

Leena Miettinen

**KUNTOUTTAVAN TYÖTOIMINNAN
MERKITYS NUOREN AIKUISEN
HYVINVOINNILLE**
Kaarinan kaupungin kuntouttavan työtoiminnan
kehittäminen

Opinnäytetyö

Humanistisen alan ylempi ammattikorkeakoulututkinto

Järjestö- ja nuorisotyön koulutus (ylempi amk)

2020



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

| Tekijä | Tutkinto | Aika |
|--|-------------------------|---------------|
| Leena Miettinen | Yhteisöpedagogi YAMK | Toukokuu 2020 |
| <p>Opinnäytetyön nimi</p> <p>Kuntouttavan työtoiminnan merkitys nuoren aikuisen hyvinvoinnille Kaarinan kaupungin kuntouttavan työtoiminnan kehittäminen</p> | | |
| <p>Toimeksiantaja</p> <p>Kaarinan kaupunki</p> | | |
| <p>Ohjaaja</p> <p>Katja Komonen</p> | | |
| <p>Tiivistelmä</p> <p>Laki kuntouttavasta työtoiminnasta on muuttumassa. Kuntouttava työtoiminta on yksi työvoimapolitiittinen toimenpide, jonka avulla pyritään aktivoimaan työttömiä. Työttömyys ja toimettomuus heikentävät aikaisempien tutkimusten mukaan hyvinvointia. Kuntouttavasta työtoiminnasta seuraa harvoin siirtymiä koulutukseen tai työelämään, se onkin usein lähinnä sosiaalista kuntoutusta.</p> <p>Tässä opinnäytetyössä selvitettiin kuntouttavan työtoiminnan merkitystä nuoren aikuisen hyvinvoinnille. Tämän kehittävän tutkimuksen pohjalta laadittiin kehittämissuhteita Kaarinan kaupungin kuntouttavan työtoiminnan kehittämiseksi. Laadullinen tutkimus toteutettiin puolistrukturoidulla teemahaastattelulla, jossa haastateltiin samat viisi etsivän nuorisotyön ryhmämuotoiseen kuntouttavaan työtoimintaan osallistuvaa nuorta työtoiminnan alussa sekä lopussa. Ensimmäinen haastattelu kuntouttavan työtoiminnan alkupuolella painottui nuorten taustoihin sekä heidän odotuksiinsa kuntouttavasta työtoiminnasta. Toinen haastattelu keskittyi kuntouttavan työtoiminnan merkitykseen hyvinvoinnille.</p> <p>Opinnäytetyön mukaan kuntouttava työtoiminta paransi nuorten hyvinvointia hyvinvoinnin eri osa-alueilla. Negatiivista muutosta hyvinvointiin ei tutkimuksessa käynyt ilmi. Arjen hallinnassa tapahtui parannusta hygieniassa, ravinnossa, arkirytmisissä ja taloudessa. Yhteisöllisyyden lisääntyminen vaikutti merkittävästi nuorten hyvinvointiin. Tulevaisuus näytti kuntouttavan työtoiminnan jälkeen positiiviselta ja nuoret kokivat uskaltavansa miettiä tulevaisuuttaan.</p> <p>Tulosten pohjalta laadittiin kehitysehdotuksena monipuolinen ja toiminnallisesti monipuolinen malli, jonka rinnalla on mahdollisuus osallistua yksilömuotoiseen kuntouttavaan työtoimintaan. Jatkossa jokaiseen kuntouttavaan työtoimintaan tulee sisällyttämään vahvemmin tuki ja ohjaus. Saadessaan valita oman kuntouttavan työtoiminnan paikkansa nuorten osallisuus omaan elämäänsä lisääntyy.</p> | | |
| <p>Asiasanat</p> <p>Hyvinvointi, kuntouttava työtoiminta, sosiaalinen kuntoutus, työttömyys, yhteisöllisyys</p> | | |

| | | |
|---|----------------------|-----------------------------------|
| Author | Degree | Time |
| Leena Miettinen | Master of Humanities | May 2020 |
| Thesis title | | |
| The importance of rehabilitative work for the well-being of a young adult Development of rehabilitative work activities in the city of Kaarina | | 84 pages 2 pages of appendices |
| Commissioned by | | |
| The city of Kaarina | | |
| Supervisor | | |
| Katja Komonen | | |
| Abstract | | |
| <p>The law on rehabilitative work is about to change. Rehabilitative work is one of the labour market policy measures aimed at activating the unemployed. According to previous studies, unemployment and inactivity impair well-being. Rehabilitative work rarely results in transitions to education or working life, but it is often mainly social rehabilitation.</p> <p>In this thesis, the importance of rehabilitative work for the well-being of a young adult was examined. Based on this developmental research, development proposals were prepared for the development of rehabilitative work activities in the city of Kaarina. The qualitative study conducted through a semi-structured thematic interview, in which the same five young people participating in group rehabilitative work at the beginning and the end of the rehabilitative work were interviewed. The first interview focused on the backgrounds of the young people and their expectations of rehabilitative work. The second interview focused on the importance of rehabilitative work for well-being.</p> <p>The results showed that rehabilitative work improved the well-being of the young people in several areas of well-being. The study did not show a negative change in well-being. There was an improvement in everyday management in hygiene, nutrition, everyday rhythm and finances. Increased communality had a significant impact on the well-being of the young people. The future looked positive after rehabilitative work and the young people felt confident to think about their future.</p> <p>Based on the results, a multi-level and functionally diverse model was developed as a development proposal, alongside which it is possible to participate in individual rehabilitative work activities. In the future, every rehabilitative work activity will include stronger support and guidance. When the young people can choose their own place for rehabilitative work, young people's participation in their own lives increases.</p> | | |
| Keywords | | |
| Well-being, rehabilitative work, social rehabilitation, unemployment, communality | | |

SISÄLLYS

| | | |
|-----|--|----|
| 1 | JOHDANTO..... | 6 |
| 2 | HYVINVOINTI..... | 10 |
| 2.1 | Hyvinvointi käsitteenä | 10 |
| 2.2 | Nuoren aikuisen hyvinvoinnin perusta | 13 |
| 2.3 | Työttömyyden merkitys hyvinvoinnille..... | 18 |
| 3 | KUNTOUTTAVA TYÖTOIMINTA..... | 20 |
| 3.1 | Aktivointipolitiikka..... | 20 |
| 3.2 | Kuntouttava työtoiminta käsitteenä | 22 |
| 3.3 | Kuntouttava työtoiminta sosiaalisena kuntoutuksena | 24 |
| 3.4 | Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaat | 28 |
| 3.5 | Aikaisemmat tutkimukset | 29 |
| 4 | KUNTOUTTAVA TYÖTOIMINTA KAARINASSA..... | 31 |
| 4.1 | Taustatilastoja kuntouttavan työtoiminnan tarpeellisuudesta..... | 31 |
| 4.2 | Kaarinan kuntouttava työtoiminta..... | 33 |
| 5 | TUTKIMUKSEN TOTEUTUS..... | 35 |
| 5.1 | Tutkimuksen kohde ja kohdejoukko..... | 35 |
| 5.2 | Tutkimuskysymykset..... | 35 |
| 5.3 | Teemahaastattelu aineistonkeruumenetelmänä | 36 |
| 5.4 | Aineistonkeruuprosessi..... | 38 |
| 5.5 | Aineiston analyysi | 39 |
| 6 | TULOKSET..... | 45 |
| 6.1 | Haastateltavien taustat | 45 |
| 6.2 | Nuorten odotukset kuntouttavasta työtoiminnasta | 48 |
| 6.3 | Kuntouttavan työtoiminnan merkitys nuoren hyvinvoinnille..... | 51 |
| 6.4 | Kuntouttavan työtoiminnan kehittäminen | 56 |
| 6.5 | Tiivistelmä tuloksista..... | 58 |
| 7 | JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA | 60 |

| | | |
|--------------|--|----|
| 7.1 | Kehittämisideoita kuntouttavaan työtoimintaan..... | 60 |
| 7.2 | Pohdinta..... | 64 |
| 7.3 | Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys | 69 |
| 7.4 | Jatkotutkimusehdotukset | 73 |
| LÄHTEET..... | | 75 |

LIITTEET

Liite 1. Ensimmäisen teemahaastattelun runko

Liite 2. Toisen teemahaastattelun runko

1 JOHDANTO

Nuorten työelämään pääsemisessä on vaikeuksia ja pitkäaikaistyöttömien määrä on kasvanut. Erilaisilla aktivointijärjestelmillä pyritään tekemään nuorten siirtymiä koulutuksiin ja työelämään helpommiksi sekä nopeammiksi. (Aaltonen & Kivijärvi 2017, 14.) Suomalainen aktiivinen työvoimapolitiikka on painottunutkin yhä enemmän nuoriin ikäryhmiin, sillä työttömyyden katsotaan vähentävän nuorten hyvinvointia. Keskeisiä nuoriin kohdistuvia työvoimapolitiittisia toimenpiteitä ovat esimerkiksi työkokeilu, työvoimapolitiittiset koulutukset sekä kuntouttava työtoiminta. (Pietikäinen 2013, 219, 224–225.)

Kunnissa on toteutettu kuntouttavaa työtoimintaa vuodesta 2001 alkaen (Blomgren ym. 2016, 26). Laissa kuntouttavalla työtoiminnalla tarkoitetaan kunnan järjestämää toimintaa, jonka tarkoitus on parantaa henkilön elämänhallintaa sekä luoda edellytyksiä työllistymiselle, ja jossa ei synny virkasuhdetta eikä työsuhdetta henkilön ja toimintaa järjestävän tai toteuttavan tahon välille (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 2.3.2001/189). Kuntouttava työtoiminta pyrkii ehkäisemään työttömyyden aiheuttamia kielteisiä vaikutuksia ja vahvistamaan asiakkaan elämän- ja arjenhallintaa sekä työ- ja toimintakykyä (Pehkonen-Elmi ym. 2015, 34).

Suomen hallitus on laatinut eduskunnalle esityksen kuntouttavasta työtoiminnasta annetun lain muuttamisesta, minkä on tarkoitettu tulevan voimaan vuonna 2021. Esityksen on tarkoitus tarkentaa kuntouttavan työtoiminnan järjestämistä sekä tuottamista koskevaa sääntelyä. Tämän lisäksi lakiin lisättäisiin säännös koskien kuntouttavan työtoiminnan sisällön määrittelyä. Kuntouttavaan työtoimintaan tulisi jatkossa sisältyä toimintaan osallistuvan tarvitsema tuki ja ohjaus. Lisäksi aktivointisuunnitelmaan ja monialaiseen työllistymissuunnitelmaan tulisi kirjata kuntouttavan työtoiminnan tavoite sekä henkilölle annettava ohjaus ja tuki kuntouttavan työtoiminnan aikana. (HE 13/2020) Kuntouttava työtoiminta on siis hyvin ajankohtainen aihe tällä hetkellä. Mahdollisesti tulevat lakimuutokset aiheuttavat kunnille lisää töitä ja lisäresurssien tarvetta, koska kunta on järjestämisvastuussa kuntouttavasta työtoiminnasta, vaikka ei sitä itse järjestäisikään.

Kuntouttava työtoiminta nähdään vahvasti yhtenä sosiaalisen kuntoutuksen osana. Sosiaalinen kuntoutus mielletään ryhmätoimintana, jossa yksilötoiminta pidetään tärkeänä osana ryhmätoiminnan rinnalla. (Böckerman 2018, 232.) Sosiaalinen kuntoutus voidaan nuorten kohdalla pitää myös ennalta ehkäisevänä toimintana (Nieminen 2018, 14). Kuntouttavan työtoiminnan sisältämä sosiaalinen tuki ja yhteisöllisyys lisäävät nuorten hyvinvointia (Kokko & Veistilä 2016, 222).

Kuntouttavaa työtoimintaa olisi tarpeellista tarkastella laajemmin hyvinvoinnin näkökulmasta, sillä vain pieni osa kuntouttavaan työtoimintaan osallistuvista pääsee eteenpäin avoimille työmarkkinoille. Kuntouttava työtoiminta lisää kuitenkin osallistujan jaksamista sekä vahvistaa voimavaroja ja hyvinvointia. (Pehkonen-Elmi ym. 2015, 63–64.) Nykypäivänä hyvinvointia ja onnellisuutta tavoitellaan enemmän kuin koskaan aikaisemmin, sillä hyvinvoinnin on huomattu tuovan ihmiselle monia positiivisia asioita, kuten terveyttä, hyviä ihmissuhteita, taloudellista turvaa sekä menestyksestä työuraa (Leskisenoja & Sandberg 2019, 28).

Kuntouttavaa työtoimintaa sekä nuorten hyvinvointia on tutkittu jo melko paljon. Kaarinan kaupungin sisällä tätä ei kuitenkaan ole tutkittu. Kuntouttava työtoiminta oli tutkimusta suunniteltaessa sekä on vielä tälläkin hetkellä varsin ajankohtainen aihe Kaarinan kaupungissa. Kaupunginhallitus päätti vuonna 2017 kilpailuttaa kuntouttavan työtoiminnan järjestävät tahot. Kilpailutuksen lopputuloksena Kaarinan kaupungissa vähenivät kuntouttavan työtoiminnan paikat. Tämän lisäksi päätettiin, että kuntouttavaan työtoimintaan pitäisi päästä enemmän kaupungin työyksiköihin. Käytännössä nämä edellä mainitut päätökset sulkevat pois huonokuntoisimmat nuoret aikuiset, jotka tarvitsisivat paljon apua ja tukea sekä työpaikalla että omassa elämässään.

Kaarinan kaupungissa etsivä nuorisotyö on tällä hetkellä ainut taho, joka järjestää erittäin matalan kynnyksen ryhmämuotoista kuntouttavaa työtoimintaa nuorille aikuisille. Tähän toimintaan osallistuvat nuoret, jotka ovat muun muassa olleet pitkään kotona. Toimintaan ei mahdu kuin kuusi nuorta vuodessa. Muut tukea tarvitsevat nuoret, jotka eivät ole vielä työpajakuntoisia, ovat etsivässä nuorisotyössä tai sosiaalipalveluissa yksilöasiakkaina, mutta tarvitsisivat enem-

män tukitoimia. Tälle monissa mittareissa syrjäytyneenä pidetyille kohderyhmälle on tarkoitus kehittää uusia toimintamuotoja, joilla parannettaisiin nuorten elämänhallintaa sekä hyvinvointia, niin että he kykenisivät lähtemään eteenpäin muuhun aktivointipalveluun tai jopa opiskelemaan tai työelämään. Kesän 2020 aikana Kaarinassa on tapahtumassa jälleen muutoksia kuntouttavaa työtoimintaa järjestävissä palveluiden tuottajissa.

