of the definitions and elements of recovery: A review of the literature. *Psychiatric Rehabilitation Journal* 31:1, 9–22.
- Oranen, Aapo. 2016. Kaikki riittävät. Teoksessa Markus Raivio, Jouko Raivio, Anna Purola, Miikka Vuorinen & Rauni Koikkalainen (toim.): Minun kulttuuripajani: tarinoita toivosta, kohtaamisesta ja mielenterveydestä. Helsinki: Sosped säätiö, 27–29.
- Paananen, Reija, Ristikari, Tiina, Merikukka, Marko, Rämö, Antti & Gissler, Mika. 2012. Lasten ja nuorten hyvinvointi Kansallinen syntymäkohortti 1987-tutkimusaineiston valossa. Raportti 52/2012. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Paasio, Petteri. 2003. Vaikuttavuuden arvioinnin rakenne ja mahdollisuus sosiaalialalla. *FinSoc Työpapereita* 3/2003. Helsinki: Stakes.
- Paasio, Petteri. 2014. Näyttöön perustuva sosiaalityön käytäntö – järjestelmällinen katsaus vuosina 2010–2012 julkaistuista tutkimuksista. Jyväskylän yliopisto, Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos, sosiaalityö. Ammatillinen lisensiaatintutkimus.

- Pawson, Ray. & Tilley, Nick. 1997. Realistic evaluation. London: SAGE Publications.
- Pawson, Ray & Tilley, Nick. 2009. Realist evaluation. Teoksessa Hans-Uwe Otto, Andreas Polutta & Holger Ziegler (toim.): Evidence-based practice – Modernising the knowledge base of social work? Opladen & Farmington Hills: Barbara Budrich Publishers, 151–180.
- Peitola, Petri. 2005. Arvioinnin soveltuvuus sosiaalityössä. Tapauksena realistinen arviointi huumeongelmaisen yksilökohtaisessa palveluohjauksessa. FinSoc Työpapereita 4/2005. Helsinki: Stakes.
- Proschaska, James O. & DiClemente, Carlo C. 1982. Transtheoretical therapy: Toward a more integrative model of change. *Psychotherapy: Theory, research and practice* 19:3, 276–288.
- Proschaska, James O. & DiClemente, Carlo C. 1983. Stages and processes of self-change of smoking: Toward an integrative model of change. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 51:3, 390–395.
- Proschaska, James O. & Velicer, Wayne F. 1997. The transtheoretical model of health behavior change. *American Journal of Health Promotion* 12:1, 38–48.
- Provencher, Helene L. & Keyes, Corey L. M. 2013. Recovery: A complete mental health perspective. Teoksessa Corey L.M., Keyes (toim.): Mental well-being: International contributions to the study of positive mental health. Dordrecht: Springer Netherlands, 277–297.
- Purola, Anna. 2016. Toimintamalli ja rakenteet. Teoksessa Markus Raivio, Jouko Raivio, Anna Purola, Miikka Vuorinen & Rauni Koikkalainen (toim.): Minun kulttuuripajani: tarinoita toivosta, kohtaamisesta ja mielenterveydestä. Helsinki: Sosped säätiö, 41–43.
- Pöyhönen, Eveliina. 2003. Johdanto. Teoksessa Eveliina Pöyhönen (toim.): Mielenterveyskuntoutujien klubitalo – Yhdessä kohti työelämää. Helsinki: Stakes.
- Raitasalo, Raimo & Maaniemi, Kaarlo. 2011. Nuorten mielenterveyden häiriöiden aiheuttamat sairauspoissaolot ja työkyvyttömyys vuosina 2004–2009. *Nettityöpapereita* 23/2011. Toinen, korjattu painos. Helsinki: Kelan tutkimusosasto.
- Raivio, Markus. 2012. Nuoret sankarit – pamfletti mielenterveydestä ja toiminnallisesta vertaistuesta. Helsinki: Sosiaalipedagogiikan säätiö.

