

Anni Kierikka

KYKYVIISARI OSANA VALTTI-TYÖPAJAN ASIAKASTYÖTÄ
SEKÄ SEN KEHITTÄMISTÄ

Sosiaali- ja terveystieteiden koulutusohjelma
2019



KYKYVIISARI OSANA VALTTI-TYÖPAJAN ASIAKASTYÖTÄ SEKÄ SEN KEHITTÄMISTÄ

Kierikka, Anni

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Sosiaalialan koulutusohjelma AMK

Lokakuu 2019

Ohjaaja: Minna Huhtala

Sivumäärä: 25

Liitteet: 2

Avainsanat: Kykyviisari, Valtti-työpaja, asiakastyö

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tutkia Valtti-työpajan asiakkaiden Kykyviisari-tuloksia ja heidän mielipiteitään siitä. Opinnäytetyön empiirisessä osuudessa arvioitiin samalla Kykyviisarin hyödyllisyyttä Valtti-työpajan asiakastyössä. Toimintatutkimus tehtiin yhdessä Valtti-työpajan yksilövalmentajan ja toiminnanjohtajan kanssa.

Valtti-työpaja sijaitsee Kankaanpäässä ja se on osa Kankaanpään Aikuiskoulutussäätiötä. Valtti-työpajan tarkoituksena on lisätä ihmisten osallisuutta yhteiskunnassa. Valtti-työpajan asiakaskuntaan kuuluvat työttömät työnhakijat, omaa alaa etsivät nuoret, ammatillista koulutusta vailla olevat, opintonsa keskeyttäneet tai keskeyttämishuhan alla olevat nuoret, työkokemusta kaipaavat, työ- ja toimintakyvyltään heikentyneet, päihde- ja mielenterveysongelmaiset nuoret ja aikuiset maahanmuuttaja, sekä pitkäaikaistyöttömät.

Kykyviisari on työ- ja toimintakyvyn itsearviointimenetelmä, joka perustuu vastaajan omaan arvioon tilanteestaan. Kykyviisari on verkossa tehtävä kyselylomake ja sen pystyy myös täyttämään paperisena. Se on suunnattu henkilöille, jotka ovat kiinnostuneita työ- ja toimintakyvystään

Opinnäytetyössäni oli toimintatutkimuksellinen ote, koska tavoitteena oli saada muutos käytännön tekemiseen. Asiakkaat vastasivat kahteen kertaan Kykyviisari-kyselyihin. Kyselyiden välissä oli 1,5 kuukautta ja viimeisen kyselyn jälkeen asiakkaat täyttivät laatimani mielipidekyselyn. Vertasin Valtti-työpajan tuloksia TL5 hankkeiden osallistujien Kykyviisari vastauksiin. Hankkeisiin osallistuivat samanlainen asiakaskunta ja sen tulokset antavat näkymän kansallisella tasolla.

Lopuksi esittelin tulokset Valtti-työpajan toiminnanjohtajalle ja yksilövalmentajalle. Kävimme prosessin läpi ja arvioimme sen toimivuutta Valtti-työpajan asiakastyössä. Pohdimme myös toiminnan kehittämistä vastausten pohjalta.

KYKYVIISARI PART OF VALTTI-WORKSHOPS CLIENT WORK AND ITS DEVELOPMENT

Kierikka, Anni
Satakunta University of Applied Sciences
Applied sciences of Social Service
October 2019
Supervisor: Minna Huhtala
Number of pages: 25
Appendices: 2

Keywords: Kykyviisari, Valtti-Workshop, client work

The purpose of this thesis was research Valtti-workshops customers results of Kykyviisari and their opinions of Kykyviisari. At the same time thesis were estimated Kykyviisaris usefulness Valtti-workshops client work. Action research was done cooperation with individual coach and executive director.

Valtti-Workshop is in Kankaanpää and it is a part of Kankaanpää's Adult Education Foudation. Valtti-Workshops purpose is increase of peoples inclusion in society. Part of Valtti-Workshops clientele is unemplyed, young people who find their own field in working life, people who are without education, people who have problems with substance abuse and mental health and immigrants.

Kykyviisari estimates peoples working capacity that based on human own opinions. Kykyviisaris form is in the internet but it can also filled on paper. The form is for the people who are intrested in their own working capacity.

Customers answered to the inquiry two times. Between inquiries was 1,5 month and after the last time customers filled an opinion poll about the Kykyviisari. Valtti-Workshops results were compared to TL5 project results. TL5 projects had a same kind of people who are in Valtti-Workshop.

In the end results were demonstrated to Valtti-Workshops executive director and individual coach. We went through thesis process and we estimated its functionality Valtti-Workshops client work.

SISÄLLYS

1. JOHDANTO	5
2. TYÖPAJATOIMINTA	6
2.1 Valtti-työpaja	7
2.2 Toimintamenetelmät	7
3. KYKYVIISARI.....	9
3.1 Työ- ja toimintakyky	9
3.2 Kyselyn rakenne	10
4. UUDEN TYÖMENETELMÄN KÄYTTÖÖNOTTO.....	11
5. KVALITATIIVINEN TUTKIMUS JA TUTKIMUKSEN KULKU	11
6. KYKYVIISARI-TULOSTEN ANALYSOINTI	13
6.1 Valtti-työpajan - ja TL5 -hankkeen osallistujien Kykyviisari -vastauksien vertailu.....	13
6.2 Esitiedot	14
6.3 Hyvinvointiosion tulokset.....	15
6.4 Kokonaistilanne, osallisuus-, mieli- ja arkiosiot.....	17
6.5 Taidot - ja keho-osio	18
6.6 Työ ja tulevaisuus – sekä mieli -osiot.....	19
7. MIELIPIDEKYSelyn TULOKSET	21
8. PÄÄTELMÄT.....	24
LÄHTEET.....	26
LIITTEET	

1. JOHDANTO

Uudentyyppinen sosiaalityön osaaminen on hybridiosaamista, jonka osatekijöitä ovat ammatilliset taidot, kokemus, tieto ja sen soveltaminen, vaikuttaminen, julkisuuden hallinta sekä lakien tuntemus. Tämän tyyppinen osaaminen vaatii monialaisten menetelmien soveltamista usein ilmiölähtöisesti. Sosiaalityön vaikutukset näkyvät siten perinteisten tehtäväalueiden lisäksi esimerkiksi terveydessä, aktivoitumisessa, kuntoutumisessa, työ- ja toimintakyvyssä sekä työllisyydessä. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2019.)

Opinnäytetyössäni selvitän kykyviisarin käyttöä osana Valtti-työpajan asiakastyötä ja sen kehittämistä.

Kuten Sosiaali- ja terveysministeriön asettama selvityshenkilöryhmä on määritellyt tulevaisuuden sosiaalityön osaamisen hybridiosaamiseksi, Kykyviisari-kysely on laadittu siten, että työntekijä saa mahdollisimman laajan kuvan asiakkaan tilanteesta.

Kykyviisari -työmenetelmä on suunnattu toimintakyvystään kiinnostuneille henkilöille sekä hanke- ja palvelujärjestelmien ammattilaisille. Sitä kehitetään Työterveyslaitoksen sosiaalinen osallisuus ja työ- ja toimintakyvyn muutos Solmu-ESR-koordinaatiohankkeessa. (Kykyviisarin www-sivut 2019.) Valtti-työpaja on ollut osa Kykyviisarin kehittämistyötä 14.6.2018 alkaen.

Kykyviisari ei ole ollut vielä aktiivisessa käytössä Valtti-työpajalla, joten tarkoitukseni on tutkia uuden työmenetelmän käyttöönottoa, testiryhmän tuloksia ja asiakkaiden mielipidettä uudesta työmenetelmästä. Uuden työmenetelmän käyttöönottoa peilaa teorian tietoon. Valtti-työpajan asiakkaat täyttävät Kykyviisari-kyselyn kaksi kertaa tutkimuksen aikana. Kertojen välissä on 1,5 kuukautta.

Vertailen Valtti-työpajalta saatuja vastauksia ESR:n toimintalinja viiden hankkeissa mukana olevien kesken, jotka ovat vastanneet Kykyviisari-kyselyyn. ESR:n toimintalinja viiden hankkeiden kohderyhmiä ovat työttömät, osatyökykyiset, syrjäytymisriskissä olevat, työelämästä syrjäytyneet ja muut vaikeasti työllistyvät henkilöt (Kykyviisari www-sivut). Toimintalinjan tavoitteena on parantaa toimenpiteisiin osallistuvien työ – ja toimintakykyä ja edistää siten heidän etenemistään työllisyyspoluilla (Rakennerahastot www-sivut).

Toisen Kykyviisari-kyselyn jälkeen asiakkaille esitetään mielipidekysely, jonka tarkoituksena mm. kartoittaa Kykyviisari- kyselyn täyttöön liittyviä asioita sekä sisällön tarpeellisuutta.

Valtti-työpajalle on myös tärkeää, että työmenetelmällä voidaan esittää työn vaikuttavuutta. Sosiaali- ja terveysministeriön asettaman selvitysryhmän yksi toimenpideehdotus valtakunnallisesti sosiaalityön vaikuttavuuden mittaamiseen liittyen on ottaa käyttöön valtakunnallisesti sosiaalityöhön erityisesti kehitettyjä mittareita. Kykyviisari nousi yhdeksi mittariksi, jota voisi käyttää valtakunnallisesti.

2. TYÖPAJATOIMINTA

Työpaja on yhteisö, jossa työnteon ja siihen liittyvän valmennuksen avulla pyritään parantamaan yksilön valmiuksia hakeutua koulutukseen tai työhön sekä vahvistamaan arjenhallintataitojaan. Työpajan toiminnassa on keskeistä työn ja valmennuksen kautta tapahtuva tekemällä oppiminen. Työpajatoimintaa on yli 90% Suomen kunnista. Työpajoilla oli vuonna 2016 kaikkiaan 25 770 valmentautujaa, joista noin 14 870 oli alle 29-vuotiaita nuoria. (Valtakunnallisen työpajayhdistyksen www-sivut.)