Tämän opinnäytetyön avulla on tarkoitus selvittää kuntouttavan työtoiminnan merkitystä nuoren hyvinvoinnille. Tutkimukseen on valittu lähtökohdaksi hyvinvointi, sillä työttömyyden on koettu vaikuttavan negatiivisesti hyvinvoinnin kokemukseen. Allardtin (1998, 42) mukaan varsinkin pitkäaikaistyöttömyydellä on suuria vaikutuksia kaikkiin hänen määrittelemiinsä hyvinvoinnin ulottuvuuksiin kuten aineelliseen elintasoon, yhteisyysuhteisiin ja itsensä toteuttamisen mahdollisuuksiin. Niinpä on tarpeellista tutkia, parantaako kuntouttava työtoiminta osallistujan hyvinvointia.

Allardtin (1976, 32, 38–39, 50) hyvinvointiteorian mukaan hyvinvointi eli onnellisuus on määritelty tarvekäsitteen avulla, missä ihmisen perustarpeet ovat luokiteltu kolmeen perusluokkaan: elintasoon (*having*), yhteisyysuhteisiin (*loving*) sekä itsensä toteuttamisen muotoihin (*being*). Elintaso käsitteenä sisältää tulot, asumistason, työllisyyden, koulutuksen sekä terveyden eli ei fysiologisia tarpeita. Yhteisyysuhteet puolestaan sisältävät paikallis- ja perheyhteisyyden sekä ystävyysuhteet. Itsensä toteuttamisen muodot taas sisältävät arvonnannon (statuksen), korvaamattomuuden, poliittiset resurssit sekä mielenkiintoisen vapaa-ajan toiminnan. (Allardt 1976, 32, 38–39, 50)

Nuortenkin hyvinvoinnin tilaa voidaan tarkastella Allardtin (1976) hyvinvointiteorian mukaan, vaikka nuorten hyvinvointi määrittyy eri tavalla kuin aikuisilla. Nuorilla kasvuperhe, jonka parissa nuori elää lapsuutensa ja nuoruutensa, voi vaikuttaa elintason lisäksi myös muihin hyvinvoinnin ulottuvuuksiin. (Kestilä ym. 2019, 122.) Nuorten hyvinvointia arvioidessa pitäisi keskittyä enemmän holistiseen eli kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin, joka sisältää kokemukset emotionaalista, olemassaolosta sekä sosiaalisesta hyvinvoinnista. Tutkittaessa nuorten hyvinvointia tulisi keskittyä enemmän subjektiivisen hyvinvoinnin merkitykseen. (Gjerstad 2014, 88, 100.)

Kuntouttavan työtoiminnan merkitys nuoren aikuisen hyvinvoinnille on tarkoitus selvittää kvalitatiivisella tutkimusotteella. Kvalitatiivista tutkimusta käytetään usein, kun halutaan nostaa tietyn rajatun ihmisryhmän ääni kuuluviin ja sen avulla saatetaan aiheesta saada esille uusia asioita (Hakala 2018, 22). Tutkimusaineisto kerätään puolistrukturoitujen teemahaastattelujen avulla haastatteleamalla etsivän nuorisotyön kuntouttavan työtoiminnan ryhmään kuuluvat viisi nuorta. Ensimmäiset yksilöhaastattelut tehdään kuntouttavan työtoiminnan nuorille alkuvuodesta 2019. Haastatteluissa keskitytään nuorten taustoihin sekä heidän odotuksiinsa kuntouttavasta työtoiminnasta. Kesäkuussa 2019 tehdään kuntouttavan työtoiminnan samoille nuorille toinen haastattelu, jossa paneudutaan kuntouttavan työtoiminnan merkitykseen nuoren hyvinvoinnille. Haastatteluista saatava aineisto analysoidaan opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin sekä haastatteluiden teemoihin peilaten.

Tämän kehittävän tutkimuksen tavoitteena on laatia kehittämisideoita Kaarinan kaupungin kuntouttavan työtoiminnan kehittämiseksi. Usein kehittämistoiminnat toteutetaan kaupungissa työntekijälähtöisesti, joten nyt on tarkoitus saada myös nuorten ääni kuuluviin kehittämistyössä. Tämä on myös Kaarinan kaupungin arvojen, eli yhdessä, avoimesti ja asiakaslähtöisesti, mukainen kehittämistapa (Kaarina-strategia 2018–2025 s.a.). Tutkimuksen perusteella laaditaan kehittämis ehdotuksia, joiden avulla kuntouttavaa työtoimintaa saataisiin entistä laadukkaammaksi, monipuolisemmaksi sekä toimivammaksi. Tämä on ajankohtaista, koska kuntouttavassa työtoiminnassa on tapahtumassa muutoksia niin Kaarinan kaupungissa palvelujen tuottajissa kuin kuntouttavan työtoiminnan laissa.

Opinnäytetyön teoriaosuudessa käydään läpi keskeisinä käsitteinä kuntouttava työtoiminta ja hyvinvointi. Hyvinvoinnissa käsitellään nuorten aikuisten hyvinvoinnin perustaa sekä työttömyyden merkitystä hyvinvoinnille. Opinnäytetyössä kuvataan myös Kaarinan kuntouttavan työtoiminnan nykytilanne, johon viimeisessä luvussa esitellään tulosten pohjalta kehitysehdotuksia.

2 HYVINVOINTI

2.1 Hyvinvointi käsitteenä

Enemmistö suomalaisista on hyvinvoivaa elintason, elämänlaadun sekä elämäntavan mukaan. Vaikka hyvinvointivaltiossa on tehty leikkauksia, siitä huolimatta suurin osa ihmisistä selviää ilman suurempia ongelmia tulevaisuudessa ja heidän elämässään on positiivisia siirtymiä. Vähemmistöjen kannalta tilanne on monisyisempi. Heidän elämäntasonsa, elämänlaatunsa ja elämäntapansa ovat heikompia kuin valtaväestön ja heidän elämän edellytyksensä ovat kyseenalaiset. (Saari ym. 2017, 317.)

Nykypäivänä hyvinvointia ja onnellisuutta tavoitellaan enemmän kuin koskaan aikaisemmin. Hyvinvoinnin on huomattu tuovan ihmisille monia positiivisia asioita, kuten terveyttä, hyviä ihmissuhteita, taloudellista turvaa sekä menestyksekkästä työuraa. Hyvinvointia ja siihen monesti liitettävää onnellisuutta on vaikea määrittää ja mitata. (Leskisenoja & Sandberg 2019, 28.)

Allardt on jo vuonna 1976 määritellyt hyvinvointiteoriassaan yleiset hyvinvoinnin ulottuvuudet, joiden perusteella hyvinvointia määritellään vielä tänäkin päivänä. Hyvinvointi eli onnellisuus on määritelty tarvekäsitteen avulla. Hyvinvoinnin aste määrittyy suoraan tarpeentyydytyksen asteesta. Jos ihmisen perustarpeet jäävät tyydyttämättä, merkitsee se huonoja olosuhteita. Onnellisuus sen sijaan liittyy ihmisen tunteisiin ja subjektiivisiin elämyksiin. Hyvinvointi on siis objektiivisempää kuin onnellisuus. (Allardt 1976, 32.)

Ihmisen perustarpeet ovat luokiteltu kolmeen perusluokkaan: elintasaan (*having*), yhteisyysuhteisiin (*loving*) ja itsensä toteuttamisen muotoihin (*being*). Elintaso käsitteenä sisältää tulot, asumistason, työllisyyden, koulutuksen sekä terveyden. Yhteisyysuhteet puolestaan sisältävät paikallis- ja perheyhteisyyden sekä ystävyysuhteet. Itsensä toteuttamisen muodot taas sisältävät arvonnannon (statuksen), korvaamattomuuden, poliittiset resurssit sekä mielenkiintoisen vapaa-ajan toiminnan. (Mts. 38–39, 50.)

Hyvinvoinnin ja onnellisuuden teorioita on monia muitakin. Esimerkiksi itseohjautuvuusteorian mukaan hyvinvoinnin kokeminen edellyttää kolmen psykologi-

sen perustarpeen eli autonomian, kyvykkyyden ja yhteenkuuluvuuden toteutumisista. Toisen teorian mukaan taas hyvinvointi koostuu viidestä eri elementistä, jotka ovat myönteiset tunteet, sitoutuminen, ihmissuhteet, merkityksellisyyden kokemukset sekä saavuttaminen. Hyvinvoinnin eri teorit ovat osittain samankaltaisia vain käsitteet vaihtuvat. (Leskisenoja & Sandberg 2019, 29–30.)

Perinteisesti pohjoismainen hyvinvointitutkimus on määritellyt hyvinvointia eri ulottuvuuksien ja osa-alueiden kautta kokonaisuutena. Hyvinvointiin vaikuttavat useat tekijät. Niinpä hyvinvoinnin käsite määritellään eri tavoin riippuen teoreettisesta lähestymistavasta, mutta yleisesti ajatellaan, että hyvinvointia tulee mitata monella eri mittarilla. Pohjoismaisessa hyvinvointitutkimuksessa hyvinvointia käsitellään kolmella ulottuvuudella, joita ovat elintaso, sosiaaliset suhteet ja itsensä toteuttaminen tai mielekäs tekeminen. Ulottuvuuksista käytettävät nimet saattavat vaihdella. (Kestilä ym. 2019, 121.)

Suomessa hyvinvointia on tutkittu elinolotutkimuksella, jossa elinolot nähdään osana hyvinvointia. 2000-luvulla on siirrytty elinoloista enemmän hyvän elämän käsitteen sekä positiivisten ilmiöiden tarkasteluun. Hyvinvointia käsitellään muun muassa kokemuksen, tyytyväisyyden ja onnellisuuden kautta. Nykyisin hyvinvointi nähdään ihmisen omana kokemuksena. (Pyykkönen 2012, 22, 32–36, 69–78.)

Toikko (2012, 21–22, 25–27) selittää hyvinvointia kuvaavia termejä sosiaalipalveluiden näkökulmasta. Well-being-hyvinvointi kuvaa hyvin voimisen tilaa, hyvin elämistä sekä niitä olosuhteita, joissa toteutuu hyvä elämä. Tällainen hyvinvointi kattaisi onnellisuuden, terveyden sekä aineellisen hyvinvoinnin. Onnellisuus, tyytyväisyys elämään sekä subjektiivinen hyvinvointi muodostavat perustan sosiaaliselle hyvinvoinnille eli yhdessä hyvin elämiselle.

Usein teoreettisessa tarkastelussa puhutaan juuri subjektiivisesta hyvinvoinnista. Tällöin ihminen itse arvioi omaa elämäntyytyväisyyttään myönteisten ja kielteisten tunteiden määrän kautta. Subjektiivisen hyvinvoinnin määritelmää pidetään hedonistisena onnellisuuden näkökulmana. Tällöin tavoitteena on kokea mahdollisimman paljon juuri myönteisiä tunteita ja samalla minimoida kielteiset

tunteet. Voimakas hedonistisen mielihyvän tavoittelu voi näkyä nuoren elämässä esimerkiksi hallitsemattomana kulutustottumuksena, pelaamisena tai päihteiden käyttönä. (Leskisenoja & Sandberg 2019, 28.)

Hyvinvoinnin eri osatekijöiden vaikutus itse koettuun hyvinvointiin saattaa olla kovin erilainen riippuen siitä, mitä subjektiivista hyvinvoinnin osa-aluetta tarkastellaan. Subjektiivinen hyvinvointi voidaan Honkkilan (2015) mukaan jakaa kolmeen eri osa-alueeseen: yleinen arvio omasta elämänlaadusta, tiettyjen tunteiden kuten onnellisuuden tunteminen sekä eudamonistinen ulottuvuus.

Eudamonistisen näkemyksen mukaan hyvää elämää ei voida rakentaa vain myönteisten kokemusten varaan. Aito onni ihmisen elämään saavutetaan elämällä hyveellistä elämää sekä tekemällä asioita, jotka ovat tekemisen arvoisia. Ihmisen tulee tavoittaa tunne elämän merkityksellisyydestä ja henkilökohtaisesta kasvusta, jotta ihminen voi kokea todellista hyvinvointia. Nämä tunteet ovat hyvin subjektiivisia. Joku voi kokea eudamonistista hyvinvointia esimerkiksi vapaaehtoistyössä ja joku toinen kilpaurheilussa. (Leskisenoja & Sandberg 2019, 29.)

Nuortenkin hyvinvoinnin tilaa voidaan tarkastella Allardtin (1976) hyvinvointiteorian mukaan, vaikka nuorten hyvinvointi määrittyy eri tavalla kuin aikuisilla. Nuorilla kasvuperhe voi vaikuttaa elintason lisäksi myös muihin hyvinvoinnin ulottuvuuksiin. Kasvuperheen vaikutus nuoreen vähenee iän myötä, mutta vielä nuoret aikuiset ovat usein riippuvaisia vanhempiensa taloudellisesta tai emotionaalista tuesta. (Kestilä ym. 2019, 122.)

Nuorten hyvinvointia arvioitaessa pitäisi keskittyä enemmän holistiseen eli kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin, joka sisältää kokemukset emotionaalista, olemassaolosta sekä sosiaalisesta hyvinvoinnista. Nuoret peilaavat omia tunteuksiaan sekä selventävät omaa paikkaansa muihin ihmisiin enemmän kuin aikuisväestö. Tutkittaessa nuorten hyvinvointia tulisi keskittyä enemmän subjektiivisen hyvinvoinnin merkitykseen. (Gjerstad 2014, 88, 100.)

2.2 Nuoren aikuisen hyvinvoinnin perusta

Nuorten aikuisten hyvinvointiin vaikuttavat niin yksilölliset kuin yhteisöllisetkin asiat. Yksilön hyvinvointi alkaa hyvin yhteisöllisesti. Lapsuudenaikainen kasvuympäristö ja yksilön välinen dynaaminen vuorovaikutus luovat perustaa myöhemmälle hyvinvoinnille. (Ristikari ym. 2016, 11.) Lapsuuden kasvuympäristön merkitys lasten kehitykselle ei kuitenkaan ole suoraviivaista. Hyvissäkin kasvuolosuhteissa lapsille saattaa kasaantua ongelmia kehityksen eri osa-alueille. Toisaalta lapsuuden heikot lähtökohdat eivät välttämättä merkitse huonoa hyvinvointia aikuisuudessa. Ihmisten hyvinvointi ei määräydy ennalta lapsuuden olosuhteiden perusteella. (Kestilä ym. 2011.)