- Raivio, Markus. 2016. Esipuhe. Teoksessa Markus Raivio, Jouko Raivio, Anna Purola, Miikka Vuorinen & Rauni Koikkalainen (toim.): *Minun kulttuuripajani: tarinoita toivosta, kohtaamisesta ja mielenterveydestä*. Helsinki: Sosped säätiö, 5–7.
- Rajavaara, Marketta. 2006. Yhteiskuntaan vaikuttava Kela. Katsaus vaikuttavuuden käsitteisiin ja arviointiin. *Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 69*. Helsinki: Kelan tutkimusosasto.
- Rauhala, Pirkko-Liisa & Virokannas, Elina. 2011. Sosiaalityön tutkimuksen etiikka, opettaminen ja tietoarvo. Teoksessa Aini, Pehkonen & Marja, Väänänen-Fomin (toim.): *Sosiaalityön arvot ja etiikka*. PS-kustannus: Jyväskylä, 235–256.
- Robson, Collin. 2001. Käytännön arvioinnin perusteet: opas evaluaation tekijöille ja tilaajille. Alkuperäisteos: *Small-Scale evaluation*. Suomentanut työryhmä: Lindqvist, Tuija, Maaniittu, Maisa, Niemi, Eila, Paasio, Petteri & Paija, Leea. Helsinki: Tammi.
- Romakkaniemi, Marjo. 2014. Masennuksen sosiaaliset ulottuvuudet ja sosiaalityön asiantuntijuus masennuksen hoidossa ja kuntoutuksessa. Teoksessa Anna Metteri, Heli Valokivi & Satu Ylinen (toim.): *Terveys ja sosiaalityö*. Jyväskylä: PS-kustannus, 142–173.
- Rostila, Ilmari. 2001a. Sosiaalisen kuntoutuksen mekanismit. Monet-projektin realistinen arviointi. *FinSoc arviointiraportteja 3/2001*. Helsinki: Stakes.
- Rostila, Ilmari. 2001b. Tavoitelähtöinen sosiaalityö: voimavarakeskeisen ongelmanratkaisun perusteet. Jyväskylän yliopisto: Kopijyvä.
- Rostila, Ilmari & Mäntysaari, Mikko. 1997a. Tapauskohtainen evaluaatio sosiaalityössä – menetelmän rajat ja mahdollisuudet. *Janus. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti 5:4*, 398–415.
- Rostila, Ilmari & Mäntysaari, Mikko. 1997b. Tapauskohtainen arviointi sosiaalityön välineenä. *Raportteja 212*. Helsinki: Stakes.
- Rubin, Allen & Babbie, Earl. 2008. *Research methods for social work*. 7. painos. Kansainvälinen painos. Belmont: Brooks/ Cole Cengage learning.
- Rubin, Allen & Knox, Karen. 1996. Data analysis problems in single-case evaluation: Issues for research on social work practice. *Research on Social Work Practice 6:1*, 40–65.

- Ryan, Richard M. & Deci, Edward L. 2000. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist* 55:1, 68–78.
- Saikkonen, Paula, Blomgren, Sanna, Karjalainen, Pekka & Kivipelto, Minna. 2015. Poistaako sosiaalityö huono-osaisuutta? Tutkimusjulkaisu-sarjan julkaisu nro 89. KAKS Kunnallisalan kehittämissätiö.
- Schön, Ulla-Karin, Denhov, Anne & Topor, Alain. 2009. Social relationships as a decisive factor in recovering from severe mental illness. *International Journal of Social Psychiatry* 55:4, 336–347.
- Scriven, Michael. 1991. Prose and cons about goal-free evaluation. *American Journal of Evaluation* 12:1, 55–76.
- Sinervuo, Veli-Pekka, Vuorinen, Miikka & Seppälä, Heikki. 2015. TOIVEHATTU. Toiminnallinen vertaistuki: helppokäyttöisellä arviointityökalulla toiminta ja talous uskottavaksi! Hyötyarviointimallin kehittäminen. Raportti. Helsinki: Sosped säätiö.
- Slade, Mike. 2010. Mental illness and well-being: the central importance of positive psychology and recovery approaches. *BMO Health Services Research* 10:26.
- Slade, Mike., Leamy, Mary., Bacon, F., Janosik, M., Le Boutiller, Claire, Williams, Julie & Bird, Victoria. 2012. International differences in understanding recovery: systematic review. *Epidemiology and Psychiatric Sciences* 21:4, 353–364.
- Sohlman, Britta. 2004. Funktionaalinen mielenterveyden malli positiivisen mielenterveyden kuvaajana. Akateeminen väitöskirja. *Stakes tutkimuksia* 137. Helsinki.
- Sohlman, Britta, Immonen, Tuula & Kiikkala, Irma. 2005. Ongelmallinen mielenterveys. *Yhteiskuntapolitiikka* 70:2, 210–213.
- Solomon, Phyllis. 2004. Peer support/peer provided services underlying processes, benefits and critical ingredients. *Psychiatric Rehabilitation Journal* 27:4, 392–401.
- Sommerfeld, Peter, Hollenstein, Lea, Calzaferrri, Raphael & Schiepek, Günther. 2005. Real-time monitoring – New methods for evidence-based social work. Teoksessa: Peter Sommerfeld (toim.): Evidence-based social work – Towards a new professionalism? Bern: Peter Lang, 199–232.
- Sosiaalihuoltolaki 1301/30.12.2014. Viitattu 7.4.2017. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301>
- Sosped. 2016a. Kulttuuripaja Trombi. Olennaiset tulokset. Julkaisematon powerpoint-esitys Toivehattu-arvioinnin tuloksista. Helsinki: Sosped-säätiö.