2.1 Valtti-työpaja

Valtti-työpaja on osa Kankaanpään Aikuiskoulutussäätiötä. Valtti-työpajalla on toimipisteitä Kankaanpäässä ja Karviassa.

Valtti-työpajan toiminnan tarkoitus on vahvistaa asiakkaiden sekä työllistymisedellytyksiä että elämäntaitoja. Sen tehtävänä on kehittää ja ylläpitää palveluita, joka tukee työttömien työllistymistä ja koulutukseen ohjausta sekä työssä ja koulutuksessa selviytymistä. (Veko 2019,1.)

Valtti-työpajalla työskentelee toiminnanjohtajan lisäksi 16 eri ammattialojen osaajaa mm. psykologi, sosionomeja, neuropsykiatrinen valmentaja ja työvalmentajan erityisammattitutkinnon ja mielenterveys- ja päihdetyön erikoisammattitutkinnon suorittaneita työvalmentajia.

Valtti-työpaja tarjoaa eri ikäisille apua ja tukea koulutukseen ja työelämään kiinnittymisessä. Tukea voivat saada työttömät työnhakijat, omaa alaa etsivät nuoret, ammatillista koulutusta vailla olevat, opintonsa keskeyttäneet tai keskeyttämisuhan alla olevat nuoret, työkokemusta kaipaavat, työ- ja toimintakyvyltään heikentyneet, päihde- ja mielenterveysongelmaiset nuoret ja aikuiset maahanmuuttajat, pitkäaikaisesti työttömät. (Veko 2019, 2.) Vuonna 2018 Valtti-työpajalla oli 351 valmennettavaa.

Valtti-työpaja on myös yhteistyössä Te-toimiston, ammatillisten oppilaitosten, vakuutusyhtiöiden ja kuntien sosiaalityön kanssa. Valtti-työpajan tärkeitä yhteistyökumppaneita ovat myös alihankintayritykset. Palkkatuella olevia valmentautujia voidaan edelleen sijoittaa yrityksiin erilaisiin työtehtäviin. (Veko 2019, 2.)

2.2 Toimintamenetelmät

Toiminnallisia menetelmiä Valtti-työpajan toiminnanjohtaja Niina Veko on luetellut kirjoittamassaan Hyvä käytäntö-oppaassa kymmenen kappaletta.

Ensimmäisten menetelmien joukossa on työvalmennus, työ ja yksilövalmennus. Työvalmennus perustuu tekemällä oppimiseen ja päivittäisen tuen saantiin. Yksilövalmennuksella pyritään kartoittamaan työllistymisen esteitä ja voimavaroja. Yksilövalmennus on kuuntelua, keskustelua, valmentautujan asioiden selvittelyä ja hoitamista sekä tarvittaessa tukipalveluiden piiriin ohjaamista. (Veko 2019, 2.)

Seuraavana valmennustyökaluna on RMP motivaatiotesti, jolla mitataan 16 elämän perusmotiivin voimakkuutta, jotka ohjaavat käyttäytymistämme, tunteitamme ja ajatuksiamme (Veko 2019, 2).

Viidentenä ja kuudentena toiminnallisena menetelmänä Veko mainitsee verkostoyhteistyön ja yritys yhteistyön. On tärkeää ohjata valmentautajat oikeiden ja tarvittavien palveluiden piiriin. Ja laaja yritysverkosto helpottaa uraohjauksen kanssa. (Veko 2019, 2.)

Valtti-työpajalla on myös erilaisia ryhmävalmennuksia mm. teemaryhmät, fyysinen, psyykkinen, sosiaalinen, kognitiivinen toimintakyky, luonto – liikunta – terveys, hyvinvointi, musiikki, toiminnalliset ryhmät (Veko 2019, 2).

Ryhmävalmennuksien lisäksi Valtti-työpajalla on vertaisryhmätyöskentelyä. Ryhmässä voidaan keskustella mm. aktiivisesta elämäntilanteesta, työelämään siirtymisestä ja sen vaatimuksista. (Veko 2019, 2.)

Kaksi viimeistä toiminnallista menetelmää on vertaisohjaus ja taloudellinen tuki. Vertaisohjauksella tarkoitetaan omatoimista liikunta – ja hyvinvointiryhmien pajan asiakkaiden toteuttamana omien osaamistensa mukaisesti. Taloudellisella tuella tarkoitetaan ruokakaupoista lahjoitetun ruuan ja leivän jakaminen valmentautujille 4 päivänä viikossa lisäksi vaatelahjoitukset apua tarvitseville. (Veko 2019, 2.)

KYKYVIISARI

Kykyviisari on työ- ja toimintakyvyn itsearviointimenetelmä, joka perustuu vastaajan omaan arvioon tilanteestaan. Kykyviisari on verkossa tehtävä kyselylomake ja sen pystyy myös täyttämään paperisena. Se on suunnattu henkilöille, jotka ovat kiinnostuneita työ- ja toimintakyvystään. (Kykyviisarin www-sivut 2019.)

Kykyviisari-menetelmää kehitetään Työterveyslaitoksen Sosiaalinen osallisuus ja työ- ja toimintakyvyn muutos Solmu -ESR-koordinaatiohankkeessa (1.10.2014-30.9.2020). Kykyviisarin kehittämistyötä on tehty yhdessä Euroopan Sosiaalirahaston (ESR) rahoittamien toimintalinja 5:n hankkeiden kanssa, joiden kohteena on vaikeassa työmarkkina-asemassa olevat työkäiset. (Kykyviisarin www-sivut.)

Valtti-työpajalle Kykyviisari tuli Satakunto-hankkeen kautta. Satakunto-hanke on suunnattu vaikeasti työllistyville henkilöille. Sen tavoitteena on mahdollistaa asiakkailla osallistua mahdollisimman paljon oman kuntoutuspalveluiden suunnitteluun. Hankkeen yksi tavoite on ottaa käyttöön yhtenäinen toimintakyvyn mittari, joka on Kykyviisari. (Satakunta2019 www-sivut.)

3.1 Työ- ja toimintakyky

Kykyviisarin työkyky termi perustuu Juhani Ilmarisen Työkykytalo-malliin (Kykyviisari www-sivut). Professori Juhani Ilmarisen työkykytalo-mallissa on neljä kerrosta. Niiden tehtävä on kuvata, kuinka on tärkeää nähdä kokonaisvaltainen kuva työkyvystä työhyvinvoinnin perustana.

Työtä kuvaa talomallissa 4.kerros ja ihmisen voimavaroja kolme alinta kerrosta, jotka ovat 1. kerros terveys ja toimintakyky, 2.kerros osaaminen ja 3. kerros arvot, asenteet ja motivaatio (Työturvallisuus keskuksen www-sivut 2012).

Terveyden ja toimintakyvyn kerrokseen kuuluvat yksilön fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen terveys ja toimintakyky. Osaamisen kerrokseen kuuluvat yksilön tiedot, taidot ja osaaminen. Kolmas kerros kokoaa yhteen työntekijän arvojen ja asenteiden

maailman. Tähän vaikuttaa työntekijän kokemus siitä, arvostetaanko häntä, voiko työnantajaan luottaa, onko kohtelu tasapuolista. Kolmas kerros on talossa tarkoituksella heti työn kerroksen alapuolella, koska kaikki se hyvä ja huono, jota henkilö työssään päivittäin kokee, valuu jossain vaiheessa kolmanteen kerrokseen. Neljäs kerros on työ, joka kattaa työympäristön, työtehtävät, työnkuormituksen ja työyhteisön. (Työturvallisuuskeskuksen [www-sivut](#).)

Professori Ilmarisen kuvaamaan työkyky-taloon vaikuttaa myös toimintaympäristö, yhteiskunta, perhe ja lähiyhteisö. Toimintaympäristössä ilmenevät mm. globalisaatio, teknologinen kehitys, taloudelliset taantumet, osaamisvaatimusten muuttuminen ja työurien epävakaistuminen. Yhteiskunta sanelee työelämään raamit eli poliittisten päättäjien päätökset heijastuvat yrityksiin mahdollisuuksina tai rajoituksina. Perheen elämäntavat vaikuttavat mm. työntekijän terveyteen ja perheen arvot ja asenteet työntekijän näkemyksiin. Lähiyhteisö käsittää ihmissuhdeverkostot, jolla voi olla suuri merkitys työntekijän elämässä. (Työturvallisuuskeskuksen [www-sivut](#).)

3.2 Kyselyn rakenne

Kykyviisari jakautuu yhdeksään eri osa-alueeseen, joita ovat

1. Esitiedot (mm.ikä,sukupuoli)
2. Hyvinvointi (mm.yleinen toimintakyky ja koettu työkyky)
3. Osallisuus (sosiaalinen toimintakyky ja sosiaalinen kanssakäyminen)
4. Mieli (psykykinen toimintakyky)
5. Arki (arjesta selviytyminen)
6. Taidot (mm.kognitiivinen toimintakyky,osaaminen)
7. Keho (fyysinen toimintakyky)
8. Taustatiedot (mm.koulutustausta)
9. Työ ja tulevaisuus (mm.työllisyystilanne, muutostoiveet)

Kyselyyn vastaaminen kestää 10-20 minuuttia. Asiakas saa vastattuaan henkilökohtaisen palautteen osa-alueittain (Kykyviisarin [www.sivut](#), 2019). Asiakas saa tunnistenumeron, joka liitetään Valtti työpajan omaan asiakastietojärjestelmään. Tätä

kautta asiakas voi täyttää useita kertoja Kykyviisarikyselyn. Kyselystä voi luoda raportin, joka vertailee edellisiä kertoja, eli nähdään mihin suuntaan työ- ja toimintakyky kehittyy.