Perheen vaikeus jollakin elämänalueella heijastuu lasten hyvinvointiin monella eri hyvinvoinnin osa-alueella. Lapsuuden perhetekijät vaikuttavat monella tavalla myös myöhempään hyvinvointiin. Varhaiset elinolot saattavat vaikuttaa muun muassa koulutusurien valintaan ja sitä kautta vaikuttavat aikuisuuden hyvinvointiin. Erilaisten ongelmien ylisukupolvisuus, jossa vanhempien hyvinvoinnin ongelmat siirtyvät heidän lapsilleen, saattaa näkyä esimerkiksi elintavoissa, toimeentulossa ja terveyden ongelmissa. Varsinkin köyhyys ja sen seurauksen siirtyvät helposti sukupuoletta toiselle. (Kataja ym. 2014, 40–41; Solantaus ym. 2011, 159.) Niin lasten kuin nuorten hyvinvoinnin kehittymiseen on vanhemmillä suuri merkitys.

Nuoruuden ajanjaksolla siirrytään vähitellen lapsuuden riippuvaisuudesta kohti aikuisten itsenäistä elämää. Nuoruudessa käydään läpi monia suuriakin muutoksia, jotka liittyvät niin yksilön fyysiseen olemukseen, identiteettiin, persoonallisuuteen kuin sosiaalisiin suhteisiin. Nuoruuden ajanjaksolla itsenäistytään lapsuuden kodista ja vanhemmista, valitaan koulutuksellinen ja ammatillinen suunta sekä pyritään löytämään oma paikka yhteiskunnassa. (Berg ym. 2011, 169.)

Nuoruusvaiheeseen kuuluu itseluottamuksen kehittäminen, uusien taitojen oppiminen, oman identiteetin miettiminen sekä itsenäistyminen. Samaan aikaan nuoret voivat myös kokea epävarmuuden, pelon, hämmennyksen tai yksinäisyyden tunteita. Aikuisen tulee olla nuorten saatavilla ja ohjata nuorten nuoruus-

den tunnekuohuissa. Jokainen nuori tarvitsee huolenpitoa ja turvaa perheen tilanteesta tai muista olosuhteista huolimatta. Osa nuorista saattaa kaivata vahvaa tukea niin kotoa kuin muualtakin. (Leskisenoja & Sandberg 2019, 31–32.) Vanhempien läsnäolo tai vanhemmuuden puute heijastuvat nuorten kokemaan hyvinvointiin.

Halmeen ym. (2018, 9, 12, 57) mukaan vanhempien positiivinen palaute sekä keskusteluyhteys vanhempien kanssa lisäävät nuorten tyytyväisyyttä elämän eri osa-alueilla ja näin ollen hyvinvointi paranee. Keskusteluvaikeudet ovat puolestaan yhteydessä yksinäisyyteen ja muihin hyvinvointia heikentäviin tekijöihin, kuten ahdistukseen, humalahakuisen juomiseen, uupumusasteiseen väsymykseen, ylipainoon sekä koulusta lintsautumiseen. Vanhemmuuden vahvistaminen on tärkeää nuorten hyvinvoinnin kannalta. (Halme ym. 2018, 9, 12, 57.)

Vanhemmuuden lisäksi vanhempien sosioekonominen asema on yhteydessä nuorten hyvinvointiin. Perheen huono toimeentulo heikentää nuorten kokemuksia sosiaalisesta hyvinvoinnista sekä vaikuttaa vielä myöhemmin siihen, kuinka tyytyväisiä nuoret ovat elämäänsä. Sen sijaan myönteinen huomio on ollut se, että vanhempien alhainen koulutustaso ei vaikuttaisi nuorten sosiaaliseen hyvinvointiin. (Pulkkinen ym. 2017, 129–130.)

Nuorten hyvinvointiin vaikuttavia asioita ovat vanhemmuuden puutteen lisäksi irrallisuus koulukulttuurista, putoaminen koulutuksen tai työelämän ulkopuolelle sekä elämänhallinnan ongelmat. Sosiaalisilla suhteilla onkin keskeinen merkitys hyvinvoinnin rakentumisessa. Esimerkiksi yksinäisyyden on katsottu olevan yksi tekijä, joka vähentää koettua hyvinvointia. (Aaltonen ym. 2015a, 9.) Nuorten hyvinvoinnin lisäämisessä olisikin hyvä kiinnittää aikaisempaa enemmän huomiota yhteisöllisyyden ja sosiaalisen tuen vahvistamiseen (Korhonen 2015, 219).

Elämänsä riskikohtien tunnistaminen on tärkeää yksinäisyyden ehkäisemisessä. Luottamuksellisten, läheisten ja merkityksellisten ihmissuhteiden puuttumista kutsutaan emotionaaliseksi yksinäisyydeksi. Tämän yksinäisyyden muodon katsotaan olevan pitkällä aikavälillä mitaten yksilön kannalta haitallisinta ja sen on todettu olevan yhteydessä mielenterveydellisiin ongelmiin ja hyvinvointiin. Pitkäaikaisesta yksinäisyydestä puhutaan, kun yksinäisyys on

kestänyt lukuvuoden verran. Sosiaalisen yksinäisyyden tunne syntyy silloin, kun nuorilla ei ole edes pinnallisia, toimivia ja sosiaaliset tarpeet täyttäviä verkostoja, jotka ovat mahdollisia muun muassa koulussa, työssä tai peliyhteisöissä. Sosiaalinen yksinäisyys syntyy, kun nuoret kokevat ulkopuolisuutta, poissulkeamista tai näkymättömyyttä. Yksinäisyyttä pidetään periytyvänä ja opittuna käyttäytymismallina tai siirtyvänä geneettisenä ominaisuutena. Hyvinvointivaikutusten näkökulmasta kroonistuneella yksinäisyydellä on yhteys pitkäaikaiseen kuormitukseen. Jos lapsuudessa ja nuoruudessa yksinäisyyden ja sosiaalisista suhteista osattomaksi jäämisen kierre saadaan katkaistuksi, vaikuttaa se pitkällä aikavälillä merkittävästi henkilöiden hyvinvointiin monella eri osa-alueella. (Junttila 2016, 53–65, 68, 150.)

Vahvat ihmissuhteet ja tyytyväisyys sosiaalisiin suhteisiin lisäävät nuorten kokemaa hyvinvointia. Toisaalta koulukiusaaminen heijastuu kauan nuorten kokemaan hyvinvointiin negatiivisesti, sillä koulukiusatut ovat tyytymättömiä ihmissuhteisiinsa vielä pitkään kiusaamiskokemuksen jälkeen. Psykkinen hyvinvointi, koulunkäynnin ongelmat ja koulukiusaaminen heikentävät nuorten kokonaisvaltaista hyvinvointia. (Myllyniemi & Kiilakoski 2017, 99–100.)

Koulukiusaaminen ja koulunkäynninongelmat heijastuvat nuorten koulutukseen, jolla on suuri merkitys niin elämäkulun kuin hyvinvoinninkin kannalta. Peruskoulussa epäonnistuminen johtaa helposti karsiutumiseen ammatillisesta koulutuksesta tai lukiosta, mikä johtaa heikkoon työmarkkina-asemaan. (Sipilä ym. 2011, 121.) Koulutuksen puutteella on havaittu olevan merkitystä heikentyneeseen hyvinvointiin. Vain perusasteen suorittaneilla on yleisempää kolmen tai useamman hyvinvoinnin vajeen päällekkäisyys kuin koulutetummilla ikätovereilla. (Karvonen & Kestilä 2014, 170–171.) Nuorten miesten on todettu helpommin jäävän ilman toisen asteen koulutusta. Sukupuolten välinen ero näkyy myös koulutuksen puuttumisen haitallisuudessa. Miehillä koulutuksen puute on haitallisempaa työmarkkinoilla pärjäämisessä kuin naisille. Toisaalta vain peruskoulun suorittaneilla naisilla ja miehillä työttömyys on lähes yhtä yleistä. (Sipilä ym. 2011, 121, 129.)

Sukupuolten välisiä eroja ei ole havaittu siinä, kuinka tyytyväisiä nuoret ovat elämäänsä. On kuitenkin huomattu, että tyttöjen tyytyväisyys omaan elä-

määnsä on laskenut poikiin verrattuna, mikä on huolestuttavaa. Suurinta tyttöjen tyytyväisyyden vähenemistä on alle 20-vuotiailla. Toisaalta tyttöjen tyytyväisyys pysyy suunnilleen samalla tasolla peruskoulusta kolmikymppiseksi. Tyttöjen kokemaan hyvinvointiin heijastuu vahvasti tyttöjen kokema ahdistus sekä uupumus. (Myllyniemi & Kiilakoski 2017, 101, 103.)

Nuoret ovat kuitenkin melko tyytyväisiä elämäänsä. Joissain ryhmissä kuitenkin tyytyväisyys voi olla huomattavasti vähäisempää tai toisissa ryhmissä taas suurempaa. Nuorten hyvinvoinnin tutkimiseen tarvitaan tietoa, millaisina nuoret kokevat elämänsä ja mahdollisuutensa. Hyvinvoinnin kannalta tärkeät perustekijät koskettavat kaikkia, mutta niiden merkitys korostuu eri ikäryhmissä eri tavalla. Nuorille aikuisille elämänlaatua parantavat tekijät ovat elämän kokeminen merkityksellisenä, elämästä nauttiminen sekä vähäiset kielteiset kokemukset. Työmarkkina-asemakin vaikuttaa hyvinvointiin. Vähäinen koulutus ja työttömyys ovat merkittäviä uhkia nuorten aikuisten hyvinvoinnin kokemuksessa. (Korhonen 2015, 209.)

Tyytyväisten nuorten on helpompi suhtautua tulevaisuuteen positiivisesti. Toisaalta taas myönteiset tulevaisuuden näkymät lisäävät tämän hetkistä koettua tyytyväisyyttä, vaikka olosuhteet eivät hetkellisesti olisikaan parhaimmat mahdolliset. Nuorten myönteiset tulevaisuuden odotukset ovat nuoruuden keskeinen hyvinvoinnin tukipilari. Nuorten tulevaisuudennäkymät ovat aiempaa enemmän huolten täyttämää. Työn saaminen ja mahdollinen työelämä huolestuttavat nuoria eniten tulevaisuudessa. Nuorten kannustaminen tulevaisuutensa rakentamiseen onkin tärkeä osa kasvatusta. (Kallunki 2016, 151; Korhonen 2015, 216–217.) Myös ympäristötekijöillä on tärkeä merkitys nuoren kehittämisessä hyvinvoivaksi aikuiseksi. Jokaisen aikuisen tulee vahvistaa ajatusta, että jokainen nuori löytää oman paikkansa maailmassa sekä oman unelmansa. (Leskinen & Sandberg 2019, 39–40.)

Elämänlaadulle tärkeät asiat vaihtelevat elämäntilanteiden mukaan. Nuoret aikuiset ajattelevat elämänlaatuunsa liittyviä asioita moniulotteisemmin kuin vanhemmat ikäluokat. (Vaarama ym. 2014, 20.) Ollikaisen (2016, 2) mukaan aikuisen väestön hyvinvoinnin ulottuvuuksien, kuten ihmis-

suhteiden tukeminen, itsetuntemuksen lisääminen ja hyvän olon lisääminen jokaisessa elämänvaiheessa parantaa aikuisen ihmisen kokemuksia hyvinvoinnista.

Suomessa yhteiskunnallisia ongelmia ovat sukupolvelta toiselle periytyvät ongelmat sekä huono-osaisuus, mitkä heikentävät nuorten hyvinvointia. Yhdenvertaisten kasvuolosuhteiden luominen ei välttämättä ole onnistunut parhaalla mahdollisella tavalla. Enemmistö suomalaisista lapsista ja nuorista voi hyvin, mutta huomattava joukko lapsia ja nuoria tarvitsisi tukea päästäkseen kiinni yhteiskuntaan sekä voidakseen tuntea hyvinvointinsa paremmaksi. (Ristikari ym. 2016, 11.)

Pohjoismaisen hyvinvointiyhteiskunnan lapsi- ja perhepolitiikan on tarkoitus taata yhdenvertaiset kasvuolosuhteet. Jokaisella lapsella ja nuorella pitäisi olla samanlaiset mahdollisuudet toteuttaa omaa potentiaaliaan. Tähän eivät saisi vaikuttaa vanhempien koulutustaso, taloudellinen asema eikä asuinpaikka. Onnellinen lapsuus heijastuu pitkälle tulevaisuuteen, joten siihen kannattaa panostaa. Sillä on suuri merkitys, että haavoittavista perhetilanteista tulevien lasten elämäntulkua tuetaan laadukkaalla varhaiskasvatuksella ja peruspalveluilla. (Mts. 11.)

Suomalainen hyvinvointiyhteiskunta on kuitenkin jakautunut hyvä- ja huono-osaisiin. Näihin ryhmiin erottelun perusteena ei välttämättä ole perinteinen köyhyys vaan osallisuus. Työikäisillä osallisuuteen vaikuttaa, onko heillä työtä vai ei. Parasta hyvinvointipolitiikkaa onkin työ ja siitä maksettava palkka. (Vaarama 2014, 35.) Työ toimii usein hyvinvoinnin lähteenä. Työttömyys taas lisää vajeita ihmisen hyvinvoinnissa kuten taloudellisen toimeentulon ongelmia, heikkoa terveyttä sekä yksinäisyyttä. (Saikku ym. 2014, 119.)

Pohjoismaisen yhteiskunnan on tärkeä tarjota hyvinvointia tukevia palveluita ja etuisuuksia kaikille. Tämän universalismin periaatteen mukaan hyvinvoinnissa on kyse kokonaisvaltaisuudesta. Hyvinvointia ei voi parantaa vain materiaalisia resursseja parantamalla. Erilaisten osaamisten parantaminen vahvistaa ihmisten hyvinvointia. Ulkopuolelta ja ennalta ei voi määritellä oikeaa ratkaisua. Kun erilaiset palvelut ovat kaikkien ihmisten saatavilla, syntyy halu palveluiden ke-

hittämiseen sekä luottamus niitä tarjoaviin instituutteihin. Pohjoismaissa kansalaiset nähdään ensisijaisesti yksilöinä, joiden ei tarvitse muokata elämäntyyliään, mielipiteitään tai haaveitaan saadakseen hyvään elämään tarvittavia perushyödykkeitä. Ihmisillä odotetaan olevan vahva halu kehittää itseään ja toteuttaa omia ihanteitaan. Heidän odotetaan myös osaavan ottaa muut ihmiset huomioon. (Kiiski Kataja ym. 2018, 225–226.)