- Sosped. 2016b. Kulttuuripaja Trombi. TOIVEHATTU-arviointi. Julkaisematon powerpointesitys Toivehattu-arvioinnin tuloksista. Helsinki: Sosped-säätiö.
- Sosped. 2017a. Kulttuuripajamalli. Sosped säätiön www-sivut, luettavissa: <http://www.sosped.fi/kulttuuripaja/kulttuuripajamalli/>, luettu 9.3.2017.
- Sosped. 2017b. Mikä Sosped säätiö? Sosped säätiön www-sivut, luettavissa: <http://www.sosped.fi/mika-sosped-saatio/>, luettu 31.3.2017.
- Sosped. 2017c. Perustietojen tallennuslomake. Julkaisematon tilasto kulttuuripajan kävijöistä. Helsinki: Sosped säätiö.
- Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö. 2017. Sote-uudistuksen tavoitteet. Sote- ja maakuntauudistuksen www-sivut, luettavissa: <http://alueuudistus.fi/soteuudistus/tavoitteet>, luettu 31.3.2017.
- Spandler, Helen, Secker, Jenny, Kent, L. Hacking, S. & Shenton, J. 2007. Catching life: The contribution of arts initiatives to recovery approaches in mental health. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing* 18:8, 791–799.
- Teppo, Maija. 2012. Ohjatun vertaistukiryhmän vaikutukset sijaisvanhempien kokemana. Sosiaalityön pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.
- Tew, Jerry, Ramon, Shula, Slade, Mike, Bird, Victoria, Melton, Jane & Le Boutillier, Clair. 2012. Social factors and recovery from mental health difficulties: A review of the evidence. *British Journal of Social Work* 42:3, 443–460.
- Topor, Alain, Borg, Margit, Mezzina, Roberto, Sells, Dave, Marin, Izabel & Davidson, Larry. 2006. Others: The role of family, friends and professionals in the recovery process. *American Journal of Psychiatric Rehabilitation* 9:1, 17–37.
- Tuomi, Jouni & Sarasjärvi, Anneli. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 5. uudistettu painos. Helsinki: Tammi.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta.
- Vayshenker, Beth, Mulay, Abby L., Gonzales, Lauren, West, Michelle L., Brown, Isaac & Yanos, Philip T. 2016. Participation in peer support services and outcomes related to recovery. *Psychiatric Rehabilitation Journal* 39:3, 274–281.
- Webber, Martin & Joubert, Lynette. 2015. Editorial: Social work and recovery. *British Journal of Social Work* 45: Supplement 1, i1–i8.

- Williams, Charmaine C., Almeida, Marlene & Knyahnytska, Yuliya. 2015. Towards a biopsychosociopolitical frame for recovery in the context of mental illness. *British Journal of Social Work*, 45: Supplement 1, i9–i26.
- World Health Organisation. 2014. Mental health: a state of well-being. Luettavissa: [http://www.who.int/features/factfiles/mental\\_health/en/](http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/), luettu 27.2.2017.
- Vuorinen, Miikka. 2016. Historia. Teoksessa Markus Raivio, Jouko Raivio, Anna Purola, Miikka Vuorinen & Rauni Koikkalainen (toim.): *Minun kulttuuripajani: tarinoita toivosta, kohtaamisesta ja mielenterveydestä*. Helsinki: Sosped säätiö, 40.