UUDEN TYÖMENETELMÄN KÄYTTÖÖNOTTO

Pysyvien parannusten aikaansaamiseksi on tarkasteltava todellisen työn tekemistä. Työprosessien kehittäminen on iso osa työn jatkuvaa laadun, tuottavuuden ja kannattavuuden parantamista (Sarala&Sarala 1996, 115.) Kykyviisari – kyselyn käyttöönotto vaatii uuden prosessin luomista. Aikaisemmin olen maininnut, että Valtti-työpajan yksi toimintamenetelmistä on yksilövalmennus, jonka tarkoitus on kartoittaa työllistymisen esteitä ja voimavaroja.

Työprosessien kehittäminen on muutosta ja kaikki alkaa muutostahdosta ja muutostavallisuudesta. Muutos voi toteutua tavoitteiden mukaisesti vasta sitten, kun muutoksen tarve ja keinot sen toteuttamiseksi on ymmärretty ja sisäistetty muutokseen ryhtyvissä yksiköissä. Esimiehen tulisi käydä alaiensa kanssa läpi, mitä muutos kunkin työssä tarkoittaa ja miksi muutokseen on ryhdytty. (P Mayor ja M Risku, 2015, 165).

KVALITATIIVINEN TUTKIMUS JA TUTKIMUKSEN KULKU

Tutkimukseni on laadullinen tutkimus, koska tutkimuksestani ei voi saada yleistettävää tietoa. Minulla on harkinnanvarainen otos ja tutkimuksen lähtökohtana on Kykyviisarista saatu aineisto sekä laatimani mielipidekysely.

Lähestymistapani on toimintatutkimus, koska siinä pyritään muuttamaan vallitsevia käytäntöjä. Toimintatutkimuksen ominaispiirteitä on käytäntöön suuntautuminen,

tutkittavien ja tutkijan roolit aktiivisia, tutkittavien ja tutkijan suhteen perustana oleva yhteys (KvaliMOTV www-sivut.)

Toimintatutkimusta voidaan kuvailla tutkimusotteeksi, jota käytetään uutta tietoa tuottavaan ja hyödyntävään käytännön kehittämiseen. Kehittäminen etenee tällöin spiraalimaisesti, jolloin suunnittelu-, toiminta-, havainnointi- ja reflektointivaiheet sisältävät kehät seuraavat toisiaan. Tutkijan on mahdollista aloittaa tutkimuksensa missä kehän vaiheessa tahansa ja liikkua kehän eri vaiheiden välillä edes takaisin käytännön kehittämisen edellyttävällä tavalla. (Saari 2007, 122-123.)

Tutkimukseni lähtee liikkeelle suunnitteluvaiheesta, jossa käyn esittelemässä Kykyviisari-kyselyn Valtti-työpajan asiakkaille. Hyvä tutkimuskäytäntö edellyttää, että tutkittavat ymmärtävät, mihin tutkimukseen ovat osallistumassa. Tämän jälkeen yhdessä työntekijöiden kanssa suunnittelemme kyselyiden teettämisen ajankohdat. Suunnitteluvaiheesta siirrytään toimintaan, jolloin kyselyt teetetään. Kyselyt teetettiin siten, että ensimmäisen ja toisen kyselyn välissä oli 1,5 kuukautta väliä. Kykyviisari-kyselyn viimeisen osion jälkeen asiakkaat täyttävät mielipidekyselyn koskien Kykyviisaria. Mielipidekyselyt käsittelin Pivot-taulukkolaskenta ohjelmalla. Kyselyissä asiakkaat pysyivät anonyymeinä.

Kysely tulokset analysoidaan ja tämän jälkeen kokoan Valtti-työpajalta toiminnanjohtajan ja yksilövalmentajan pohtimaan toiminnalle kehitysehdotuksia. Analysoinnissa noudatin hyvää tutkimusetiikkaa eli raportoin tulokset rehellisesti ja tarkasti. Esittelen tutkimustulokset ja tältä pohjalta käymme keskustelua mahdollisista kehitysideoista. Käymme myös läpi asiakkaiden mielipidekyselyt, joiden pohjalta pohdimme Kykyviisari- kyselyn tarpeellisuudesta Valtti-työpajalla.

KYKYVIISARI-TULOSTEN ANALYSOINTI

Kykyviisari-kyselyyn vastattiin ensimmäisen kerran toukokuun 2019 alussa ja toisen kerran kesäkuun 2019 puolella välissä. Tutkimuksen tarkoituksena on tarkastella asiakkaiden työ- ja toimintakyvyn kehitystä heidän ollessaan Valtti-työpajalla. Osa toukokuussa vastanneista ei ollut enää asiakkaina, joten heidän vastauksia en ota mukaan analysointiin. Tarkoitukseni on analysoida sekä Valtti-työpajan että TL5 -hankkeessa olevien Kykyviisariin vastanneiden seurantaraportteja. Jotta seurantaraportin saa muodostettua, vastauksia tulee olla enemmän kuin yksi yhdellä henkilöllä.

6.1 Valtti-työpajan - ja TL5 -hankkeen osallistujien Kykyviisari -vastauksien vertailu

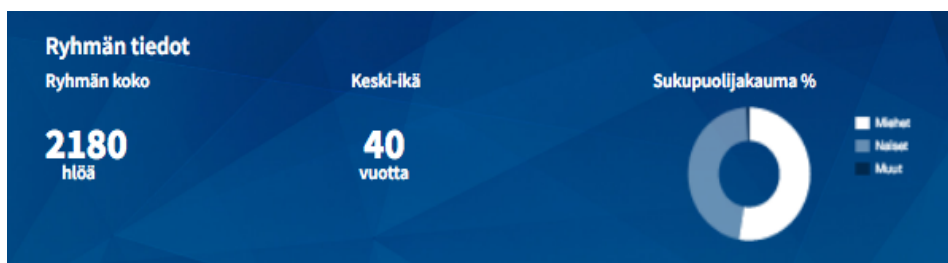
Päädyn vertailemaan Valtti-työpajan ja TL5 -hankkeen osallistujien Kykyviisari -tuloksia, koska asiakaskunta on samankaltainen eli työttömät, osatyökykyiset, syrjäytymisriskissä olevat, työelämästä syrjäytyneet ja muut vaikeasti työllistyvät henkilöt. TL5 -hankkeen osallistujien tulokset kuvastavat kansallisella tasolla tilannetta, joten tästä syystä lähdin vertailemaan Valtti-työpajan tuloksia kyseisen hankkeen tuloksiin. Tuloksista käy ilmi, että Valtti-työpajan ja TL5 hankkeiden osallistujien vastaukset ovat samanlaisia. Valtti-työpajan osalta tullaan suuntaamaan toimintaa terveyden ylläpitämiseen ja sen kohentamiseen, mieleen, toimintakyvyn lisäämiseen ja taitojen vahvistamiseen.

6.2 Esitiedot



Kuvio 1 Valtti-työpajan ryhmän tiedot

Valtti-työpajan vastaajien määrä oli 31 henkilöä. Vastauksista karsiutuivat asiakkaat, jotka eivät pystyneet vastaamaan kyselyyn vähintään kahdesti. Syynä tähän oli asiakassuhteen päättymisen. Vastaajien keski-ikä oli 39 vuotta, nuorin vastaajista oli 20-vuotias ja vanhin 61-vuotias. Vastaajista 58% oli miehiä ja 41% naisia.

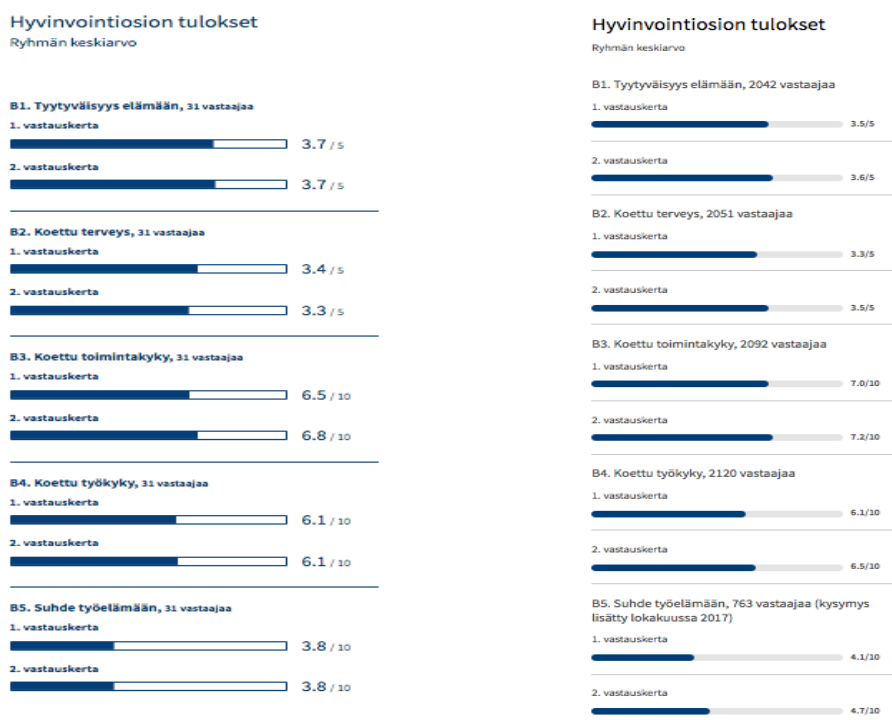


Kuvio 2 TL5 hankkeen ryhmän tiedot

Toimintalinja 5 hankkeiden vastaajien henkilömäärä oli 2180 ja keski-ikä 40- vuotta. Vastaajista 52,7% oli miehiä ja 46,6% naisia, muita oli 0,7%. Valtti-työpajan - ja TL5 hankkeiden vastaajien keski-ikä on lähes sama ja sukupuolijakaumassa on muuttaman prosentin eroavaisuus. Vastaajamäärä on suurempi TL5 -hankkeessa kuin Valtti-työpajalla.