2.3 Työttömyyden merkitys hyvinvoinnille

Airion ja Niemelän (2013, 44) mukaan työllä on todettu olevan yleensä myönteisiä merkityksiä esimerkiksi terveyteen, kun taas erityisesti pitkittynyt työttömyys voi olla uhka psyykkiselle terveydelle ja hyvinvoinnille. Vaikka työn tekemisen merkitys ihmisen hyvinvoinnille on tärkeää, yhä useampi silti joko syrjäytyy tai syrjäytetään työelämästä. Tämä luo sekä taloudellisia että muitakin hyvinvointiin liittyviä ongelmia. (Suikkanen & Lindh 2010.)

Työttömyys ja varsinkin pitkäaikaistyöttömyys vaikuttaa heikentävästi hyvinvointiin ja terveyteen. Työttömien hyvinvointi on keskimäärin alhaisempaa kuin työssä käyvien ihmisten. Tutkimusten mukaan työttömät ovat myös usein sairaampia kuin työssä käyvät. Toisaalta pidempään työttömyyden keston ja korkeampaan työttömyysriskiin vaikuttavat myös huono terveys sekä mielenterveysongelmat. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos s.a.)

Tekemisen puute ja erityisesti työttömyys ovat helposti merkki henkilön tunteesta tarpeettomuuden tunteesta. Ihminen saattaa vieraantua niin itsestään, elämästään kuin koko yhteiskunnasta, ellei hän saa toteuttaa itseään, olemustaan tai itseään vastaavaa toimintaa. (Niemelä 2009, 219) Allardtin (1998, 42) mukaan pitkäaikaistyöttömyydellä on suuria vaikutuksia kaikkiin hänen määrittelemiinsä hyvinvoinnin ulottuvuuksiin, kuten aineelliseen elintasoon, yhteisyyssuhteisiin ja itsensä toteuttamisen mahdollisuuksiin.

Hyvinvointia rajoittavana tekijänä on jatkuva taloudellinen niukkuus. Ihminen jää helposti kotinsa vangiksi ilman rahaa. Raha asettaa rajat myös terveelliselle ruokavaliolle, jolloin epäterveellinen ruokavalio heikentää terveyttä ja näin ollen myös hyvinvointia. Rahanpuute, mahdollisuuksien väheneminen ja sosiaalisten suhteiden niukentuminen heikentävät hyvinvointia. Taloudellinen niukkuus ja

sen aiheuttama häpeä rajoittavat ennen pitkää sosiaalisia suhteita, minkä vuoksi sosiaaliset suhteet vähenevät. (Isola 2014, 277–278, 281, 286–287)

Saikku ym. (2014, 172–173) ovat pohtineet syrjäytymisen riskiä työttömyysaikana, sillä yksinäisyyden kokemisen koetaan olevan merkki sosiaalisesta huono-osaisuudesta, minkä koetaan heikentävät työttömien hyvinvointia. Työttömillä, varsinkin toimeentulotukea saavilla, on matala hyvinvoinnin taso verrattuna työssä käyviin. Heillä on enemmän terveydellisiä ongelmia, yleistä heikentyntä elämänlaatua sekä asumisen ongelmia, mitkä heikentävät koettua hyvinvointia. Hyvinvoinnin paranemista estää heikko taloudellinen hyvinvointi. (Saikku ym. 2014, 128–135; Vaarama ym. 2014, 28–36.)

Työttömien hyvinvointia heikentää myös vähentynyt liikunta. Varsinkin nuoret työttömät kokevat liikunnan harrastamisen olevan liian kallista. Tällöin ilmaiset harrastukset kuten pelaaminen, television katselu ja kavereiden kanssa oleminen vievät päivästä suuren osan varsinkin, jos päivärytmiä ei ole. Suurin osa työttömistä nuorista haluaisi harrastaa, sillä heidän mielestään liikunta estää passivoitumista. Huhta nostaa esille myös ystävyysuhteiden merkityksen nuorten liikkumiselle. Ystävät saavat nuoret liikkumaan, kun taas kavereiden puute lisää työttömän nuoren liikkumattomuutta. (Huhta 2015, 42–59.)

Haimin (2016, 50) mukaan työttömillä nuorilla tekemättömyyden tila sekä rutinitomien päivien vaikeudet korostuvat. Nuorten toteutumiskanavat rakentuvat harvoin esimerkiksi musiikin, taiteen tai liikunnan ympärille. Tekemättömyyden tilan ja työttömyyden ollessa vallalla liian pitkään, on nuorten haasteellista löytää sopivaa tekemistä ilman ulkopuolisuuden tunnetta. Arjen hallintataidot sekä oikeisiin asioihin suunnattu tekeminen arjessa nousivat hyvinvointia parantavina tekijöinä. (Haimi 2016, 50.)

Nuorten työttömien hyvinvointia parantavina tekijöinä ovat sosiaaliset suhteet, joihin sisältyvät ystävyysuhteet sekä sosiaaliset verkostot, joissa iso osuus on pelikoneilla ja tietokoneilla pelaamisella. Jos pelaaminen vie liikaa aikaa arjesta, niin tällöin arjen säännönmukaisuus ja hallinta jäävät puuttumaan tai vaillinaisiksi ja silloin tämä heikentää hyvinvointia. Tutkimustuloksissa pidettiin merki-

tyksellisinä myös perhesuhteita, itsensä toteuttamisen mahdollisuutta sekä sosiaalista tukea. Hyvinvoinnissa ja onnellisuudessa tärkeimpänä arvona pidettiin ystävyysuhteita. (Mts. 59.)

Työttömät nuoret kokevat oman hyvinvointinsa pääsääntöisesti hyväksi, kun elämän peruselementit ovat kunnossa. Yhdenkin peruselementin puuttuessa heikentyy nuorten kokemus omasta hyvinvoinnistaan. Negatiiviset kokemukset tai tunnetilat vähentävät myös nuorten koettua hyvinvointia. (Mts. 61) Heleniuksen (2014, 21) mukaan pitkäaikaistyöttömyys, hyvinvointi sekä työ- ja toimintakyky kytkeytyvät vahvasti yhteen ja osa-alueet vaikuttavat toinen toisiinsa joko heikentävästi tai vahvistavasti.

3 KUNTOUTTAVA TYÖTOIMINTA

3.1 Aktivointipolitiikka

Nuorten työelämään pääsemisessä on vaikeuksia ja pitkäaikaistyöttömien määrä on kasvanut. Varsinkin nuorten syrjäytymisvaarasta ja sitä myötä tukea vaativaksi kulueräksi siirtymisestä ollaan yhteiskunnassa huolissaan. Nuorten toivotaan siirtyvän ripeästi koulutusasteelta toiselle sekä edelleen koulutuksesta työelämään ilman katkoksia. Erilaisilla aktivointijärjestelmillä pyritään tekemään näitä siirtymiä helpommiksi ja nopeammiksi. Nuoret halutaan saada kustannustehokkaita menetelmiä käyttäen nopeasti tuottaviksi työntekijöiksi. (Aaltonen & Kivijärvi 2017, 14.)

Niin nuorten kuin aikuisten saamiseksi tuottaviksi työntekijöiksi Suomessa on käytetty aktivointipolitiikkaa, johon sisältyy työttömyyden ja syrjäytymisen vastaista toimintaa. Aktivointipolitiikka on tähän asti ollut palveluiden avulla toteutettua, missä on hahmotettu osallistujan inhimillisen pääoman kehittämistä. Työttömän työnhakijan työllisyyden tai työllistymiskyvyn vahvistaminen nähdään aktivoinnin tavoitteena. Samalla pyritään henkilökohtaisen tuen avulla estämään työttömän henkilön syrjäytymistä. (Rajavaara ym. 2019, 159.) Sosiaalipolitiikan yhteiskuntaan ja työmarkkinoille aktivoivaa ja osallistavaa ideaa edisti käsitepari osallistamisesta ja syrjäytymisestä. Syrjäytyneet haluttiin osallistavan sosiaaliturvan työryhmän mukaan aktivoida ja. (Saari & Behm 2017, 147–150.)

Aktivoinnin monet muodot ovatkin pitkään olleet osa suomalaista työvoima- ja sosiaalipolitiikkaa. Työllisyyspolitiikassa työttömyyttä hallitaan erityisesti työttömiin kohdistuvilla toimenpiteillä. Yhteiskunnassa vallitsee vastikkeellinen hyvinvointijärjestelmä eli etuuksia saadakseen henkilön tulee osallistua koulutukseen, harjoitteluun tai ottaa vastaan tarjottua työtä. Aktivointitoimenpiteisiin osallistuminen on pakollista, jos haluaa saada työmarkkinatukea. Edellä mainittu vastikkeellisuus koskee nuorista varsinkin alle 25-vuotiaita, joilla ei ole toisen asteen tutkintoa. Uusi aktivointipolitiikka vaikuttaa erityisesti nuoriin, sillä se kohdistuu juuri nuorten koulutussiirtymiin. Osa nuorista jää koulutuksen ulkopuolelle heti peruskoulun jälkeen ja näistä nuorista on tullut huolen kohde sekä samalla myös esimerkiksi etsivän nuorisotyön asiakkaita. (Haikkola ym. 2017, 57–60.)

Suomalainen aktiivinen työvoimapolitiikka on painottunutkin yhä enemmän nuoriin ikäryhmiin. Pyrkimyksenä on saada ammattitaidottomat nuoret koulutukseen, sillä kouluttamattomien nuorten asema työmarkkinoilla on heikentynyt. Heikoiten koulutetuilla on suuri riski sekä pitkäaikaistyöttömyydelle että toistuvaistyöttömyydelle. Työttömyyden taas katsotaan vähentävän nuorten hyvinvointia. Nuorisotyöttömyyttä on ryhdytty ajattelemaan enemmän koulutuksellisenä kuin työmarkkinaongelmana. Keskeisiä nuoriin kohdistuvia työvoimapolitiittisia toimenpiteitä ovat muun muassa työkokeilu, työvoimapolitiittiset koulutukset sekä kuntouttava työtoiminta. (Pietikäinen 2013, 219–220, 224–225.)

Aktiivisen työvoimapolitiikan eli myös kuntouttavan työtoiminnan tavoitteena on työllistyminen avoimille työmarkkinoille. Pitkäaikaistyöttömille suunnatut palvelut ovat saaneet kritiikkiä, koska palvelut eivät ole edistäneet työllisyyttä. Pitkäaikaistyöttömien palveluiden tavoitteena on myös sosiaalinen inklusio. Työttömyys heikentää fyysistä ja psyykkistä terveyttä, minkä vuoksi työttömällä saattaa helposti olla ongelmia hyvinvoinnissa ja elämänhallinnassa. Työttömän hyvinvoinnin pitäisi parantua ennen kuin työllistyminen on mahdollista. Sosiaalisella inklusiolla, aktiivisella osallistumisella sekä hyvinvoinnilla on tutkittu olevan positiivisia taloudellisia vaikutuksia jopa ilman työllistymistä. (Pehkonen-Elmi ym. 2015, 63.)

3.2 Kuntouttava työtoiminta käsitteenä

Kunnissa on toteutettu kuntouttavaa työtoimintaa vuodesta 2001 alkaen. Osallistujamäärät olivat alussa pienet, mutta viime vuosina määrät ovat lisääntyneet suuresti. (Blomgren ym. 2016, 26.) Kunnan toimintaan sovelletaan kuntalakia (10.4.2015/410), jonka kahdeksannen pykälän mukaan kunta voi joko itse järjestää sille laissa säädetyt tehtävät tai sopia järjestämisvastuun siirtämisestä toiselle kunnalla tai kuntayhtymälle. Toisaalta kuntalain yhdeksännen pykälän mukaan kunta voi tuottaa järjestämisvastuulle kuuluvat palvelut itse tai sopimuksen mukaan hankkia ne muulta palvelujen tuottajalta. Kunta vastaa, että kuntouttava työtoiminta järjestetään lain mukaisesti, vaikka järjestävä taho olisi muu kuin kunta itse, mutta järjestävä taho ei saa olla yritys (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 6. §).

Laissa kuntouttavalla työtoiminnalla tarkoitetaan kunnan järjestämää toimintaa, jonka tarkoitus on parantaa henkilön elämänhallintaa sekä luoda edellytyksiä työllistymiselle, ja jossa ei synny virkasuhdetta eikä työsuhdetta henkilön ja toimintaa järjestävän tai toteuttavan tahon välille (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 2. §).

Kuntouttavan työtoiminnan on tarkoitus auttaa pitkäaikaistyöttömien tai vaikeasti työllistyvien työllistymistä avoimille työmarkkinoille sekä edistää heidän pääsyään koulutuksiin tai muuhun työhallinnon tarjoamaan työllistymispalveluun. Kuntouttava työtoiminta on kunnan järjestämä sosiaalipalvelu sekä samalla työttömyysturvalain mukainen työllistymistä edistävä palvelu, jolla pyritään ehkäisemään syrjäytymistä. Kuntouttava työtoiminta pyrkii ehkäisemään työttömyyden aiheuttamia kielteisiä vaikutuksia ja vahvistamaan asiakkaan elämän- ja arjenhallintaa sekä työ- ja toimintakykyä. (Pehkonen-Elmi ym. 2015, 34.)

Laissa ei ole määritelty kuntouttavan työtoiminnan toiminnan sisältöä. Palvelun on tarkoitus lisätä asiakkaiden elämänhallintaa ja työelämävalmiuksia, mikä onnistuu parhaiten suunnittelemalla toiminta yksilöllisten tavoitteiden ja tarpeiden mukaisesti. Kuntouttavan työtoiminnan toivotaan vähentävän syrjäytymistä. (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja s.a.) Kuntouttava työtoiminta on henkilökohtaisten suunnitelmien pohjalta räätälöityä tavoitteellista työskentelyä. Kunta

ei voi ostaa kuntouttavaa työtoimintaa yritykseltä, joten toimintaa järjestetään kunnissa, valtiolla, järjestöissä, säätiöissä tai muissa julkisissa yhteisöissä. (Pehkonen-Elmi ym. 2015, 34.)

Kuntouttavaa työtoimintaa toteutetaan asiakkaan yksilöllisen tarpeen mukaan. Toimintaa voi olla 1–4 päivänä viikossa 3–24 kuukauden ajan. Toimintapäivän pituus on 4–8 tuntia. Useimmiten toimintapäivän pituus on lyhin mahdollinen aika eli 4 tuntia ja toimintapäiviä on vain 1–2 viikossa, jotta alku on mahdollisimman helppo eikä tulisi keskeytyksiä. (Mts. 36.)