# LIITTEET

## LIITE 1: Alkuhaastattelun haastattelurunko

### *Taustatiedot*

Nimimerkki

Ikä

Sukupuoli

Kuvaile lyhyesti elämäntilannettasi

Kauan olet käynyt pajalla?

Mihin pajan toimintoihin olet osallistunut?

### *Toiminnalle asetettavat tavoitteet*

Minkä vuoksi olet tullut mukaan pajan toimintaan?

Mitä toivot toiminnan antavan itsellesi / Minkälaisia muutoksia toivot pajalle osallistumisen tuovan elämääsi?

### *Tavoitteiden operationalisointi seurattavaan muotoon*

Miten toivomasi muutos näkyisi elämässäsi? Mistä tiedät tavoitteena olevan asian olevan parempi/huonompi? Miten sinun toiminnassasi/ajattelussasi muutos näkyisi?

Miten mahdollista muutosta tilanteessa voisi mitata numeerisesti? Esim. onko jokin tietty käyttäytyminen, tapahtuma, ajatus, tunne jne sellainen, jonka esiintymistä seuraamalla voisi seurata tavoitetta?

Miten haluat toteuttaa seurannan (sähköisesti, puhelimitse, paperilomakkeella, kasvokkain pajalle osallistumisen yhteydessä?)

*Sähköpostiosoitteesi* (mikäli toivot sähköistä seurantaa)

## LIITE 2: Loppuhaastattelun haastattelurunko

- Seurannasta muodostettujen graafien läpikäynti:
  - o Miltä näyttää? Miten kommentoit kuvaa ja tavoitetta jakson aikana?
  - o Oletko samaa mieltä kuvan kanssa?
- Tavoitteisiin vaikuttaneet tekijät
  - o Mikä elämässäsi on kevään aikana edistänyt/heikentänyt tilannetta?
  - o Mikä osuus pajalla on ollut? Mikä pajalla on ollut hyödyllistä tavoitteen kannalta? Onko jokin asia pajalla heikentänyt tavoitetta?
  - o Mitkä asiat muussa elämässä ovat vaikuttaneet tavoitteeseen? Heikentävästi/edistävästi?
- Onko toimintaan osallistumisella ollut odottamattomia vaikutuksia elämääsi/ sellaisia joita et olisi osannut etukäteen ajatella?
- Millainen kevät sinulla on ollut muuten? Onko elämässäsi muuten tällä ajanjaksolla tapahtunut asioita, jotka ovat mielestäsi vaikuttaneet tavoitteisiin? Mitä nämä tapahtumat olivat, ja koska ne tapahtuivat? Ovatko tavoitteet edelleen merkityksellisiä, onko tullut uusia tavoitteita?
- Kuvaile itsellesi merkityksellisiä tapahtumia pajalla
- Miten koit tutkimukseen osallistumisen?

### LIITE 3: Esimerkki seurantalomakkeesta

1. Päivämäärä
2. Mihin ryhmiin/toimintoihin osallistuit viimeisen 7 päivän aikana? Valitse kaikki joissa kävit. Jos listasta puuttuu jotain, voit kirjata toiminnon kohtaan "muu". Kyseiseen kohtaan voit mainita myös, jos olet hengailut pajalla ryhmien ulkopuolella.
  - a. luettelo viikon aikana olleista ryhmistä
3. MIELEKÄS TEKEMINEN: Kun mietit viimeistä 7 päivää, kuinka monena päivänä sinulla on ollut päivässäsi mielekästä tekemistä?
  - a. avovastauskenttä
4. STRESSI: Kuinka stressaantunut olet ollut kuluneella viikolla?
  - a. 1 = Olen ollut todella stressaantunut
  - b. 2
  - c. 3
  - d. 4
  - e. 5 = En ole kokenut stressiä lainkaan
5. VIREYSTILA JA JAKSAMINEN: Mikä seuraavista vaihtoehdoista kuvaa tämänhetkistä vireystilaasi ja jaksamistasi parhaiten?
  - a. Olen jatkuvasti niin väsynyt, etten jaksa tehdä mitään
  - b. Olen usein väsynyt ja minulta jää paljon asioita tekemättä
  - c. Olen välillä väsynyt, jaksan tehdä jonkin verran asioita
  - d. Olen useimmiten virkeä ja jaksan tehdä suurimman osan asioista
  - e. Olen virkeä ja jaksan tehdä asiat jotka haluan
6. Ovatko tavoitteesi ennallaan?
  - a. Jep, näillä mennään
  - b. Ei, haluan muuttaa/lisätä tavoitteita
7. VAPAA SANA: Voit kommentoida kysymyksiä tai muuten vaan kulunutta viikkoa, jos on esim. tapahtunut jotain merkittävää :)
  - a. avovastauskenttä