6.3 Hyvinvointiosion tulokset

Alla olevassa kuviossa näkyy Kykyviisari kyselyn hyvinvointiosion tulokset. Oikealla Valtti-työpaja vastausryhmän tulokset ja vasemmalla TL5 -hankkeeseen vastanneiden tulokset. Kohdissa, joissa paras pistemäärä on viisi vastausvaihtoehtoja on viisi ja kohdissa joissa on maksimipistemäärä 10, vastaaja pisteyttää vastauksensa 0-10 välille.



Kuvio 4 Valtti-työpajan hyvinvointiosion vastaukset

Kuvio 3 TL5 hankkeen hyvinvointiosion vastaukset

Kykyviisari -kyselyn seuraavana kohtana on hyvinvointiosio. Sen tarkoituksena on kartoittaa vastaajan tyytyväisyys elämäänsä. Kuinka vastaaja kokee terveytensä, -toimintakykynsä ja työkykynsä sekä millainen suhde asiakkaalla on työelämään.

Valtti-työpajan asiakkaiden tyytyväisyys elämään oli ensimmäisellä vastauskerralla 3.7/5. Vastauskertojen välillä ei ollut muutosta. TL5 -hankkeen vastaajien tyytyväisyys elämään oli asteikolla 3.5/5. Toiselle vastauskerralle tulos oli noussut 0,1 yksikköä eli tyytyväisyys elämään oli 3.6/5. Molemmilla tyytyväisyys elämään oli yli puolen välin.

Valtti-työpajan vastausryhmä koki terveytensä 3.4/5 ja toisella vastauskerralla koettu terveys oli laskenut 0,1 eli se oli 3.3/5. TL5 -hankkeen vastaajat kokivat terveytensä siten, että ensimmäisellä vastauskerralla 3.3/5 ja toisella 3.5/5. Koettu terveys nousi 0,2. Kuitenkin vastaajaryhmien tulokset olivat lähes samat. Vastaukset olivat jälleen yli puolen välin.

Valtti-työpajan vastausryhmän koettu toimintakyky ensimmäisellä vastauskerralla oli 6.5/10 ja toisella vastauskerralla 6.8/10. Muutosta positiivisempaan suuntaan oli 0,3. TL5 -hankkeen vastaajat kokivat toimintakykynsä 7/10 ja toisella vastauskerralla 7.2/10. Muutosta positiivisempaan suuntaan oli 0.2. TL5 -hankkeeseen osallistujat kokivat toimintakykynsä paremmaksi kuin Valtti-työpajan vastausryhmä. Kuitenkin Valtti-työpajan asiakkaiden toimintakyky nousi enemmän.

Koettu työkyky molemmilla ryhmillä oli yli puolen välin. Valtti-työpajan vastausryhmä koki työkykynsä ensimmäisellä vastauskerralla 6.1/10 ja toisella vastauskerralla 6.1/10. Muutosta ei tapahtunut 1,5 kuukauden aikana. TL5 -hankkeen vastausryhmä koki työkykynsä ensimmäisellä vastauskerralla 6.1/10 ja toisella vastauskerralla 6.5/10.

Hyvinvointiosion viimeinen osa-alue mittasi suhdetta työelämään. Molemmilla vastausryhmillä tämä osa-alue sai huonoimmat pisteet. Valtti-työpajan vastausryhmän ensimmäisen – ja toisen vastauskertojen tulos oli sama 3.8/10. TL5 -hankkeen tulos oli ensimmäisellä kerralla 4.1/10 ja toisella 4.7/10. Nousua oli 0.6. Tämä tulos kuvaa selvästi Valtti-työpajan ja TL5 -hankkeen asiakaskuntaa, joka koostuu pitkäaikais-työttömistä, syrjäytyemisvaarassa olevista nuorista ja aikuisista.

6.4 Kokonaistilanne, osallisuus-, mieli- ja arkiosiot

Alla olevista kuvioista vasemmanpuoleinen kertoo TL5 -hankkeen kokonaistilanteen ja osallisuus-, mieli ja arkiosiot. Oikeanpuoleinen kuvio kertoo Valtti-työpajan kokonaistilanteen ja osallisuus-, mieli- ja arkiosiot.

Kokonaistilanne ja osiokohtaiset tulokset (lisätty tammi-lokakuussa 2017)

Ryhmän keskiarvo

Kokonaistilanne, 698 vastaajaa



Osallisuus, 1012 vastaajaa



Mieli, 1010 vastaajaa



Arki, 748 vastaajaa



Kokonaistilanne ja osiokohtaiset tulokset

Ryhmän keskiarvo

Kokonaistilanne, 30 vastaajaa



Osallisuus, 31 vastaajaa



Mieli, 31 vastaajaa



Arki, 31 vastaajaa



Kuvio 5 TL5 -hankkeen kokonaistilanne ja osallisuus-, mieli- ja arkiosiot (vasen kuvio)

Kuvio 6 Valtti-työpajan kokonaistilanne ja osallisuus-, mieli- ja arkiosiot (oikea kuvio)

Valtti-työpajan vastausryhmän keskiarvo kokonaistilanteesta ensimmäisellä ja toisella vastauskerralla oli 72%. TL5 -vastausryhmän keskiarvo kokonaistilanteesta ensimmäisellä vastauskerralla oli 75% ja toisella 77%.

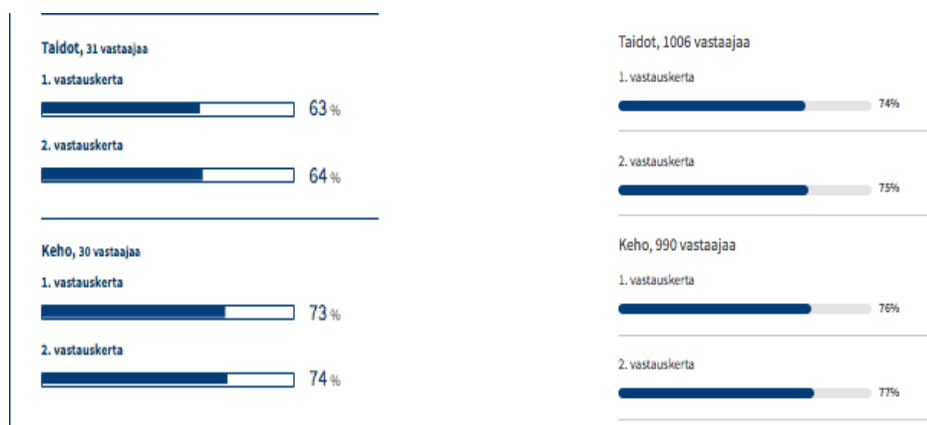
Valtti-työpajan vastausryhmän keskiarvo osallisuudesta oli myös 72% joka pysyi samana toisella vastaukskerralla. TL5 -hankkeen vastausryhmän keskiarvo oli ensimmäisellä vastaukskerralla 73% ja toisella 75%.

Mieliosiossa molemmilla vastausryhmillä keskiarvot nousivat. Valtti-työpajan vastausryhmän ensimmäisellä kerralla keskiarvo oli 69% ja toisella 70%. TL5 -hankkeen vastausryhmän ensimmäisellä kerralla keskiarvo oli 70% ja toisella 72%.

Arkiosion keskiarvo laski Valtti-työpajalla kolme prosenttiyksikköä, ensimmäisellä vastaukskerralla keskiarvo oli 84% ja toisella 81%. Arkiosiossa kartoitetaan perustehävien sujuvuutta mm. kotityöt, kauppa-asiat, puhtaanapito, julkisten palveluiden käyttäminen, internetin kautta asioiminen, omasta terveydestä huolehtiminen, säännöllinen vuorokausirytmien säilyttäminen.

6.5 Taidot - ja keho-osio

Kykyviisarin viimeiset osiot ovat taidot ja keho. Alla olevassa kuviossa vasemmanpuoleinen kuvio kuvaa Valtti-työpajan vastausryhmän tulokset ja oikeanpuoleinen kuvio kertoo TL5 -hankkeen tulokset.



Kuvio 7 TL5 -hankkeen taidot- ja keho-osiot (oikeanpuoleinen)

Kuvio 8 Valtti-työpajan taidot- ja keho-osiot (vasemmanpuoleinen)

Valtti-työpajan taidot-osion tulokset olivat ensimmäisellä kerralla 63% ja toisella vastaukskerralla 64% eli nousua yhden prosenttiyksikön. TL5 -hankkeen vastaajien tulos ensimmäisellä kerralla oli 74% ja toisella vastaukskerralla 75%. Ryhmien välillä oli eroa 11 prosenttiyksikköä. Tämä on suurin ero ryhmien välillä.

Valtti-työpajan keho-osion vastaukset nousivat myös yhden prosenttiyksikön 73%:sta 74%:n. TL5 -vastausryhmän tulos nousi myös yhdellä prosenttiyksiköllä 76%:sta 77%:n.

Tulokset kertovat, että vastaukskertojen välillä on tapahtunut Valtti-työpajan asiakkaissa positiivista muutosta kaikkien muiden osioiden kesken paitsi koetun terveyden – ja arkiosioissa. Koetun terveyden tulokset laskivat 0,1 prosenttiyksikköä ja arkiosio laski 3 prosenttiyksikköä. Valtti-työpajan asiakkaiden vastaukskertojen välillä oli huomattavasti lyhyempi aika kuin TL5 -hankkeen asiakkaiden. Valtti-työpajan asiakkaiden vastaukskertojen välillä oli 1,5 kuukautta kun TL5 -hankkeen asiakkaiden vastaukskertojen välillä oli n. 227 päivää. Huolen aiheeksi molempien ryhmien vastaajilla nousi suhde työelämään. Valtti-työpajan asiakkailla huolena oli myös koettu terveys, mieli, toimintakyky ja taidot.

6.6 Työ ja tulevaisuus – sekä mieli -osiot

Työ ja tulevaisuus - sekä mieli -osiot koskettavat eniten Valtti-työpajan asiakaskuntaa. Alla olevat taulukot kuvaavat ensimmäisen kyselykerran vastausten vaihteluvälisiä kyseisistä osioista.