Laki ei rajoita, kuinka monta kuntouttavan työtoiminnan jaksoa asiakkaille tehdään peräkkäin. Kuntouttavan työtoiminnan jakson ja toiminta-ajan päivittäistä, viikoittaista sekä vuosittaista kestoa koskevat määrälliset rajoitukset ovat laissa määritelty mahdollisimman joustavasti. Näin kuntouttava työtoiminta voidaan räätälöidä erilaisille asiakkaille sopivaksi. Asiakkaiden toimintakyvyn ja kuntouttavan työtoiminnan jaksolle asetettavien tavoitteiden perusteella sovitetaan kuntouttavan työtoiminnan toiminta-aika. Aktivointisuunnitelmaan on kirjattava täsmällisesti kuntouttavan työtoiminnan päivittäinen ja viikoittainen kesto. Osallistumispäivien määrällä on vaikutus asiakkaiden saamaan työttömyysetuuteen sekä kulukorvaukseen. (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja s.a.)

Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaat eivät ole työsuhteessa vaan asiakkaina tarjotussa palvelussa. Näin ollen asiakkaat eivät saa palkkaa toiminnan ajalta. Asiakkaat saavat tukea etuusjärjestelmistä kuten työmarkkinatukea tai toimeentulotukea. Työmarkkinatuen saajille maksetaan tuen lisäksi myös ylläpitokorvausta ja toimeentulotuen saajille toimintarahaa niiltä päiviltä, jolloin asiakkaat osallistuvat kuntouttavaan työtoimintaan. Viimeisen kymmenen vuoden aikana toimintarahaa saaneiden määrä on laskenut. Suurin osa kuntouttavaan työtoimintaan osallistuvista saa työmarkkinatukea. Tuen lisäksi toimintaan osallistuvat voivat saada toimeentulotukena maksettavaa matkakorvausta matkakustannuksiin. Matkakustannuksia saaneiden määrä on noussut viime vuosina. (Pehkonen-Elmi ym. 2015, 34–35; Blomgren ym. 2016, 28.)

Kuntouttavaa työtoimintaa järjestävällä kunnalla on oikeus saada valtionkorvausta jokaista toimintapäivää ja toimintaan osallistuvaa henkilöä kohti. Tämän lisäksi kuntouttavasta työtoiminnasta aiheutuviin kustannuksiin on mahdollista

saada sosiaali- ja terveydenhuollon valtionosuutta. Vuoden 2015 työmarkkina-uudistuksen jälkeen kunta on joutunut maksamaan puolet yli 300 päivää työmarkkinatukea saaneiden, aktiivitoimiin osallistumattomien työmarkkinatuesta. Yli tuhat päivää työttömänä olleille luku nousee 70 prosenttiin. Jos työttömät taas osallistuvat kuntouttavaan työtoimintaan, maksaa valtio heidän työmarkkinatukensa kustannukset 300 työttömyyspäivän jälkeen. (Pehkonen-Elmi ym. 2015, 35.)

3.3 Kuntouttava työtoiminta sosiaalisena kuntoutuksena

Vuosituhanne alussa kunnille siirrettiin vastuuta vaikeasti työllistyvistä ja kunnat alkoivat järjestää kuntouttavaa työtoimintaa. Kuntouttava työtoiminta ei saavuttanut osallistujien kohdalla asetettuja koulutus- tai työllistymistavoitteita. Toimintaan osallistuvien kohdalla saavutettiin yleensä vain elämönhallinnan tukeen liittyviä vaikutuksia. Kuntouttava työtoiminta sai aikaan käytäntöjä, joissa ihmisten kuntoutumisperusarvioiden ei tarvitse perustua vain lääketieteellisen arvion pohjalta tehtyyn arvioon työllistymisvaikeuksissa. Niinpä ammatillinen kuntoutus keskittyi asiakkaisiin, joilla oli edellytyksiä avoimille työmarkkinoille työllistymiseen. Ammatillisen kuntoutuksen lisäksi vahvistettiin kuntoutusta, joka on työmarkkinoiden ulkopuolella ja josta ei työllistyä suoraan avoimille työmarkkinoille eli sosiaalista kuntoutusta. (Piirainen ym. 2018, 104–105.)

Sosiaalisen kuntoutuksen merkitys on korostunut varsinkin sosiaalityössä tällä vuosituhanneella. Sosiaalisella kuntoutuksella onkin keskeinen asema sosiaalihuoltolaissa. Vuonna 2014 sosiaalihuoltolakiin lisättiin sosiaalisen kuntoutuksen tehtävä. (Kokko & Veistilä 2016, 221.) Sosiaalihuoltolain (30.12.2014/1301) 17. pykälä määrittelee sosiaalisen kuntoutuksen seuraavasti:

Sosiaalisella kuntoutuksella tarkoitetaan sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin annettavaa tehostettua tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi ja osallisuuden edistämiseksi.

Sosiaalihuoltolaissa sosiaaliseen kuntoutukseen kuuluvat seuraavat toimenpiteet:

1. sosiaalisen toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen selvittäminen
2. kuntoutusneuvonta ja -ohjaus sekä tarvittaessa kuntoutuspalvelujen yhteensovittaminen

3. valmennus arkipäivän toiminnoista suoriutumiseen ja elämänhallintaa
4. ryhmätoiminta ja tuki sosiaalisiin vuorovaikutussuhteisiin
5. muut tarvittavat sosiaalista kuntoutumista edistävät toimenpiteet.

Nuorten sosiaalisella kuntoutuksella tuetaan nuorten sijoittumista työ-, työkokeilu, opiskelu-, työpaja-, tai kuntoutuspaikkaan sekä ehkäistään näiden keskeyttämistä. (Sosiaalihuoltolaki 17. §.)

Nuorten ja työikäisten kuntoutukseen onkin aina liittynyt tavoite koulutukseen tai työllisyyteen. Näin on myös sosiaalisessa kuntoutuksessa, vaikka se ei olisikaan ensisijainen tavoite. (Pirainen 2019, 41.)

Sosiaalihuoltolaissa kiinnitetään erityistä huomiota juuri syrjäytymisuhan alla oleviin nuoriin ja aikuisiin. Varsinkin nuorten kohdalla panostetaan koulutukseen ja ansiotyöhön kiinnittymiseen, mikä ehkäisee syrjäytymistä sekä lisää nuoren osallisuutta yhteiskuntaan ja talouteen. Nuorten sosiaaliseen kuntoutukseen halutaan panostaa enemmän, koska nuorilla on odotettavissa pitkä työura. Sosiaalinen kuntoutus voidaan nähdä nuorten kohdalla myös ennalta ehkäisevänä toimintana, jolloin apua ja tukea voidaan antaa ennen kuin ongelmat ovat kasvaneet liian suuriksi. (Nieminen 2018, 12–14; Kokko & Veistilä 2016, 221.)

Sosiaalisessa kuntoutuksessa on tärkeää ymmärtää ja jäsentää nuorten tilanteita monen erilaisen tiedon perusteella. Nuorten elämäntilanteet ovat nykyisin hyvin pirstaleisia. (Romakkaniemi ym. 2018, 105.) Sosiaalista kuntoutusta tarvitsevat nuoret ovat usein aikaisemmilta sukupolvilta opitusti avuttomia tai syrjäytyneet jo nuorella iällä. Opitusti avuttomien elämäntilanteisiin vaikuttavat vajaavaiset elämänhallintataidot sekä heikko motivaatio tilanteen korjaamiseksi. (Suonio ym. 2018, 268.)

Tämän lisäksi sosiaalista kuntoutusta tarvitsevilla nuorilla on usein ongelmia arjessa selviytymisessä, jota vaikeuttavat sosiaalisen toimintakyvyn ongelmat kuten eristyneisyys, sosiaalisten tilanteiden pelko, päihteiden ongelmakäyttö sekä arkielämän taitojen puutteellisuus. Sosiaalinen kuntoutus tähtää tällöin yhteiskunnan pelisääntöjen noudattamiseen, riippuvuuksien hallintaan, vuorovaikutustaitojen oppimiseen tai siihen, että nuoret oppisivat käyttämään arkielämän taitoja ja yhteiskunnan palveluja. (Kokko & Veistilä 2016, 222.)

Sosiaalisen kuntoutuksen tarkoituksena ei ole kuntouttaa välittömästi työelämään, vaan vahvistaa hiljalleen yksilöllisesti osa-alueita, joita tarvitaan mahdollisessa työllistymisessä. Kuntouttava työtoiminta nähdään vahvasti yhtenä sosiaalisen kuntoutuksen osana. Sosiaalinen kuntoutus nähdään ryhmätoimintana, jossa yksilötoimintaa pidetään tärkeänä osana ryhmätoiminnan rinnalla. Työllisyyspalveluissa työllistämisen edistäminen on oleellinen osa sosiaalista kuntoutusta, jossa asiakkaiden jatkopolkua suunnitellaan jo kuntoutuksen aikana. Sosiaalisena kuntoutuksena järjestettävä kuntouttava työtoiminta ryhmätoimintana edistää sosiaalista integraatiota huono-osaisuuden sijaan. (Böckerman 2018, 232–233, 243.)

Raivion (2018) mukaan sosiaalisen kuntoutuksen toimintoja ja käytäntöjä jaoteltaessa voidaan hyödyntää Raivion ja Karjalaisen tekemää osallisuuden jäsenystä. Raivio ja Karjalainen (2013, 16–17) jäsentävät osallisuuden ulottuvuudet pohjaten vahvasti Allardtin (1976) tekemään jäsenyykseen. Heidän mukaansa osallisuus edellyttää riittäviä aineellisia resursseja (*having*), autonomiaa ja toimijuutta omaa elämää koskevassa päätöksenteossa (*acting*) sekä sosiaalisesti merkityksellisiä ja tärkeitä suhteita (*belonging*). Osallisuusulottuvuuksien tasapainoisuus vaikuttaaakin kokemukseen osallisuudesta. (Raivio & Karjalainen 2013, 16–17)

Taloudellinen ja materiaallinen puute (*having*) heijastuu helposti yksilöiden mahdollisuuksiin osallistua täysivaltaisesti yhteiskunnalliseen toimintaan ja työmarkkinoille (*acting*). Näillä osallisuusvajauksilla voi puolestaan olla vaikutuksia vuorovaikutukseen erilaisissa yhteisöissä (*belonging*). Sosiaalisessa kuntoutuksessa asiakkaita tuetaan ensisijaisten etuuksien piiriin sekä heidän asumistaan turvataan erilaisin tukitoimin (*having*). Asiakkaita rohkaistaan osallistumaan ryhmätoimintoihin, omaehtoiseen harrastamiseen sekä vahvistetaan ihmisten välistä kanssakäymistä (*belonging*). Edellä mainittujen toimintojen kautta sekä asiakkaan itseluottamuksen ja kykyjen vahvistuessa madaltuu koulutukseen tai työvalmennukseen osallistumisen kynnyks (acting) ja sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteet täyttyvät. (Raivio 2018, 104.)

Sosiaalisen kuntoutuksen tarkoituksena on vahvistaa asiakkaiden sosiaalista toimintakykyä sekä pyrkiä jonkinlaiseen muutokseen kuntoutukseen osallistuvien elämässään. Tarkoituksena on, että asiakkaat pääsevät elämässä eteenpäin

tai että muutosta ei tapahdu ainakaan huonompaan suuntaan. Tavoitteena on ollut saada pieniä yksilöllisiä siirtymiä kohti työmarkkinoita, sillä sosiaalisesta kuntoutuksesta harvoin siirrytään suoraan työelämään. (Raivio 2018, 113–114; Nieminen 2018, 16; Piirainen 2019, 42.)

Kuntoutujan etenemisen ja motivaation kannalta on tärkeää, että kuntoutuksessa käytetyt toiminnalliset menetelmät sopivat kuntoutujille sisällöllisesti. Sosiaalista kuntoutusta voidaan toteuttaa monin eri menetelmin käyttämällä yksilö-, ryhmä- ja yhteisömenetelmiä. Sosiaalisen kuntoutuksen toteutukseen vaikuttaa myös tapa, jolla erilaiset alueen hyvinvointipalvelut nivoutuvat toisiinsa ja tekevät yhteistyötä keskenään. Asiakkaiden tilanteet ovat hyvin erilaisia sekä mahdolliset jatkokolutkin, joten käytettävien menetelmien monipuolisuudessa tulee ottaa nämä huomioon. (Nieminen 2018, 16, 18; Vuokila-Oikkonen & Keskitalo 2018, 164.)

Kuntouttavan työtoiminnan sisältöä ei ole määritelty missään, mikä mahdollistaa laajan ja monipuolisen toiminnan sekä menetelmien käytön. Tärkeää on, että toiminta edistää asiakkaiden elämänhallintaa sekä työelämävalmiuksia. Toiminta tulee räätälöidä asiakkaiden työ- ja toimintakyvyn sekä osaamisen mukaan. Osalle asiakkaista kuntouttava työtoiminta saattaa sisältää jopa vastuullisia työtehtäviä. Osalle taas kuntouttava työtoiminta on totuttautumista säännönmukaiseen päivärytmiin ja ohjattuun toimintaan. Kuntouttava työtoiminta olisi hyvä suunnitella vaiheittaiseksi prosessiksi, jossa toiminnan painopiste muuttuu asiakkaan toimintakyvyn parantuessa. (Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja s.a.)

Aktivointitoimiin ja työvoimahallinnon yhteistyöhön liittyvä kuntouttava työtoiminta kuuluu läheisesti myös sosiaaliseen kuntoutukseen. Sosiaalinen kuntoutus ymmärretään psykososiaalisena työmuotona, kun taas kuntouttava työtoiminta liitetään työllistymiseen tähtääviin aktivointimenetelmiin. Kuntouttavan työtoiminnan sisältämä sosiaalinen tuki ja yhteisöllisyys lisäävät nuorten hyvinvointia sekä toimivat yksilön turvaverkkona. Sosiaalisessa kuntoutuksessa tehtävä yhteistyö eri tahojen välillä on taitoja vaativaa vastavuoroista osaamisen ja tietojen vaihtoa, josta kaikki osallistujat voivat hyötyä. (Kokko & Veistilä 2016, 222–223.)

Sosiaalinen kuntoutus päättyy kuntoutustarpeen päättyessä eli yleensä silloin, kun on saavutettu sosiaalisen kuntoutuksen tavoite. Kuntoutuksen jälkeen nuoret siirtyvät eteenpäin esimerkiksi työkokeiluun, opiskelemaan tai jatkavat kuntouttavassa työtoiminnassa ilman sosiaalisen kuntoutuksen tarvetta. Tässä siirtymässä on tärkeää, että ei tapahdu katkosta tai väliinpuotoamista. Tämä estetään saattaen vaihtaen nuoret työntekijältä toiselle. (Piirainen 2019, 52.)