LIITE 4. Osallistujien tavoitteet, tavoitteissa tapahtuneet muutokset, tavoitteiden taso ja edistäneet/estäneet tekijät (n = 7)

*Taulukon lukuohje:*

*Trendi* = kuvaa tapauskohtaisessa seurannassa näkyvää mahdollista muutostrendiä: + = muutos positiiviseen suuntaan, - = muutos negatiiviseen suuntaan, 0 = ei muutosta

*Taso* = tavoitteen taso seurantakuvion perusteella

*Koettu muutos* = osallistujan haastattelussa esiin tuoma kokemus tapahtuneesta muutoksesta, kommenttina seurantakuvioon

*Edistävät/estävät tekijät* = edistikö/estikö tavoitteiden saavuttamista pajaan liittyvät asiat/ osallistujan muuhun elämään liittyvät asiat

Osallistuja	Tavoite	Trendi (+/-/0)	Taso	Koettu muutos	Edistävät/estävät tekijät (paja/muu elämä)
<b>Milla (V1)</b>	Saada elämään lisää kodin ulkopuolista, sosiaalista tekemistä	0	taso hyvä	edistys ennen seurantaa	edisti: paja + muu elämä
	Itseluottamuksen lisääntyminen	0	taso hyvä/ok notkahdus	edistys ennen seurantaa, notkahdukselle syy	edisti: paja + muu elämä esti: paja + muu elämä
	Tuntea itsensä tarpeelliseksi	0	taso hyvä/ok notkahdus	poikkeuksellisen hyvä taso alussa, notkahdukselle syy	edisti: mittauksissa muu elämä, aiemmin myös paja esti: paja + muu elämä
	Saada ystäviä, joiden kanssa viettää aikaa	0	taso hyvä	edistys seurannan alkaessa	edisti: paja + muu elämä
	Yksinäisyyden väheneminen	-	taso hyvä/ok	poikkeuksellisen korkea taso alussa, ok tilanne myös jakson lopussa	edisti: paja + muu elämä esti: muu elämä
	Kokea yhteisöllisyyttä/ porukalla tekemisen meininkiä pajalla	-	vaihtelua	heikentyminen	esti: paja, myös muu elämä
<b>Tuukka (V2)</b>	Oppia ottamaan vastuuta	0	taso matala	ei muutosta	esti: muu elämä
	Saada vetää yksin omaa pajaa	0	taso matala	ei muutosta	esti: muu elämä
	Itseluottamuksen lisääntyminen	0	taso ok/matala notkahdus	edistys ennen seurantaa notkahdukseen syy	edisti: paja esti: paja