Mieli (kpl)					
Kysymys	En koskaan	Harvoin	Silloin tällöin	Usein	Kokoaajan
1.Olen tuntenut itseni toiveikkaaksi tulevaisuuden suhteen	2	5	13	9	2

2.Olen tuntenut itseni hyödylliseksi		3	16	9	3
3.Olen tuntenut itseni rentoutuneeksi		8	12	11	
4.Olen käsitellyt ongelmia hyvin		6	12	11	2
5. Olen ajatellut selkeästi		1	10	18	2
6. Olen tuntenut läheisyyttä toisiin ihmisiin	1	3	13	10	4
7. Olen kyennyt tekemään omia päätöksiä asioista		1	11	15	4
8. Olen kyennyt tarttumaan toimeen asiointeni hoitamisessa		4	9	14	4
9. Olen tuntenut mielihyvää itselleni tärkeistä asioista		2	7	17	5

Taulukko 1 Mieli-osion vastausten vaihteluvälit

Vastaukset en koskaan ja harvoin ovat niitä, joihin tulisi asiakastyössä tarttua. Kuten taulukosta nähdään en koskaan- vastauksia on suhteessa muihin vastauksiin vähän. Harvoin- vastauksia on merkittävästi enemmän. Vastaajista kaksi ihmistä kokee, ett

eivät tunne tulevaisuutta toiveikkaaksi ja yksi vastaajista ei ole tuntenut toisen ihmisen läheisyyttä. Viisi ihmistä ovat taas harvoin kokeneet tulevaisuutta toiveikkaaksi, kahdeksan ihmistä ovat harvoin rentoutuneita ja kuusi ihmistä harvoin käsittelevät ongelmiaan. Kyseiset luvut ovat suuria suhteutettuna vastaajamäärän, joka oli 31 vastaajaa. Kokonaiskuvaltaan vastaukset olivat positiivisia.

Työ ja tulevaisuus-osiossa kysymykset 3-11 kartoittivat asiakkaiden työllisyyden esteitä. Alla oleva kuvio kuvaa vastausten vaihteluväliä. Kysymykset 1 ja 2 kuvaavat tämänhetkistä tilannetta ja kysymyksiin pystyi ympäröimään monta vastausta. Tästä johtuen tilastointia näiden kysymysten osalta ei ollut.

Työ ja tulevaisuus -osiossa oli enemmän hajontaa vastauksissa. Vastaajista suurin osa oli sitä mieltä, että työelämän osallistumisen esteenä ovat työmahdollisuuksien puute, koulutuksen tai osaamisen puute, terveyteen tai toimintakykyyn liittyvät ongelmat. Suurin osa vastaajista olivat sitä mieltä, että päihteet ja riippuvuudet eivät vaikuttaneet työelämään osallistumiseen. Tämän osion kohdalla oli kuitenkin yksi, jolle vaikutti erittäin paljon ja kaksi, jolle vaikutti paljon. Verrattaessa Mieli- osion kokonaiskuvaan Työ ja tulevaisuus-osion kokonaiskuva ei ole yhtä positiivinen.

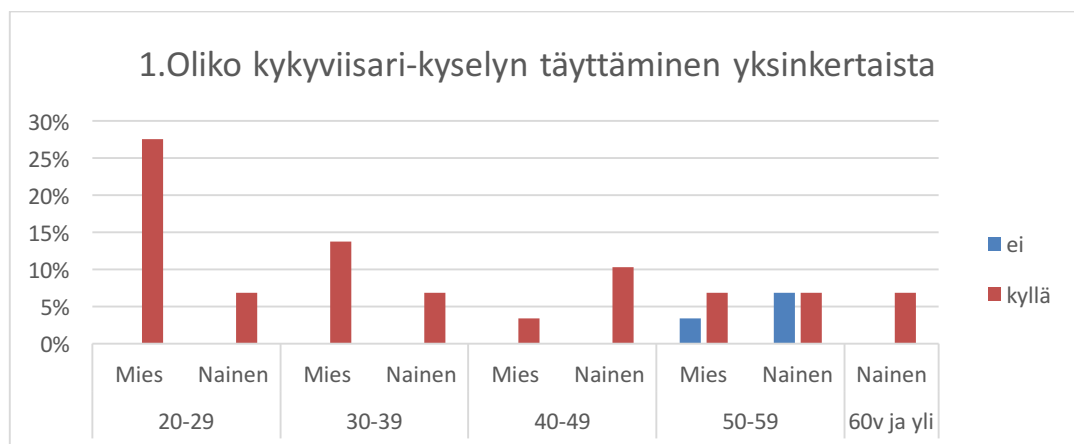
Työ ja tulevaisuus (kpl)						
Kysymys: Mitkä asiat vaikuttavat työelämään osallistumista?	En osaa sanoa	Erittäin paljon	Paljon	Jonkin verran	Vähän	Ei lainkaan
3. Työmahdollisuuksien puute	9		11	7	4	
4. Töihin liikkumisen vaikeudet	2	4	1	4	12	8
5. Koulutuksen tai osaamisen puute	4	2	8	6	9	2
6. Työmotivaation tai työhalujen väheneminen	1	5	3	6	6	10
7. Terveyteen tai toimintakykyyn liittyvät ongelmat		4	8	3	7	9
8. Oma elämäntilanne		1	7	8	7	8
9. Päihteet tai muut riippuvuudet		1	2		4	24

Taulukko 2 Työ ja tulevaisuus -osion vastausten vaihteluvälit

7. MIELIPIDEKYSELYN TULOKSET

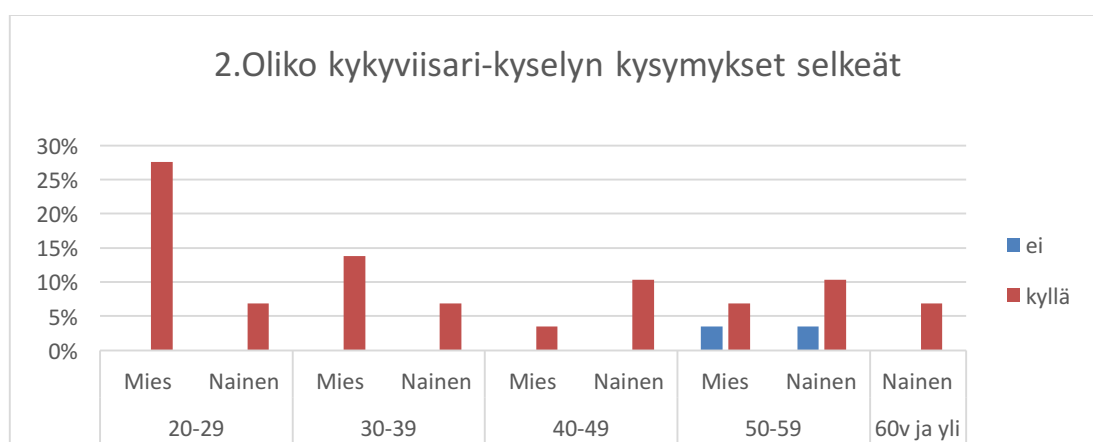
Toisen kyselykerran jälkeen asiakkaat täyttivät laatimani mielipidekyselyn (LIITE 1) koskien Kykyviisaria. Tarkoituksena oli selvittää kokevatko Valtti-työpajan asiakkaat Kykyviisarin hyödylliseksi. Kyselylomakkeessa oli viisi kysymystä. Neljään ensimmäiseen kysymykseen vastattiin kyllä tai ei vaihtoehdoin. Viides kysymys oli avoin kysymys. Vastaajilta kysyttiin perustietoina vain sukupuoli ja ikä.

Alla oleva kuvio kuvaa ensimmäisen kysymyksen vastauksia. Ainoa ikäryhmä oli 50-59-vuotiaat, jotka kokivat Kykyviisari-kyselyn täyttämisen vaikeaksi. Miehistä alle 5 % ja naisista yli 5 % kokivat täyttämisen vaikeaksi.



Kuvio 9 Kykyviisarin mielipidekyselyn ensimmäinen kysymys

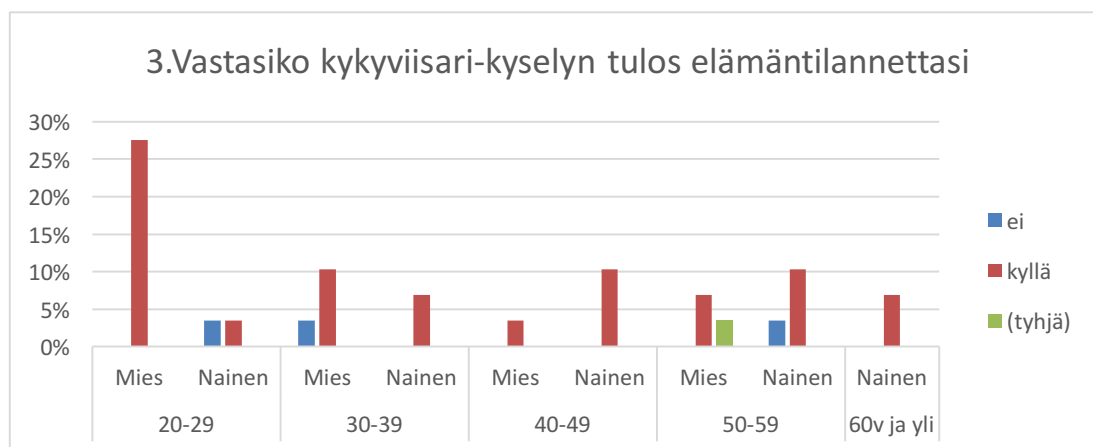
Toinen kysymys koski Kykyviisarin kysymyksien selkeyttä. Sama ikäryhmä eli 50-59-vuotiaista miehistä ja naisista alle 5 % oli sitä mieltä, että Kykyviisarin kysymykset eivät olleet selkeät.