Useimmiten kuntouttavan työtoiminnan jakson jälkeen sovitaan seuraava kuntouttavan työtoiminnan jakso. Vain pieni osa kuntouttavaan työtoimintaan osallistuvista valikoituu palkkatuella työllistämiseen ja vielä pienempi osa työllistyy avoimille työmarkkinoille. Kuntouttava työtoiminta lisää kuitenkin osallistuvan jaksamista sekä vahvistaa voimavaroja ja hyvinvointia. Elämänhallinta ja päivittäinen selviytyminen paranevat muokkautuneen päivärytmin ansiosta. Kuntouttavaa työtoimintaa olisi tarpeellista tarkastella laajemmin hyvinvoinnin ja syrjäytymisen näkökulmasta. Pelkkä työllistyminen ei kuvaa tarpeeksi kuntouttavan työtoiminnan merkitystä kuntouttavaan työtoimintaan osallistuville. (Pehkonen-Elmi ym. 2015, 63–64.)

3.4 Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaat

Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaat ovat yleensä yli 25-vuotiaita, matalan koulutustason omaavia pitkäaikaistyöttömiä. He kokevat terveydentilansa heikoksi ja heillä useilla on ongelmia päihteiden ja talousasioiden kanssa. Kuntouttavan työtoiminnan asiakkailla on myös opintojen keskeytyksiä, pätkätyöläisyyttä sekä nuorilla työkokemuksen puutetta. Suhteellisen yleisiä ovat Sandelin (2014) mukaan myös masennus ja mielenterveysongelmat sekä motivaatioon ja elämänhallintaan liittyvät ongelmat. Kuntouttavassa työtoiminnassa on tärkeää huomioida yksilöllisesti asiakkaan kokonaisvaltainen tilanne. Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaat eivät ole heterogeenisiä, vaikka heillä olisi mahdollisesti samanlaisia ongelmia tai taustoja. (Sandelin 2014, 5, 10–13.)

Asiakkaat kuuluvat aktivointiehdon piiriin, kun tietyt kuntouttavan työtoiminnan laissa mainitut ehdot ovat täyttyneet. Kuntouttavan työtoiminnan lakia sovelletaan alle 25-vuotiaaseen asiakkaaseen, joka on oikeutettu työmarkkinatukeen ja jolle on laadittu työllisyysuunnitelma. Lakia sovelletaan myös nuoriin, joiden toimeentulona on toimeentulotuki ja joille on tehty työnhakijan haastattelu. Lakia

on sovellettu vuodesta 2010 alkaen myös yli 25-vuotiaisiin, joille on laadittu työllistymissuunnitelma. (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 3. §.)

Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaille tehdään aktivointisuunnitelma. Asiakkaiden on osallistuttava oman aktivointisuunnitelman tekoon tai työttömyysturvaa tai muuten toimeentulotukea leikataan. Aktivointisuunnitelmaan kirjataan asiakkaille soveltuvat toimenpiteen eli esimerkiksi kuntouttava työtoiminta siihen osallistuville. (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 5. §, 8. §.)

Suurin osa kuntouttavan työtoiminnan asiakkaista ohjautuu kuntouttavan työtoiminnan piiriin ulkoisen tahon kautta. Myös uhka osallistumatta jättämisestä seuraavasta sanktiosta vaikuttaa toimintaan osallistumiseen. Vaikka kuntouttavaan työtoimintaan hakeutuminen on tapahtunut osittain pakosta, niin silti asiakkaiden omat tavoitteet ovat hyvin samankaltaiset kuin viranomaisten tavoitteet. Kuntouttavaan työtoimintaan osallistuvien tavoitteisiin vaikuttavat asiakkaan ikä ja oma käsitys työkyvystään sekä työttömyytensä syistä. (Sandelin 2014, 5, 11.)

3.5 Aikaisemmat tutkimukset

Kuntouttavaa työtoimintaa ja hyvinvointia on tutkittu erilaisten lähestymistapojen kautta. Romakkaniemi ym. (2018, 44, 104–105) ovat tutkineet nuorten aikuisten osallisuutta ja sosiaalista kuntoutusta Lapissa. Tutkimus osoittaa, että jos nuorilla on ongelmia monella eri elämänalueella, eivät liian rajoitetut toimenpiteet tuota toivottuja tuloksia eli eivät paranna hyvinvointia. Sosiaalisessa kuntoutuksessa tulee ymmärtää ja jäsentää nuorten tilanteita monen erilaisen tiedon avulla, kuten nuorten hyvinvointi ja terveydentila. Nuoret kokevat hyvinvoinnin liittyvän vahvasti sosiaalisten kontaktien määrään eri elämänalueilta. Nuorten mielestä syrjäytynyt on itse vetäytynyt sosiaalisten kontaktien ulkopuolelle, mikä vähentää syrjäytyneen nuoren hyvinvointia. Nuoret mieltävät usein sosiaalisen hyvinvoinnin esteeksi koulukiusaamisen, syrjinnän ja ystävien puutteen. (Romakkaniemi ym. 2018, 44 104–105.)

Korhonen (2015, 210–213, 218) on tarkastellut nuorten hyvinvointia ja tulevaisuuteen suhtautumista nuorisobarometrien pohjalta. Hänen mielestään ystävien merkitys on tärkeä osa nuorten hyvinvoinnissa. Nuoret ovat yleensä tyytyväisimpiä juuri ihmissuhteisiin, varsinkin ne nuoret, jotka tapaavat kavereitaan

päivittäin tai lähes päivittäin. Ne nuoret, jotka ovat tyytyväisiä ihmissuhteisiinsa, ovat tyytyväisimpiä elämänsäkin. Pojilla tyytyväisyyteen vaikuttaa myös toiminta. Työttömät eivät ole yhtä tyytyväisiä kuin työssäkäyvät tai opiskelijat. Työillä näillä toiminnoilla ei ole juurikaan eroa tyytyväisyyttä tarkasteltaessa. Vähäisintä tyytyväisyyttä on nuorten omassa taloudellisessa tilanteessa. Nuoret kokevat usein myös turvattomuutta ja epävarmuutta taloudellisesta pärjäämisestä. Nuorilla on epävarmuutta työn saamisesta ja usein katkonainen työuran alku. (Korhonen 2015, 210–213, 218.)

Aaltonen ym. (2015b, 128) ovat ristivalottaneet 18–29-vuotiaiden nuorten asemaa palvelujärjestelmässä rekisteriaineiston sekä palvelujärjestelmässä työskentelevien ja palvelujärjestelmiä käyttävien avulla. Tämän perusteella nuoret eivät ole homogeeninen ryhmä ja he etsivät itseään vaihtamalla usein koulutusta tai työtä. Tätä elämäntilanteiden jatkuvaa vaihtelua tilastot eivät tavoita. (Aaltonen ym. 2015b, 128.)

Ikäheimo (2015, 20–21) kuvaa näitä tällaisia itseään etsiviä ja elämää pohtivia nuoria piipahtelijoiksi, jotka ovat ajoittain esimerkiksi määräaikaissä ja lyhytaikaissä töissä, ajoittain työttöminä ja välillä vaikka opiskelemassa. Nämä piipahtelijat näkyvät etsivän nuorisotyön sekä kuntouttavan työtoiminnan tilastoissa useina asiakkuusjaksoina. Ikäheimo on todennut asian tutkiessaan syrjäytyneiksi luokiteltujen nuorten terveystalouden käyttöä ja kustannuksia. (Ikäheimo 2015, 20–21.)

Hakkarainen (2017, 60) on tutkinut omassa opinnäytetyössään kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden näkemyksiä ja kokemuksia hyvinvoinnista. Hän toteaa kuntouttavan työtoiminnan lisänneen kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden eudamonista hyvinvointia. Asiakkaiden ajattelu, elinpiiri ja toiminta ovat parantuneet kuntouttavan työtoiminnan aikana. Kuntouttava työtoiminta on vahvistanut itseensä luottamista, uuden oppimista ja sosiaalisia suhteita. Hakkaraisen saamien tutkimustulosten mukaan kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden mielestä tulevaisuus näyttää positiivisemmalta ja he ovat uskaltaneet suunnitella tulevaa. (Hakkarainen 2017, 60.)

Karjalainen ja Karjalainen (2010, 4) ovat tutkineet, onko kuntouttava työtoiminta aktiivista sosiaalipolitiikkaa vai työllisyyspolitiikkaa. Tutkimuksessa kävi ilmi,

että kuntouttava työtoiminta on lähinnä enemmänkin sosiaalipoliittinen kuin työllisyyspoliittinen toimenpide, sillä nopeat työelämään siirtymiset ovat harvinaisia työtoimintaan osallistuvien kohdalla. Kuntouttava työtoiminta saattaa olla ainoa yhteisöllinen toiminta, josta osallistujat selviytyvät ja näin ollen työtoiminta lisää heidän hyvinvointiaan. (Karjalainen & Karjalainen 2010, 4.)

Mäntyneva (2019, 21, 23–24, 27) on pohtinut, miten kuntouttava työtoiminta voi vahvistaa osallistujien toimijuutta sekä, mitkä reunaehdot toimijuuden vahvistamisessa ovat merkitykselliset. Suurin ristiriita tutkimuksen mukaan oli valtaantumisessa ja toimijuuden vahvistamisessa se, onko kuntouttavaan työtoimintaan osallistuminen omaehtoista vai pakollista. Tutkimuksen mukaan toimijuuden vahvistumiseen vaikuttavat myös osallistujien omat arvostukset, myönteiset tunnekokemukset sekä se, että osallistujat tulevat kohdatuksi omina itsenään sekä tulevat nähdyiksi ja kuulluiksi. Osallistuminen kuntouttavaan työtoimintaan lisäsi osallistujien omia kokemuspiirejä sekä sosiaalisten suhteiden määriä. Kuntouttava työtoiminta lisäsi toimintavalmiuksia osaamisen vahvistumisena sekä oma-aloitteisuuden lisääntymisenä. Arvostus ja hyväksyntä taas näkyivät positiivisena ilmapiirinä. (Mäntyneva 2019, 21, 23–24, 27.)

Haimi (2016, 58–62) on tutkinut pitkäaikaistyöttömän nuoren hyvinvointia. Tämän tutkimuksen tavoitteena oli selvittää hyvinvointia heikentäviä ja vahvistavia tekijöitä. Tutkimuksen mukaan, jotta työttömät ovat tyytyväisiä hyvinvointiinsa, korostuvat hyvinvointia suojaavina tekijöinä hyvä itsetunto, sosiaalisten suhteiden merkitys sekä kyky pitää yllä työkykyä. Hyvinvointia heikentäviä tekijöitä taas ovat koulukiusaamiskokemukset, joiden myötä on yksinäisyyden kokemuksia. Muita hyvinvointia kuluttavia asioita ovat arjen hallinnan ongelmat, huono terveydentila sekä hoitamattomat ristiriidat perheissä. (Haimi 2016, 58–62.)

4 KUNTOUTTAVA TYÖTOIMINTA KAARINASSA

4.1 Taustatilastoja kuntouttavan työtoiminnan tarpeellisuudesta

Työmarkkinatukiseurannan mukaan Kaarinan kaupungissa aktiivitoimenpiteissä oli aloittanut vuonna 2019 476 työtöntä, joista kuntouttavaan työtoimintaan sijoittui 125 henkilöä (Kelasto s.a.). Kaarinalaisten työttömien osuus koko

työvoiman osuudesta on vaihdellut marraskuusta 2018 joulukuuhun 2019 välisenä aikana 6–6,8 prosentin välillä eli on pysynyt melko samanlaisena. Kuitenkin maaliskuussa 2020 työttömien työnhakijoiden määrä oli lisääntynyt koronaviruksen myötä 7,8 prosenttiin, joka on kuitenkin pienempi kuin koko maassa (11,8 prosenttia). Joulukuussa 2019 kaarinalaisista työttömistä työnhakijoista noin 39 prosenttia oli yli 50-vuotiaita ja noin 11 prosenttia alle 25-vuotiaita. Nuorten alle 25-vuotiaiden työttömyysluvut nousevat aina kesäisin ja laskevat talven aikana. Pitkäaikaistyöttömien määrä on vuoden 2019 aikana Kaarinassa tasaisesti pienentynyt. (Työllisyyskatsaus, 2020.)

Suurin osa perustoimeentulotukea saaneista henkilöistä on työttömiä, joiden ensisijaiset etuudet eivät riitä elämiseen. Vuonna 2019 Kelan tilastojen mukaan suuri osa eli noin 80 prosenttia alle 25-vuotiaista toimeentulotukea saaneista kotitalouksista on yhden hengen kotitalouksia. (Kelasto s.a.)

Vuonna 2018 koulutuksen ulkopuolelle jääneiden kaarinalaisten 17–24-vuotiaiden osuus vastaavan ikäisestä väestöstä oli noin seitsemän prosenttia, joka määrällisesti tarkoitti 156 henkilöä. Kaarinassa miehet jäävät useimmin koulutuksen ulkopuolelle, mutta sukupuolten välinen ero ei ole suuri. Koulutuksen ulkopuolelle jääneillä tarkoitetaan henkilöitä, jotka eivät ole kyseisenä vuonna opiskelijoita tai joilla ei ole perusasteen jälkeistä koulutusta. (Sotkanet s.a.)

Vuosina 2016–2018 koulutuksen ulkopuolelle jääneiden kaarinalaisten 17–24-vuotiaiden määrä on pienentynyt tasaisesti. Mahdollisia syitä myönteiselle muutokselle voivat olla muun muassa yhteishaun muuttuminen jatkuvaksi, lisääntyneet tukitoimet toisella asteella sekä se, että ammatillisessa koulutuksessa on mahdollisuus tehdä sisäisiä siirtoja alalta toiselle tai valmentavaan koulutukseen. (Sotkanet s.a., Kaarinan kaupungin hyvinvointikertomus 2019, 2020)

Kaarinalaisten 18–24-vuotiaiden ikäryhmässä tytöillä oli poikia useammin depressiolääkitys, joka vaikuttaa merkittävästi nuorten kokemaan hyvinvointiin. Vuonna 2018 seitsemällä prosentilla kaarinalaisista 18–24-vuotiaista tytöistä oli korvausoikeus depressiolääkitykseen. Määrällisesti 63 tytöllä ja 37 pojalla oli korvausoikeus depressiolääkkeisiin kyseisessä ikäryhmässä. (Sotkanet s.a.)