Osallistuja	Tavoite	Trendi (+/-/0)	Taso	Koettu muutos	Edistävät/estävät tekijät (paja/muu elämä)
	Sosiaalisten tilanteiden helpottuminen	0	taso matala	edistys ennen seurantaa	edisti: paja
<b>Perttu (V3)</b>	Saada päiviin sisältöä ja tekemistä	0	taso hyvä	pysynyt hyvänä	edisti: paja + muu
	Stressin hallinta/pysyminen siedettävällä tasolla	0	taso hyvä	pysynyt hyvänä	edisti: paja + muu
	Vireystilan ja jaksamisen pysyminen sellaisena, että jaksaa tehdä tarvittavat asiat	+	taso hyvä	pysynyt hyvänä	edisti: paja + muu
<b>Sarah (V4)</b>	Oman jaksamisen pysyminen sellaisena, että arki rullaa ja jaksaa osallistua johonkin kodin ulkopuoliseen toimintaan	+	vaihtelua	ei muutosta	esti: muu elämä
	Omien voimavarojen tunnistaminen niin, että sovitut asiat tulisi tehtyä	+	taso hyvä	muutos tapahtunut jo ennen, taso hyvä	edisti: muu
	Saada lisää tavoitteita tulevaisuudelle	-	taso matala	heikentyminen	esti: muu
	Kokea, että tulee hyväksytyksi omana itsenään	-	taso matala	ei muutosta	esti: muu
	Saada ihmissuhteita, joista saa tukea tarvittaessa	0	taso matala	ei muutosta	esti: muu
<b>Ville (V5)</b>	Ymmärtää paremmin taidetta ja kulttuuria	0	taso ok	pieni edistys	edisti: muu
	Kehittyä pajan aiheena olevassa taidossa	0	taso ok	pieni edistys	edisti: paja
	Vähentää alkoholinkäyttöä	+	suuri vaihtelu, loppua kohden trendi	edistys joka alkanut jo ennen seurantaa	edisti: muu
	Ajanviettotapojen monipuolistuminen (muuta kuin alkoholin juominen tai päämäärätön koneella istuminen)	+	taso hyvä	edistys	edisti: muu
<b>Hanna (V6)</b>	Saada päiviin rytmiä	0	taso hyvä	edistys juuri ennen seurantaa	edisti: paja
	Saada onnistumisen kokemuksia	0	suuri vaihtelu	edistys	edisti: paja + muu
	Yleisen jaksamisen parantuminen, että jaksaisi tehdä kodin perusaskareet	+	selkeä nousu	edistys	edisti: paja
	Yksinäisyyden väheneminen	0	taso hyvä	edistys juuri ennen seurantaa	edisti: paja
	Masentuneisuuden/itsetuhoisuuden väheneminen	0	suuri vaihtelu	edistys	edisti: paja
<b>Väinö (V7)</b>	Ryhmän kehittyminen ammattimaisempaan suuntaan	*		ei muutosta	
	Kehittyä ryhmän aiheena olevassa toiminnossa	*		pieniä edistyskärsiä	

<b>Osallistuja</b>	<b>Tavoite</b>	<b>Trendi (+/-/0)</b>	<b>Taso</b>	<b>Koettu muutos</b>	<b>Edistävät/estävät tekijät (paja/muu elämä)</b>
	Uusien mahdollisuuksien/teiden avautuminen harrastuksessa	*		ei muutosta	
	Ryhmän yleinen mielekkyys	*		hyvä	

\*Väinön seurannassa oli vain kaksi mittauskertaa, joten tulkintoja edistymisestä tehty.



LIITE 5. Osallistujien nimeämät edistävät ja estävät tekijät pajalla ja pajan ulkopuolella (n = 7)

Pajaan liittyvät tekijät	Osallistujat	Pajan ulkopuoliset tekijät	Osallistujat
<b>Edistävät tekijät</b>			
Kodin ulkopuolinen paikka johon mennä	V1, V3, V6,	Uusi ihmissuhde	V1, V4
Uusi ihmissuhde	V1	Muut harrastukset	V3, V5
Vertaisohjaajakoulutuksen harjoituksissa onnistuminen	V1, V2	Kokemuksen kautta oppiminen	V4
Käytännön harjoitukset sosiaalisesta vuorovaikutuksesta (draama/impro)	V1, V2	Oma motivaatio, päätös	V5
Vastuu omasta pajasta	V1, V3	Voinnan paraneminen	V6
Tuki pajan ohjaajilta ryhmän vetoon, vastuun jakaminen	V3	Hoitokontakti muualla	V3
Yhteisöllisyys, ryhmähenki, yhdessä tekemisen meininki	V1		
Onnistumisen kokemukset: itsen ylittäminen	V1, V2		
Kehittyminen/uusien asioiden oppiminen harrastuksessa	V3, V5		
Positiivinen palaute pajan ohjaajalta	V2, V3, V7		
Kokemus siitä, että on tarpeellinen jossain	V1, V3		
Uudet sosiaaliset kontaktit	V1, V6		
Toiminnallisuus (ei ahdistavia ajatuksia)	V6		
Hauskuus (ei ahdistavia ajatuksia)	V1		
Tuttu ryhmä	V1, V2		
Salliva ilmapiiri	V4, V6		
Mahdollisuus harrastaa haluamaansa asiaa	V3, V4, V5, V7		
Pajan ohjaajan ammattitaito substanssissa	V3, V5		
Lukujärjestys toiminnoille	V3, V6		
Monipuolinen toiminta	V6		
Saa valita mihin osallistuu ja millä intensiteetillä	V6		
Saa itse päättää pajan sisällöistä	V1, V2, V3		
”Muhun luotetaan täällä”	V1, V3		
Onnistumisen kokemus, kun omalle pajalle tulee osallistujia	V1, V2		