Kuvio 10 Kykyviisarin mielipidekyselyn toinen kysymys

Kolmas kysymys koski Kykyviisari-kyselyn paikkansa pitävyyttä. Ikäryhmistä 20-29-vuotiaat ja 50-59-vuotiaat alle 5% naisista oli sitä mieltä, että Kykyviisarin tulos ei vastannut elämäntilannetta. Ikäryhmästä 30-39 –vuotiaat alle 5% miehistä oli sitä

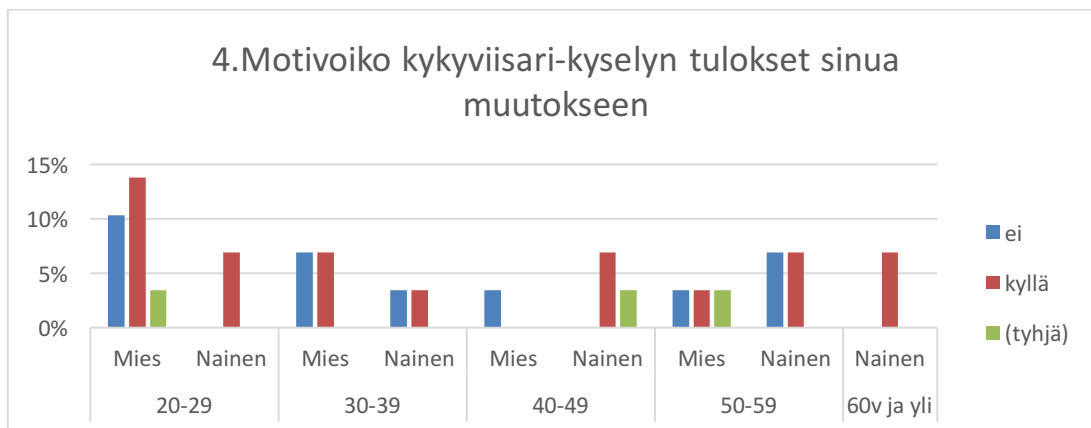
mieltä, että Kykyviisari-kysely ei vastannut elämäntilannetta. Muut vastaajat olivat sitä mieltä, että se vastasi sitä. 50-59-vuotiaista alle 5% vastasi tyhjän.



Kuvio 11 Kykyviisarin mielipidekyselyn kolmas kysymys

Neljäs kysymys kartoitti sitä, että motivoiko Kykyviisari-kyselyn tulokset muutokseen. Ikäryhmästä 20-29-vuotiaat miehistä 14% oli sitä mieltä, että Kykyviisari-kyselyn tulokset motivoivat muutokseen. Samasta ikäryhmästä 10% oli sitä mieltä, että tulokset eivät motivoineet muutokseen. Kolme prosenttia vastasi tyhjän. Samasta ikäryhmästä naisista 7% oli sitä mieltä, että tulokset motivoivat muutokseen. Ikäryhmästä 30-39-vuotiaat miehistä 7% oli sitä mieltä, että tulokset motivoi ja 7% oli sitä mieltä, että ei motivoi. Naiset samasta ikäryhmästä 3% oli sitä mieltä, että motivoi ja 3% sitä mieltä, että ei motivoi.

Ikäryhmästä 40-49-vuotiaista miehistä alle 5% eivät motivoituneet tuloksista. Kun taas yli 10% naisista motivoituivat. Naisista vastasi 3% tyhjän. Ikäryhmästä 50-59-vuotiaista miehistä alle 5% oli sitä mieltä, että tulokset eivät motivoi ja alle 5% oli sitä mieltä, että ne motivoivat. Samasta ikäryhmästä naisista yli 5% oli sitä mieltä, että motivoi ja yli 5%, että ei motivoi. Viimeisen ikäryhmän 60-vuotiaat ja yli naisista yli 5% oli sitä mieltä, että tulokset motivoivat muutokseen.



Kuvio 12 Kykyviisarin mielipidekyselyn neljäs kysymys

Avoimessa kysymyksessä kysyttiin Kykyviisarin haittoja ja hyötyjä. Hyötyinä asiakkaat kertoivat, että tulokset antoivat miettimisen aihetta, koskien omaa tilannettaan. Mitä asioita tulisi muuttaa, jotta voisi paremmin. Haittoina asiakkaat mainitsivat sen, että palaute ei vastannut täysin kokonaiskuva.

PÄÄTELMÄT

Kokonaisuudessaan Kykyviisari-kysely Valtti-työpajalla koettiin todella laajaksi ja se herätti sekä positiivisia että negatiivisia huomioita. Positiivinen huomio oli se, että kyselyn avulla tulee käytyä monipuolisesti asiakkaan tilanne läpi ja asiakas ei koe, että pureudutaan vain yhteen ongelmaan, jolloin vastausten rehellisyys saattaa kärsiä. Negatiivisena huomiona tuli se, että kysymyksissä oli paljon toistoa ja vastaamiseen

ja vastausten läpi käyntiin meni todella paljon aikaa. Osa asiakkaista koki tietokoneen uhkana, joten paperiversiot olivat hyödyllisiä. Paperiversion kysymysten asettelu oli myös paljon selkeämpi kuin tulostaessa vastaukset.

Yksilövalmentajan näkökulmasta Kykyviisari-kyselyn yhteenveto ei ollut oleellinen tieto. Yksilövalmentaja kävi asiakkaiden kanssa läpi yksittäisiä kysymyksiä, jotka herättivät huolta. Kykyviisari toimi hyvänä puheeksiottamisen työvälineenä. Kykyviisari -työpajassa huhtikuussa 2019 nousi esiin, että tulokset ovat liian optimistisia ja tämä oli tiedossa myös Kykyviisarin kehittäjillä. Tämä aiheuttaa sen, että asiakkaat saavat vääränlaista informaatiota omasta tilanteestaan. Pähdeongelmat eivät myöskään nousseet esiin tuloksista. Työ ja tulevaisuus osiossa kysymykset: Mikä parhaiten kuvaa nykyistä työtilannettasi ja Mihin elämäsi osa-alueille toivoisit muutosta-kysymykset olivat eniten yksilövalmentajan käytössä.

Kykyviisarin ryhmäkoontia pystyy käyttämään toiminnan kehittämiseen. Edellä mainitut kohdat toimivat Valtti-työpajan hankehakemuksen pohjana. Valtti-työpajan tulevan hankkeen tavoite on paneutua Kykyviisari-kyselyn aihealueisiin. Hankkeessa käytettävä yksi mittareista on Kykyviisari-kysely.

Asiakkaiden mielipidekyselystä käy ilmi, että ainoastaan Kykyviisari-kyselyn tulokset eivät motivoi muutokseen, vaan toiminta tulee suunnata asiakaskunnan mukaan. Valtti-työpajan asiakkailla huolena oli koettu terveys, mieli, toimintakyky ja taidot. Tuleva hanke suuntaa aiheiltaan näihin alueisiin.

LÄHTEET

Kykyviisarin www-sivut. Viitattu 11.7.2019. <https://www.kykyviisari.fi>

Mayor Päivi ja Risku Marjo 2015. Opas yksilölliseen motivointiin. Liettua: BALTO Print 2015,

Rakennerahastot www-sivut 2019, Viitattu 2.10.2019. <https://www.rakennerahastot.fi/sosiaalinen-osallisuus-ja-koyhyiden-torjunta-esr->

Saari, E. 2007. Mitä – pitääkö tutkijan olla myös käytännön toimija? Teoksessa Viinamaäki L. & Saari E. (toim.) Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Helsinki: Kustannus-osakeyhtiö Tammi, 121-151.

Satakunta www-sivut 2019, Viitattu 15.7.2019. https://www.satakunta2019.fi/?page_id=1005

Tiekartta 2030 Aikuisten parissa tehtävän sosiaalityön tulevaisuus selvitys. 2019, Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2019:41. Viitattu 11.7.2019. http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161612/R41_19_Tiekartta_2030.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Työturvallisuuskeskuksen www-sivut. Viitattu 15.7.2019. <https://ttk.fi/files/5222/Tyokyky-on-tyohyvinnin-perusta.pdf>

Sarala Aino ja Urpo 1996. Oppiva Organisaatio – oppimisen, laadun ja tuottavuuden yhdistäminen. 2. painos. Tampere: Tammer paino

Valtakunnallisen työpajayhdistyksen [www-sivut](http://www.tpy.fi). Viitattu 13.7.2019. <https://www.tpy.fi/tools/tyopajatoiminta-suomessa/>

Veko Niina 2019. Kankaanpään aikuiskoulutussäätiö sr. – Hyvä Käytäntö.

KYSELY KYKYVIISARIN TOIMIVUUDESTA

Hei!

Opiskelen Satakunnan Ammattikorkeakoulussa ja teen opinnäytetyöni Valtti-työpajalle. Opinnäytetyöni tutkii kykyviisari kyselyn toimivuutta Valtti – työpajalla. Tärkeintä on kuulla asiakkaiden mielipide kykyviisarista, joten vastaathan kyselyyn, jotta saamme mielipiteesi kuultua. Kiitos.

Ikä _____

Sukupuoli: _____

Ympyröi oikea vaihtoehto

- | | | |
|--|-------|----|
| 1. Oliko kykyviisari-kyselyn täyttäminen yksinkertaista? | Kyllä | Ei |
| 2. Oliko kykyviisari-kyselyn kysymykset selkeät? | Kyllä | Ei |
| 3. Vastasiko kykyviisari-kyselyn tulos elämäntilannettasi? | Kyllä | Ei |
| 4. Motivoiko kykyviisari-kyselyn tulokset sinua muutokseen | Kyllä | Ei |
| 5. Mitä hyötyä/haittaa kykyviisari-kyselyn täytöstä sinulle oli? | | |

Kiitos vastauksistasi!



Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



kyky viisari

Työ- ja toimintakyvyn itsearviointikysely

Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista. Valitse kysymysten vaihtoehdoista se, joka kuvaa parhaiten tämänhetkistä tilannettasi. Toimija tai palveluntuottaja säilyttää vastaajaan yhdistettävät kyselyt. Kyselyvastaukset siirtyvät Työterveyslaitokselle tunnistamattomassa muodossa. Työterveyslaitos raportoi kyselyn tuloksia siten, ettei yksittäisen henkilön vastauksia voida tunnistaa.



A. Esitiedot

(A1) **Henkilönumero** (0000)

(A2) **Päivämäärä lomaketta täytettäessä (ppkkvv)** (esim. 010816)

(A3) **Hankkeen S-numero** (S00000)

(A4) **Hankkeen nimi**

(A5) **Oletko:**

Mies

Nainen

Muu

(A6) **Ikä vuosina lomaketta täytettäessä**

B. Hyvinvointi

(B1) **Kuinka tyytyväinen olet tällä hetkellä elämääsi?** Arvioi yleistä tyytyväisyyttäsi elämään.

Erittäin tyytyväinen

Melko tyytyväinen

En tyytyväinen, mutta en tyytymätönkään

Melko tyytymätön

Erittäin tyytymätön

(B2) **Onko terveydentiläsi mielestäsi nykyisin?** Arvioi terveydentilaasi kokonaisuutena.

Hyvä

Melko hyvä

Keskitasoinen

Melko huono

Huono



(B3) **Miten suoriudut päivittäisistä toimitasi ja tehtävistäsi?** Valitse se numero, joka vastaa parhaiten tilannettasi. Arvioi yleisesti jokapäiväistä elämääsi ja siitä suoriutumista.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

0 = suoriudun erittäin huonosti

10 = suoriudun erittäin hyvin

(B4) **Oletetaan, että työkykyysi on parhaimmillaan saanut 10 pistettä. Minkä pistemäärän antaisit nykyiselle työkyvyillesi?** Jos et ole tällä hetkellä töissä, arvioi viimeisintä työtäsi tai ammattisi vaatimuksia. Jos sinulla ei ole ammattia, arvioi tilannettasi suhteessa siihen mitä haluaisit työksesi tehdä.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

0 = en pysty lainkaan työhön

10 = työkykyyni on parhaimmillaan

(B5) **Millaiseksi koet suhteesi työelämään tällä hetkellä?** Valitse tilannettasi parhaiten kuvaava numero.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

0 = Työelämä tai työllistyminen ei ole minulle ajankohtaista.	1–3 = Minulla ei ole työtä. Minulla on vähäiset edellytykset siirtyä työelämään. Tarvitsen tukea työllistymiseen.	4–5 = Minulla ei ole työtä. Minulla on kuitenkin edellytyksiä siirtyä työelämään. Saatan tarvita tukea työllistymiseen.	6–8 = Minulla on työtä. Minulla on edellytyksiä osallistua työelämään. Saatan kuitenkin tarvita tukea työelämässä jatkamiseksi.	9–10 = Minulla on työtä. Minulla on hyvät edellytykset jatkaa työelämässä.
--	--	--	--	---



C. Osallisuus

Miten seuraavat väittämät kuvaavat tilannettasi?

Arvioi asteikolla 1 = täysin eri mieltä - 5 = täysin samaa mieltä. Valitse numero.

	Täysin eri mieltä					Täysin samaa mieltä				
(C1) Saan apua, kun sitä tarvitsen	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
(C2) Olen tarpeellinen muille	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
(C3) Saan sanoa asiani ja tullen kuulluksi	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
(C4) Minua arvostetaan	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
(C5) Olen kokenut onnistumisia	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
(C6) Ohjaan oman elämäni kulkua	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
(C7) Tunnen kuuluvani yhteiskuntaan	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
(C8) Olen tyytyväinen ihmissuhteisiini	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

(C9) Tunnetko itsesi yksinäiseksi?

- En koskaan
- Hyvin harvoin
- Joskus
- Melko usein
- Jatkuvasti

(C10) Onko elämässäsi ihminen, jonka kanssa voit keskustella avoimesti henkilökohtaisista asioistasi ja ongelmistasi?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa



(C11) **Onko sinulla lemmikkiä tai hoitoeläintä, joka tuo iloa elämääsi?**

- Kyllä
 Ei
 En osaa sanoa

(C12) **Onko sinulla jokin harrastus tai muuta tekemistä, jonka parissa viihdyt?**

- Kyllä
 Ei
 En osaa sanoa

(C13) **Kuinka usein tapaavat tai olet yhteydessä ystäviin, sukulaisiin tai tuttuihin, jotka eivät asu kanssasi?**

- Päivittäin tai lähes päivittäin
 1-2 kertaa viikossa
 1-3-kertaa kuukaudessa,
 Harvemmin kuin kerran kuukaudessa
 En koskaan

Miten seuraavat väittämät kuvaavat tilannettasi?

Arvioi asteikolla 1 = täysin eri mieltä - 5 = täysin samaa mieltä. Valitse numero.

	Täysin eri mieltä					Täysin samaa mieltä				
(C14) Tulen hyvin toimeen läheisteni kanssa	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
(C15) Minun on helppo pitää yllä ystävyssuhteita	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
(C16) Minun on helppo tutustua uusiin ihmisiin	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
(C17) Minun on helppo olla tekemisissä vieraiden ihmisten kanssa	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5



D. Mieli

Tässä on väittämiä ajatuksista ja tuntemuksista. Valitse jokaisen väittämän kohdalla se vastaus, joka parhaiten kuvaa tilannettasi **viimeksi kuluneen kuukauden aikana**.

	En koskaan	Harvoin	Silloin tällöin	Usein	Koko ajan
(D1) Olen tuntenut itseni toiveikkaaksi tulevaisuuden suhteen	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
(D2) Olen tuntenut itseni hyödylliseksi	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
(D3) Olen tuntenut itseni rentoutuneeksi	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
(D4) Olen käsitellyt ongelmia hyvin Olen miettinyt ratkaisuja ja eri vaihtoehtoja miten pääsen ongelmassa eteenpäin.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
(D5) Olen ajatellut selkeästi Pystyn erittelemään tunteitani ja toimintaani. Ajatukseni eivät mene sekaisin.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
(D6) Olen tuntenut läheisyyttä toisiin ihmisiin	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
(D7) Olen kyennyt tekemään omia päätöksiä asioista	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
(D8) Olen kyennyt tarttumaan toimeen asioitteni hoitamisessa	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
(D9) Olen tuntenut mielihyvää itselleni tärkeistä asioista	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5



E. Arki

Miten suoriudut seuraavista arkipäivän asioista?

Vastaa siinäkin tapauksessa, vaikka kyseiset palvelut tai välineet eivät olisi helposti saatavilla tai asia ei ole sinulle tällä hetkellä ajankohtainen.

	En suoriudu	Paljon vaikeuksia	Jonkin verran vaikeuksia	Vähän vaikeuksia	Suoriudun hyvin
(E1) Kotitöiden tekeminen esim. ruoanlaitto, siivous, pyykinpesu	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
(E2) Kauppa-asioiden hoitaminen esim. ruoka- ja vaateostokset, hygieniatuotteiden ostos	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
(E3) Julkisten palvelujen käyttäminen esim. pankki, KELA, apteekki, TE-toimisto, sosiaalitoimisto	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
(E4) Internetin kautta asioiminen ja tiedon hakeminen esim. verkkopankki, lomakkeiden täyttö, aikataulut	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
(E5) Raha-asioista huolehtiminen esim. rahankäytön suunnittelu, laskujen maksaminen ajallaan	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
(E6) Omasta terveydestä ja hyvinvoinnista huolehtiminen esim. monipuolinen ruokavalio, liikunnan harrastaminen, sinulle määrättyjen lääkkeiden ottaminen	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
(E7) Säännöllisen vuorokausirytmän ylläpitäminen ja riittävä nukkuminen esim. asiointi ja toimiminen päiväsaikaan, olo on päivällä virkeä	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
(E8) Omasta puhtaudesta ja siisteydestä huolehtiminen esim. peseytyminen, puhtaat vaatteet	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
(E9) Terveyspalvelujen käyttäminen esim. lääkärissä käynti, hammashuolto, laboratorio	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
(E10) Kodin ulkopuolella kulkeminen esim. julkiset kulkuneuvot, oma auto, taksi, polkupyörä, jalan	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
(E11) Muista huolehtiminen esim. lapset, vanhemmat ja lemmikkieläimet	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>



F. Taidot

(F1) **Pystytkö yleensä keskittymään asioihin?** esim. kirjan/lehden lukeminen, toisen kuunteleminen, lomakkeen täyttäminen

- Erittäin hyvin
- Hyvin
- Tyydyttävästi
- Huonosti
- Erittäin huonosti

(F2) **Sujuuko sinulta uusien tietojen ja taitojen oppiminen**

- Erittäin hyvin
- Hyvin
- Tyydyttävästi
- Huonosti
- Erittäin huonosti

(F3) **Millaiseksi arvioit muistisi tällä hetkellä. Onko muistisi:**

- Erittäin hyvä
- Hyvä
- Tyydyttävä
- Huono
- Erittäin huono

(F4) **Onko sinulla todettu joku oppimiseen, keskittymiseen tai hahmottamiseen liittyvä vaikeus?**

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa



Miten seuraavat väittämät kuvaavat ajatuksiasi tulevaisuuden ja osaamisen suhteen?

Arvioi asteikolla 1 = täysin eri mieltä - 5 = täysin samaa mieltä. Valitse numero.