Edellä mainittujen tilastojen valossa Kaarinan kaupungissa on tarvetta kuntouttavalle työtoiminnalle. Työttömien määrä on nousussa koronatilanteen vuoksi. Pitkäaikaistyöttömyys, hyvinvointi sekä työ- ja toimintakyky kytkeytyvät vahvasti yhteen ja osa-alueet vaikuttavat toinen toisiinsa joko heikentävästi tai vahvistavasti (Helenius 2014, 21). Varsinkin pitkäaikaistyöttömyys heikentää terveyttä ja hyvinvointia (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos s.a.). Heille, joiden työkyky ja terveys on alentunut, on kuntouttava työtoiminta yleensä oikea aktiivitoimenpide saada hyvinvointi kohoamaan.

Koulutuksen ulkopuolelle jääneiden nuorten määrä on ollut pienoisessa laskussa. Ilman koulutusta olevia tulee vähenemisestä huolimatta olemaan jatkossakin ja heille kuntouttava työtoiminta on usein sopiva ratkaisu esimerkiksi ennen oman koulutusalan löytymistä. Myös depressiolääkkeiden käyttäjien määrä puoltaisi kuntouttavaan työtoimintaan panostamista.

4.2 Kaarinan kuntouttava työtoiminta

Työttömien, perustoimeentulotuen saajien sekä koulutuksen ulkopuolella olevien määrien perusteella Kaarinassa on tarvetta kehittää kuntouttavaa työtoimintaa. Työtoimintaa tarvitsevia nuoria aikuisia on varmasti jatkossakin. Tutkimusta aloitettaessa syksyllä 2018 Kaarinan kaupungissa nuorille tarkoitettua kuntouttavaa työtoimintaa järjestäviä tahoja ei ollut monia. Työtoimintaa järjestivät kaupungin omat työyksiköt, etsivä nuorisotyö ja yhdistyspohjainen työpaja. Etsivän nuorisotyön matalan kynnyksen ryhmämuotoinen kuntouttava työtoiminta on tarkoitettu nuorille aikuisille eli alle 29-vuotialle, jotka eivät ole vielä kykeneviä muihin työllisyystoimenpiteisiin tai opiskelemaan.

Nuorisolain (21.12.2016/1285) etsivän nuorisotyön tehtävänä on:

Etsivän nuorisotyön tehtävänä on tavoittaa tuen tarpeessa oleva nuori ja auttaa häntä sellaisten palvelujen ja muun tuen piiriin, joilla edistetään hänen kasvuaan, itsenäistymistään, osallisuuttaan yhteiskuntaan ja muuta elämänhallintaansa sekä pääsyään koulutukseen ja työmarkkinoille. Etsivä nuorisotyö perustuu nuoren vapaaehtoisuuteen ja nuoren kanssa tehtävään yhteistyöhön.

Etsivä nuorisotyö on vahvasti vakiintunut osaksi suomalaista nuorisotyötä (Juvonen 2015, 19). Etsivän nuorisotyön lähtökohtana on yhteistyösuhde nuorten

ja työntekijän välillä, mikä perustuu luottamukseen ja vapaaehtoisuuteen. Etsivä nuorisotyöntekijä ei ole kaveri eikä auktoriteetti vaan rinnalla kulkija. (Puuronen 2014, 24–27.) Kuntouttavaa työtoimintaa järjestäessä etsivää nuorisotyöntekijää ohjaa sama lähtökohta eli luottamus ja nuoren vapaaehtoisuus. Vaikka kuntouttavaan työtoimintaan osallistuessa tehdään sopimus, täytyy nuorten itse haluta toimintaan mukaan eikä tulla kenenkään pakottamana. Ideaalitilanne olisi se, että joku muu tarjoaisi vastaavaa palvelua kohderyhmälle ja etsivä nuorisotyöntekijä voisi vain ohjata nuoret sinne.

Kaarinan kaupungissa etsivä nuorisotyö alkoi järjestää ryhmämuotoista toimintaa vuonna 2013 ja jo heti tällöin toiminta muutettiin kuntouttavaksi työtoiminnaksi. Nuorille aikuisille, jotka eivät olleet vielä edes työpajakuntoisia, tarvittiin aktivointia. Ajateltiin, että näin nuoria saataisiin helpommin motivoitua mukaan toimintaan, koska kuntouttavasta työtoiminnasta saa yhdeksän euroa toimintapäivältä sekä linja-auton matkakortin. Näin nuoret hyötyvät osallistumisesta myös taloudellisesti. Nykyiseen muotoonsa etsivän nuorisotyön järjestämä kuntouttava työtoiminta muotoutui vuonna 2015.

Kaarinan mallissa etsivän nuorisotyön ryhmämuotoisessa kuntouttavassa työtoiminnassa kokoonnutaan kaksi kertaa viikossa neljä tuntia kerrallaan. Nuorten aktivointisuunnitelman tavoitteissa lukee pääsääntöisesti arjen hallinnan paraneminen sekä oman alan löytäminen. Usein toimintaa osallistuvilla nuorilla ei ole peruskoulun jälkeistä koulutusta eikä arjen hallinta ole hallinnassa. Aktiivisuunnitelmassa oleviin tavoitteisiin pyritään muiden muassa tutustumalla eri kouluihin ja harrastuksiin, tekemällä kevyttä työtä, laittamalla ruokaa ja opettelemalla pyykinpesua. Tärkeää on myös sosiaalisten suhteiden vahvistaminen. Kuntouttavan työtoiminnan ryhmään mahtuu maksimissaan seitsemän nuorta aikuista, mutta käytännössä ryhmään on otettu vain kuusi. Tällä kokoonpanolla ryhmä pääsee helposti liikkumaan työkohteesta ja tutustumispaikasta toiseen. Lisäksi nykyiset tilat ovat niin pienet, että ryhmän koon täytyy olla senkin puolesta pieni.

Mikäli nuorille ei sovi tai nuoret eivät halua etsivän nuorisotyön ryhmämuotoiseen kuntouttavan työtoiminnan ryhmään eikä ole työpajakuntoinen, ei ole paikkaa, johon nuoret voisi ohjata. Sama ongelma on etsivän nuorisotyön ryhmän

loputtua vajaan vuoden jälkeen, jos ei ole vielä kuntoutunut työpaja- tai koulu-kuntoiseksi. Kaarinassa viime vuosina on hankittu kuntouttavan työtoiminnan paikkoja ostopalveluna lähinnä Turusta, mutta nuorilla on korkea kynnyks kulkea usein kahdella linja-autolla Turkuun. Keväällä 2020 Kaarinassa toimiva työpaja meni konkurssiin ja kesällä 2020 toimintaa aloittelee uusi palvelun tuottaja.

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

5.1 Tutkimuksen kohde ja kohdejoukko

Tämän tutkimuksen kohderyhmän muodostivat etsivän nuorisotyön järjestämän matalan kynnyksen kuntouttavan työtoiminnan ryhmään osallistuneet nuoret aikuiset. Kaarinan kaupungissa muut tahot eivät järjestä vastaavanlaista kuntouttavaa työtoimintaa, joten muiden palvelujen toiminnassa olevia nuoria ei voinut ottaa mukaan tutkimukseen.

Matalan kynnyksen kuntouttavassa työtoiminnassa oli mukana viisi nuorta aikuista, jotka olivat iältään 19–25-vuotiaita. Sukupuolijakauma oli kaksi tyttöä ja kolme poikaa. Tutkimukseen osallistuvat olivat olleet aiemminkin kuntouttavassa työtoiminnassa. Ainoastaan yhdellä heistä oli ammatillinen perustutkinto suoritettuna. Muilla haastateltavilla oli vain peruskoulu suoritettuna. Kahdella heistä oli lyhyt kesätyökokemus taustalla. Kolme heistä ei ole ollut ikinä työelämässä. Näin ollen tämä valittu kohderyhmä vastasi melko hyvin yleistä kuvaa kuntouttavan työtoiminnan asiakkaista.

5.2 Tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tarkoituksena on tutkia, mikä merkitys kuntouttavalla työtoiminnalla on nuoren aikuisen hyvinvoinnille. Kysymykseen pyritään vastaamaan seuraavin tutkimuskysymyksin:

1. Millaisia odotuksia nuorella on kuntouttavasta työtoiminnasta?
2. Mikä merkitys kuntouttavalla työtoiminnalla on nuoren hyvinvoinnille?

Näiden tutkimuskysymysten avulla saatujen tulosten pohjalta on tarkoitus laatia kehittämissuhteita Kaarinan kaupungille nuorten aikuisten kuntouttavan työtoiminnan järjestämiseksi.

5.3 Teemahaastattelu aineistonkeruumenetelmänä

Tutkimus tehdään kvalitatiivisin eli laadullisin tutkimusmenetelmin. Kvalitatiivinen tutkimus sopii myös, jos ollaan tekemässä esimerkiksi esiselvitystä, jonka pohjalta voidaan edetä isompaan kehittämistyöhön. Kvalitatiivinen tutkimus saattaa nostaa esille asioita, jotka eivät muuten tulisi ilmi. (Hakala 2018, 22.) Myös kohderyhmän pieni koko vahvistaa kvalitatiivisen tutkimuksen tekemistä. Näin pieni otanta ei olisi ollut tarpeeksi iso laadukkaan kvantitatiivisen tutkimuksen tekemiseen.

Kvalitatiivisen tutkimuksen tarkoituksena on tavoittaa ihmisen omat kuvaukset koetusta todellisuudesta. Näin on mahdollista tavoittaa ihmisen merkitykselliseksi koettua elämäntulkua. Kvalitatiivisella tutkimusmenetelmällä tehdyllä tutkimuksella on tärkeä tehtävä olla emansipatorinen eli tutkimuksen olisi tarkoitus lisätä haastateltavien ymmärrystä tutkittavasta asiasta ja näin vaikuttaa myönteisesti tutkittavien ajattelu- ja toimintatapoihin haastattelun jälkeen. Tämä asia on tärkeää ottaa huomioon, jos informantti on esimerkiksi asiakas, nuori tai vajaakykyinen. (Vilka 2015, 118, 125.)

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkimusaineiston voi kerätä monella tavalla. Usein valitaan tutkimusaineistoksi ihmisten kokemukset puheen muodossa, jolloin haastatteluiden avulla kerätään tarvittava tutkimusaineisto. Haastattelu ei kuitenkaan ole ainoa vaihtoehto kvalitatiiviselle tutkimukselle. (Mts. 122.) Tutkimuksen aineistonkeruumenetelmäksi valikoitui kuitenkin perustellusti teema-haastattelu.

Teemahaastattelu on yleisin tutkimushaastattelun muoto opinnäytetöissä, kun on tarkoitus kerätä kvalitatiivista tietoa. Puolistrukturoitu haastattelussa eli teemahaastattelussa haastattelun teemat on ennalta määrätty, mutta tarkkoja valmiita kysymyksiä ei välttämättä ole. Teemojen käsittelyjärjestyksellä ei ole väliä, vaan teemat voidaan käsitellä vastaajan kannalta luontevassa järjestyksessä. Tärkeintä on, että kaikki teemat tulevat käytyä läpi haastattelun aikana. (Eskola ym. 2018, 27–30; Vilka 2015, 124.)

Teemahaastattelu on tavallaan keskustelu, jossa tutkija pyrkii selvittämään haastateltavilta tutkimuksen aihepiiriin kuuluvat asiat. Haastattelu toteutetaan kuitenkin tutkijan aloitteesta. Haastattelu on myös tavoitteellinen tiedonkeruun tilanne, joka usein myös nauhoitetaan. Tutkijan on hyväksyttävä tilanteisuus sekä vuorovaikutus, jos valitsee haastattelun aineistonkeruumenetelmäksi. (Eskola ym. 2018, 28–29.) Tärkeää haastattelussa on aktiivinen kuunteleminen, jonka avulla haastateltavan saa helposti puhumaan haastateltavasta asiasta enemmän. Aktiivisen kuuntelun avulla haastattelijalla osaa myös kysyä tarkentavia kysymyksiä. (Alvehus 2019, 88.)

Tutkija on aina tekemisissä sanojen ja niiden merkitysten kanssa, kun kerätään tutkimushaastatteluaineistoa. Sanat sisältävät aina tutkimuksessa tulkintaongelmien riskin. Teemahaastattelussa on mahdollisuus tarkistaa, miten haastateltava ymmärtää kysymyksissä olevat sanat. Kohderyhmän tuntemus auttaa teemahaastattelun kysymysten muotoilussa. Ongelmana kuitenkin on, että kysymysten asettelu peilaa usein tutkijan käsityksiä tutkittavasta asiasta. Vastajan pitäisi saada vastata omien kokemustensa tai käsitystensä mukaan eikä niin kuin tutkija haluaa. (Vilkkä 2015, 127.)

Teemahaastattelun tärkeä osuus on haastattelujen teemarungon laatiminen. Haastattelurungossa tutkimuskysymys on jaettu muutamaksi pääteemaksi, joiden alla on apukysymyksiä. Teoreettisten käsitteiden avulla laaditut tutkimuskysymykset muotoillaan niin, että vastaajat voivat ymmärtää kysymykset ja heillä olisi näin mahdollisuus vastata kysymyksiin. Haastattelujen sujumisen sekä laadukkaan tuotetun tiedon kannalta on tärkeää, että teemahaastattelurunko on laadittu huolellisesti. Haastattelujen sujuvuutta edistää myös se, että kysymykset muodostavat ehjän kokonaisuuden. (Honkatukia 2018, 357.)

Kvalitatiivisen aineiston keräämisen tavoite on aineiston sisällöllinen laajuus. Tärkeää ei siis ole aineiston määrä kappaleina. Jotta aineiston sisällön laajuus on riittävä, on syytä pohtia kysymysten asettelua ja kysyttäviä teemoja. Yhdessä haastattelukysymyksessä kysytään vain yhtä asiaa niin, että kysymyksessä ei ole sisältöä arvottavia sanoja. Kysymyksissä olevien sanojen on hyvä olla yksiselitteisiä. Lisäksi kysymykset olisi hyvä asetella niin, että niihin ei voi vastata kyllä tai ei. Jos tällaisia kysymyksiä esiintyy, on syytä tällaisen kysymyksen jälkeen tehdä tarkentavia kysymyksiä aiheesta. (Vilkkä 2015, 128–131.)