	<b>Pajaan liittyvät tekijät</b>	<b>Osallistujat</b>	<b>Pajan ulkopuoliset tekijät</b>	<b>Osallistujat</b>
<b>Estävät tekijät</b>	Tunne ettei haittaa jos moka	V7		
	Vastavuorottomuuden kokemukset	V1	Asumisen epäselvyydet	V4
	Ohittaminen/ osallisuuden sivuuttaminen	V1, V2	Kela/sossu-sekaannus: rahahuolet	V1
	Epäonnistumisen kokemukset: kun pajalle ei tule osallistujia	V2	Itseluottamuksen puute	V2
	Yhteisen tekemisen vähentyminen	V1	Epäonnistumisen kokemukset	V2
	Itsen vertaaminen muihin ja koettu kyvyttömyys	V2	Häpeä	V4
	Aikataulumuutokset	V6	Oman jaksamisen puute	V4, V7
			Ystäväpiirin runsas alkon käyttö	V5

## LIITE 6: Suostumuslomake

**Suostumuslomake tutkimukseen osallistuvalla** Nimi: \_\_\_\_\_

Hei!

Olet ilmoittautunut vapaaehtoiseksi tutkimukseeni. Mahtavaa!

Alla on kuvattu tutkimusta ja siihen osallistumiseen liittyviä seikkoja. Pyytäisin sinua lukemaan kuvauksen ja täyttämään seuraavalta sivulta löytyvän suostumuslomakkeen.

### **Yhteystietoni**

Mikäli sinulla tulee mitä tahansa kysyttävää tutkimukseen liittyen, älä epäröi ottaa yhteyttä minuun.

**Laura Santala**

puh. 040-XXXXXXX

[santala.laura@gmail.com](mailto:santala.laura@gmail.com)

### **Tutkimuksen tarkoitus**

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää kulttuuripajalle osallistuvien nuorten aikuisten toiminnalle asettamia tavoitteita sekä sitä, miten toiminta auttaa heitä tavoitteidensa saavuttamisessa.

Tutkimus on sosiaalityön pro gradu -tutkielma, joka suoritetaan Jyväskylän yliopistoon. Tutkielman ohjaajana toimii professori Kati Närhi ([kati.narhi@jyu.fi](mailto:kati.narhi@jyu.fi)).

Sosped-säätiö ei rahoita tutkimusta, mutta tutkimuksen tuloksia saatetaan käyttää kulttuuripajatoiminnan kehittämiseen ja markkinointiin.

### **Tutkimuksen kulku**

Tutkimukseen kuuluu kaksi n. 30–60 minuutin mittaista haastattelua (alku- ja loppuhaastattelu) sekä haastattelujen välisiin, lyhyisiin seurantakyselyihin vastaaminen.

Alkuhaastattelu toteutetaan x-kuun alkupuolella, ja siinä pohditaan yhdessä sitä, minkälaisia muutoksia Sinä toivot elämääsi pajan avulla seuraavien kuukausien aikana. Näiden, sinun omien tavoitteidesi pohjalta luomme yhdessä kysymykset seurantakyselyyn. Seurantakysymykset eivät siis tule olemaan vaikeita! Saat myös itse valita tavan, jolla seuranta toteutetaan (sähköpostin kautta, puhelimitse tai kasvotusten pajalle osallistumisen yhteydessä). Seuranta kestää n. 8 viikkoa, jonka jälkeen tapaamme loppuhaastattelun merkeissä kesäkuussa. Loppuhaastattelussa saat nähdä seurannan tulokset sekä pääset kertomaan kokemuksiasi pajalle osallistumisesta.

### **Huomioitavaa tutkimukseen liittyen**

*Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista.* Sinulla on oikeus milloin vain keskeyttää osallistuminen tutkimukseen tai kieltäytyä vastaamasta sinulle esitettyyn kysymykseen.