	Täysin eri mieltä					Täysin samaa mieltä				
(F5) Suhtaudun tulevaisuuteni myönteisesti	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>					
(F6) Minulla on haaveita ja toiveita tulevaisuudelleni esim. arkirytmän löytyminen, päihteettömyys, koulutuksen aloittaminen, työelämään siirtyminen	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>					
(F7) Olen valmis näkemään vaivaa ja tekemään asioita tavoitteitteni ja haaveitteni toteutumisen eteen	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>					
(F8) Minulla on osaamista, jota voin hyödyntää työelämässä	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>					
(F9) Pystyn ilmaisemaan itseäni eri tilanteissa suullisesti esim. kertomaan asiani muille, osallistumaan keskusteluihin	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>					
(F10) Pystyn ilmaisemaan itseäni eri tilanteissa kirjallisesti esim. kirjoittamaan työhakemuksen tai muun esittelyn	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>					

G. Keho

(G1) **Onko fyysinen kuntosi mielestäsi:**

- Hyvä
- Melko hyvä
- Keskitasoinen
- Melko huono
- Huono



(G2) **Harrastatko liikuntaa?**

Liikunta sisältää kaiken vapaa-ajan liikuntaharjoittelun, hyötyliikunnan tai muun fyysisen ponnistelun, jossa hengästyy ja hikoilee.

- Harrastan liikuntaa vähintään kolme kertaa viikossa
- Harrastan liikuntaa 1-2 kertaa viikossa
- Harrastan liikuntaa, mutta en joka viikko
- Harrastan liikuntaa harvemmin kuin kerran kuukaudessa
- En harrasta liikuntaa

(G3) **Käytätkö säännöllisesti jotakin liikkumisen apuvälinettä, esimerkiksi pyörätuolia tai kävelykeppiä?**

- Kyllä En

Mikäli vastasit En, vastaa seuraavaksi kysymyksiin G4 ja G6

(G4) **Pystytkö levähtämättä kävelemään noin kilometrin?**

- Pystyn siihen vaikeuksitta
- Pystyn siihen, mutta vaikeuksia on jonkin verran
- Pystyn siihen, mutta se on minulle erittäin vaikeaa
- En pysty siihen lainkaan

(G6) **Pystytkö juoksemaan lyhyehkön matkan (noin sata metriä)?**

- Pystyn siihen vaikeuksitta
- Pystyn siihen, mutta vaikeuksia on jonkin verran
- Pystyn siihen, mutta se on minulle erittäin vaikeaa
- En pysty siihen lainkaan

Mikäli vastasit Kyllä, vastaa seuraavaksi kysymyksiin G5, G7

(G5) **Jos käytät käsikäyttöistä pyörätuolia tai muuta liikkumisen apuvälinettä, pystytkö levähtämättä kelaamaan tai kävelemään noin kilometrin?**

- Pystyn siihen vaikeuksitta
- Pystyn siihen, mutta vaikeuksia on jonkin verran
- Pystyn siihen, mutta se on minulle erittäin vaikeaa
- En pysty siihen lainkaan

(G7) **Jos käytät käsikäyttöistä pyörätuolia tai muuta liikkumisen apuvälinettä, pystytkö kelaamaan tai kävelemään vauhdikkaasti lyhyen matkan?**

- Pystyn siihen vaikeuksitta
- Pystyn siihen, mutta vaikeuksia on jonkin verran
- Pystyn siihen, mutta se on minulle erittäin vaikeaa
- En pysty siihen lainkaan



(G8) **Onko sinulla yksi tai useampi pitkäaikainen fyysinen tai psyykinen sairaus, oire tai vamma?** Pitkäaikaisella tarkoitetaan vähintään kuusi kuukautta kestänyttä tai kestävää ajanjaksoa.

- Ei
 Kyllä

Mikäli vastasit Kyllä:

Arvioi, miten haittaavia nämä sairaudet, oireet tai vammat ovat. Valitse haitan määrää parhaiten kuvaava numero.

(G9) **Haitta vapaa-ajan harrastuksissa**

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

0 = ei lainkaan haittaa

10 = pahin mahdollinen eli erittäin suuri haitta

(G10) **Haitta kotitöiden hoitamisessa**

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

0 = ei lainkaan haittaa

10 = pahin mahdollinen eli erittäin suuri haitta

(G11) **Haitta työssä tai mahdollisessa työssä**

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

0 = ei lainkaan haittaa

10 = pahin mahdollinen eli erittäin suuri haitta

(G12) **Haitta ihmissuhteissa**

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

0 = ei lainkaan haittaa

10 = pahin mahdollinen eli erittäin suuri haitta



H. Taustatiedot

(H1) **Mikä on kotitaloutesi tilanne? Voit valita useamman vaihtoehdon.
Vastaa tähän todellisen tilanteesi mukaisesti.**

- Asun yksin
- Asun vanhempani tai vanhempieni kanssa
- Olen yksinhuoltaja
- Olen yhteishuoltaja
- Avo- tai aviopari, ei lapsia
- Avo- tai aviopari ja lapsia
- Asun useamman aikuisen kotitaloudessa esim. kimppa-asunto, opiskelija-asuntola
- Asun ryhmäkodissa tai laitoksessa
- Asun vastaanottokeskuksessa
- Asun asumispalveluyksikössä
- Minulla ei ole vakituista asuntoa

(H2) **Kun kotitaloutesi kaikki tulot otetaan huomioon, onko menojen kattaminen näillä tuloilla:**

- Hyvin helppoa
- Helppoa
- Melko helppoa
- Melko hankalaa
- Hankalaa
- Hyvin hankalaa

Mikä on koulutustaustasi?

(H3) **Peruskoulutus:**

- Peruskoulu, kansa- tai kansalaiskoulu
- Suoritan parhaillaan peruskoulua
- Peruskoulu on jäänyt kesken
- En ole käynyt koulua

(H4) **Peruskoulun jälkeinen koulutus:
Voit valita useamman vaihtoehdon.**

- Ei peruskoulun jälkeistä koulutusta
- Lukio/ylioppilastutkinto
- Ammatilliseen peruskoulutukseen valmentava koulutus (VALMA) tai kurssitus (esim. maahanmuuttajakoulutus)
- Kurssimuotoinen ammatillinen koulutus, ammattitutkinnon osa
- Ammattikoulu- tai opistotason tutkinto, myös näyttötutkinto
- Ammattikorkeakoulututkinto tai alempi korkeakoulututkinto
- Ylempi ammattikorkeakoulututkinto tai ylempi korkeakoulututkinto
- Lisensiaatin tai tohtorin tutkinto
- Koulutus on jäänyt kesken



I. Työ & tulevaisuus

(1) **Mikä parhaiten kuvaa nykyistä työtilannettasi? Voit valita useamman vaihtoehdon.**

- Työharjoittelussa
- Työpajatoiminnassa tai kuntouttavassa työtoiminnassa
- Työkokeilussa
- Työttömänä (työnhakijana TE-toimistossa)
- Työttömänä (en työnhakijana TE-toimistossa)
- Ei-palkatussa työssä esim. vapaaehtois- tai hyväntekeväisytyössä
- Yhdyskuntapalveluksessa
- Opiskelijana tai oppisopimuskoulutuksessa
- Kotona (kotiäiti, -isä tai omaishoitaja)
- Sairauslomalla tai osasairauslomalla
- Eläkkeellä (työkyvyttömyys-, osatyökyvyttömyys-, kuntoutustuki tai osakuntoutustuki, perhe- tai lapseneläke)
- Palkkatyössä (täysiaikainen, osa-aikainen tai palkkatuettu työ)
- Yrittäjänä tai maatalousyrittäjänä
- Ammatinharjoittajana tai freelancerina
- Apurahalla

(2) **Kuinka kauan nykyinen työttömyytesi on kestänyt. Ajattele työttömyytesi kestoja myös ennen nykyisiä kuntoutus- ym. toimenpiteitä.**

- Alle vuoden
- 1–2 vuotta
- 3–4 vuotta
- 5–7 vuotta
- 8–10 vuotta
- yli 10 vuotta
- En ole koskaan ollut työelämässä
- En ole tällä hetkellä työttömänä



Mitkä asiat vaikeuttavat työelämään osallistumistasi?

	Erittäin paljon	Paljon	Jonkin verran	Vähän	Ei lainkaan	En osaa sanoa
(13) Työmahdollisuuksien puute	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
(14) Töihin liikkumisen vaikeudet esim. hankalat kulkuyhteydet, pitkät välimatkat	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
(15) Koulutuksen tai osaamisen puute esim. kielitaito, ammatillisen tutkinnon puuttuminen tai tarve sen päivittämiseen	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
(16) Työmotivaation tai työhalujen väheneminen	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
(17) Terveysten tai toimintakyvyn liittyvät ongelmat	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
(18) Oma elämäntilanne esim. perhe, sukulaiset, ystävät	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
(19) Päihteet tai muut riippuvuudet	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
(110) Rikosrekisteri- tai huumausainemerkinnät	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
(111) Taloudellinen tilanne esim. velat, ulosotot	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6

(112) **Uskotko löytäväsi palkkatyötä?**

- Kyllä, varmasti
 Kyllä, melko varmasti
 Ehkä, ehkä en
 En usko
 Kysymys ei ole minulle ajankohtainen



(I13) **Uskotko löytäväsi mieleisesi koulutuspaikan?**

- Kyllä, varmasti
- Kyllä, melko varmasti
- Ehkä, ehkä en
- En usko
- Kysymys ei ole minulle ajankohtainen

(I14) **Mihin elämäsi osa-alueille toivoisit muutosta?
Voit valita useamman vaihtoehdon.**

- Työtilanteeseeni tai työllistymiseeni
- Osaamiseeni tai ammattitaitooni
- Taloudelliseen tilanteeseeni
- Terveystilaani
- Nukkumiseeni tai vuorokausirytmiiini
- Ruokavaliooni
- Fyysiseen kuntooni
- Arkeni hallintaan
- Mieleni hyvinvointiin
- Ihmissuhteisiini
- Harrastamiseeni tai osallistumiseeni
- Päihteiden käyttööni tai muihin riippuvuuksiin
- En osaa sanoa
- En koe tarvetta muutokseen