Tämän kvalitatiivisen tutkimuksen aineistonkeruun menetelmäksi valikoitui teemahaastattelu, koska siinä jokainen haastateltava saa rauhassa sanoa sanottavansa ja mielipiteensä. Ryhmähaastattelu ja muut ryhmässä työskenneltävät muodot eivät tällä tutkimuksen kohdejoukolla toimi. Hiljaiset eivät puhu ryhmässä mitään tai vastaavat pakotettuina hyvin lyhyesti. Tällainen tapa ei tuottaisi tutkimuksessa toivottua lopputulosta. Myöskin kirjalliset taidot tutkimukseen osallistuvilla ovat melko heikot tai eivät ainakaan viitsi kirjoittaa kuin pienimmän mahdollisen määrän. Niinpä ainoaksi sopivaksi aineistonkeruun menetelmäksi jäi teemahaastattelu, jotta aineistosta saadaan tarpeeksi sisältöä analyysiä varten.

5.4 Aineistonkeruuprosessi

Haastateltaviksi valittiin etsivän nuorisotyön järjestämään matalan kynnyksen kuntouttavaan työtoimintaan osallistuvat nuoret. Nuoria ryhmässä oli viisi ja kaikki suostuivat haastateltaviksi. Haastattelulupa kysyttiin suullisesti jokaiselta nuorelta henkilökohtaisesti ja haastatteluun ryhtyminen oli täysin vapaaehtoista. Ensimmäiset teemahaastattelut toteutettiin tammikuussa 2019, jolloin paneuduttiin enemmän nuorten taustoihin sekä ensimmäiseen tutkimuskysymykseen, mitä odotuksia nuorilla oli kuntouttavasta työtoiminnasta.

Ensimmäisen haastattelun runko (liite 1) rakennettiin kahteen osaan: haastateltavien taustoihin sekä varsinaiseen ensimmäiseen tutkimuskysymykseen, mitä odotuksia nuorella on kuntouttavaan työtoimintaan. Tämä jälkimmäinen osa jaettiin vielä pienempiin osiin. Haastattelurunkoon tehtiin pieniä muutoksia tehdyn koehaastattelun jälkeen. Haastattelua on hyvä harjoitella esihaastattelussa, jotta voi testata haastattelukysymyksiä sekä olla rentoutuneempi varsinaisessa haastattelutilanteessa (Vilkkä 2015, 133; Honkatukia, 2018, 158).

Haastatteluihin osallistuminen haluttiin tehdä nuorelle mahdollisimman helppoksi, joten yksilöhaastattelut järjestettiin kuntouttavan työtoiminnan aikana. Ryhmän muut nuoret olivat samaan aikaan tekemässä työkeikkoja kuten ensimmäisen haastattelun aikana luomassa lumia vanhusten pihoilta. Näin jokaisen haastateltavan pystyi tapaamaan rauhassa yksittäin etsivän nuorisotyön omissa tiloissa kahvikupin ja osalla myös aamupalan äärellä rennosti sohvalla

istuen. Näin haastattelutilanteesta saatiin miellyttävä ja rento, jotta nuoret jakoivat keskustella, eivätkä vaivaantuneet poikkeavasta tilanteesta. Haastateltaville tuttu paikka ja haastattelija saattoivat myös vaikuttaa positiivisesti rentoon ilmapiiriin, jolloin keskustelua saatiin helposti aikaiseksi.

Jokainen haastattelu nauhoitettiin. Aivan ensimmäisenä pidetty haastattelu nauhoitettiin vain yhdellä laitteella, mutta muut haastattelut nauhoitettiin varmuuden vuoksi kahdella eri laitteella. Ensimmäisten haastattelujen kestot olivat 30–60 minuuttia henkilöä kohden. Keskimäärin haastattelut olivat noin 40 minuutin mittaisia. Haastattelut suoritettiin laaditun rungon pohjalta. Kysymysten muoto ja järjestys vaihtelivat sen mukaan, miten keskustelu luontaisesti eteni. Välillä haastattelussa täytyi tehdä tarkentavia kysymyksiä, jotta vastaus saatiin tarpeeksi selkeästi ja monipuolisesti eikä vain yhdellä sanalla.

Toisessa teemahaastattelussa kesäkuun alussa keskityttiin toiseen tutkimuskysymykseen eli millainen merkitys kuntouttavalla työtoiminnalla on nuoren hyvinvoinnille. Toinen haastattelu pidettiin aivan kuntouttavan työtoiminnan lopussa juuri ennen lomille jäämistä kaikille samoille viidelle nuorelle, jotka haastateltiin ensimmäiseenkin kyselyyn. Pidetyt haastattelut etenivät toisen haastattelurunгон (liite 2) pohjalta ja nämäkin haastattelut nauhoitettiin.

Toinen haastattelu sujui paremmin ja luontevammin kuin ensimmäinen niin haastattelijan kuin haastateltavienkin osalta. Juuri ennen toisen haastattelun alkua käytiin haastateltavan kanssa vuotta läpi kuvien avulla sekä muisteltiin ensimmäisessä haastattelussa selvinneitä odotuksia. Haastattelut järjestettiin taas niin, että haastateltava sai taas rauhassa ja rennosti vastata kysymyksiin. Yksi haastattelu kesti vain 30 minuuttia, mutta muut haastattelut kestivät vähintään tunnin.

5.5 Aineiston analyysi

Aineiston analyysin tarkoituksena on vastata asetettuihin tutkimuskysymyksiin (Hirsjärvi 2009, 221). Jotta tutkimuskysymyksiin saadaan vastauksia, täytyy työskennellä johdonmukaisesti aineiston parissa (Honkatukia ym. 2018, 351). Teemahaastattelussa aineistoa kerääntyy usein runsaasti. Aineiston analyysitapaa pitäisi miettiä jo aineistoa kerätessä. Yleensä aineisto litteroidaan eli

kirjoitetaan tekstiksi. Litteroinnin tarkkuudesta ei ole vain yhtä ohjetta. Litteroitu aineisto olisi syytä lukea kokonaisuudessaan ja useamman kerran ennen variaation analyysin aloittamista. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 135.) Vilkan (2015, 138) mukaan tutkimusaineiston litterointi ei ole vain puheen muuttamista suoraan tekstiksi vaan litteroinnissa pitäisi käyttää myös symboleita, joilla ilmenee muun muassa haastateltavan pitämät tauot.

Jokaisen viiden haastateltavan haastattelu litteroitiin molempien haastattelujen jälkeen lähes kokonaan sanatarkasti. Sanatarkan litteroinnin vaihtoehtona olisi ollut yleiskielinen litterointi, jossa Turun murre olisi muunnettu kirjakielelle. Litteroinnissa haastateltavien puhetta ei saa muokata tai muuttaa (Mts. 138). Litterointisymboleja ei käytetty litteroinnin apuna. Ensimmäinen haastattelu litteroitiin helmikuussa 2019 ja toinen haastattelu kesän 2019 aikana. Litteroimatta jätettiin vain ne asiat, jotka eksyivät aiheesta kuten, kun eräs haastateltava kyseli mahdollisista jatko-opiskelupaikoista, niin tämä kohta jätettiin kokonaan litteroimatta. Myös pitkät listat eri huumeista tai lääkkeistä lyhennettiin. Litterointia tuli yhteensä 70 sivua. Litteroinnin jälkeen aineisto luettiin useaan kertaan ennen analyysin aloittamista.

Litteroinnin jälkeen tutkimuksessa edettiin Tuomen ja Sarajärven kuvauksen laadullisen analyysin etenemisen mallin mukaisesti.

1. Päätä, mikä aineistossa on kiinnostavaa ja tee päätös.
2. Erotta ja merkitse aineistosta vain ne asiat, jotka sisältyvät kiinnostukseesi. Kerää merkityt asiat yhteen ja erilleen muusta aineistosta.
3. Luokittele, teemoita ja tyypittele aineisto.
4. Kirjoita yhteenveto. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 104.)

Tutkimus jatkui litteroinnin jälkeen sisällönanalyysinä, johon valittiin induktiivinen eli aineistolähtöinen analyysitapa. Ensimmäisenä aineistolähtöisessä analyysitavassa kerätty aineisto redusoidaan eli pelkistetään, jolloin aineistosta karsitaan kaikki tutkimukselle epäolennainen pois. Pelkistämisen jälkeen aineisto klusteroidaan eli ryhmitellään. Aineisto käydään läpi etsien aineistosta samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia. Sen jälkeen ryhmitellään samaa ilmiötä kuvaa-

via käsitteitä ja yhdistetään eri luokiksi eli aineisto abstrahoidaan eli käsitteellistetään. Valikoidun tiedon perusteella muodostetaan teoreettisia käsitteitä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122–125.)

Kerätyn aineiston pelkistäminen tehtiin alleviivaamalla paperilla aineistosta erivärisillä kynillä eri ilmiöitä. Pelkistetyt ilmaukset listattiin ensin allekkain paperille, josta etsittiin samankaltaisuuksia sekä erilaisuuksia, minkä jälkeen pelkistetyt ilmaukset siirrettiin analysointia varten tehtyyn taulukkoon. Listausten pohjalta ryhmiteltiin pelkistetyt ilmaukset yhteen ja muodostettiin alaluokkia, joista puolestaan muodostettiin yläluokkia. Taulukoissa 1–3 näkyy malleja ensimmäisen teemahaastattelun jälkeen tehdystä analyysipoluista, joiden mukaan kerätty aineisto on analysoitu. Samanlaiset analyysipolut on laadittu myös toisen teemahaastattelun jälkeen, minkä perusteella on saatu analysoitua tulokset toisen tutkimuskysymyksen pohjalta.

Tutkija esittää teemoitellun aineiston pohjalta tulkintansa. Analyysin tarkoituksena on tiivistää kerätty aineisto. Mitään olennaista ei saisi jättää pois vaan aineiston informaatioarvon pitäisi analyysia tehtäessä kasvaa. (Eskola 2018, 220.) Kaikkea tutkimuksessa syntynyttä aineistoa ei kuitenkaan ole tarkoituksenmukaista ottaa analyysiin mukaan. Tutkimusaineistoa ja siihen mahdollisesti tehtyjä rajauksia tulee perustella, jotta tutkimuksen laadullisuus säilyy. (Ruusuvuori ym. 2011, 15.)

Tutkimusongelmat ja tutkimuskysymykset ohjaavat tiivistämistä (Vilkkä 2015, 164). Ensimmäisen haastattelun aineistoa analysoidessa rajattiin pois ne asiat, jotka eivät liittyneet nuorten taustoihin tai heidän odotuksiinsa kuntouttavalle työtoiminnalle. Toisen haastattelun aineistossa taas keskityttiin vain asioihin, jotka osoittivat kuntouttavan työtoiminnan merkityksen nuorten hyvinvoinnille tai kuuluivat kuntouttavan työtoiminnan kehittämisosioon. Ylimääräinen aineisto jätettiin molemmissa analysointi vaiheissa analysoimatta.

Aineiston rajaamisessa pelkistettiin litteroitu raakateksti lyhyisiin alkuperäisilmauksiin ensin alleviivaamalla paperilta eri värisillä kynillä. Taulukossa 1 näkyy esimerkki, miten alkuperäisilmauksista muokattiin pelkistettyjä ilmaisuja, jotka jaoteltiin valmiiksi taulukkoon teemoittain allekkain. Teemoittain ryhmitetyille

pelkistetyille ilmauksille muodostettiin teemaan sopivia alaluokkia. Pelkistetyistä ilmauksista porukka, ryhmä ja yksinäisyys muodostivat alaluokan ryhmään kuuluminen. Normaali työ ja normaali ihminen taas kuuluivat alaluokkaan arvostus. Taulukosta 1 huomaa, miten yhteensopivista alaluokista ryhmään kuulumisesta sekä arvostuksesta taas yhdistettiin yksi kaiken yhdistävä yläluokka, joka nimitettiin yhteisöllisyydeksi. Näin siis analyysi eteni yksittäisistä esimerkeistä yleiseen väittämään eli teoreettinen käsite muodostui (Honkatukia ym. 2018, 357).

Taulukko 1. Näyte analyysipolusta 1/3

| Alkuperäisilmaus | Pelkistetty ilmaus | Alaluokka | Yläluokka |
|---|--------------------|--------------------|-------------------|
| "tunne, et kuuluu johonkin porukkaan" | Porukka | Ryhmään kuuluminen | 1. Yhteisöllisyys |
| "Ryhmä on syy poistuu kotoa" | Ryhmä | | |
| "vähän kuin olis joku työporukka ja -kaverit" | Työporukka | | |
| "Oon muuten yksin" | Yksinäisyys | Arvostus | |
| "Vähän kuin kävis normaalisti töissä" | Normaali työ | | |
| "tuntee olevansa normaali" | Normaali ihminen | | |

Analyysin tekeminen on johdonmukaista, mutta joissain tilanteissa tutkija joutuu turvautumaan omaan luovuuteensa tai harkintaansa (Mts. 363). Esimerkiksi analyysiä tehdessä jaottelua eri ala- tai yläluokkiin voi muuttaa tutkimuksen suuntaa (Vilkka 2018, 164). Taulukossa 2 esimerkiksi suihku, puhtaat vaatteet ja hampaiden pesu muodostivat alaluokan hygienia. Alaluokista hygienia, arki-rytmi, ravinto sekä talous muodostettiin yläluokaksi arjen hallinta. Aineiston teemoittelu ja luokkien nimeäminen eivät olleet helppoja päätöksiä. Esimerkiksi yhteisöllisyys (taulukko 1) olisi voinut olla vähän eri jaottelulla sosiaalisuus ja arjen hallinta taas olisi voinut olla elämänhallinta.

Taulukko 2. Näyte analyysipolusta 2/3

| Alkuperäisilmaus | Pelkistetty ilmaus | Alaluokka | Yläluokka |
|--|--------------------|-----------|------------------|
| "Pitäis käydä suihkussa" | Suihku | Hygienia | 2.Arjen hallinta |
| "syy laittaa puhtaat vaatteet" | Puhtaat vaatteet | | |
| "tulee pestyä hampaat" | Hampaiden pesu | | |
| "nukkuisin normaalisti" | Normaali uni | Arkirytm | |
| "Herään joskus päiväl" | Herätä ajoissa | | |
| "Valvon yöt, ku pelaan" | Ei valvoisi öitä | | |
| "saa lämpimän ruuan" | Lämmin ruoka | Ravinto | |
| "unohdan muuten syödä" | Muistaa syödä | | |
| "Juon vain kahvia" | Ei vain kahvia | | |
| "Saa tästä sen 9€ ja bussikortin." | 9€ ja bussikortti | Talous | |
| "Jos vaan kävisin, niin saisin lisää rahaa." | Raha | | |

Nuoret pohtivat haastatteluissa haaveitaan, joiden pohjalta lopulta muodostui taulukon 3 yläluokaksi tulevaisuusajattelu, jonka alaluokkia olivat tulevaisuus, opinnot sekä työllistyminen. Tulevaisuus muodostui pelkistetyistä ilmauksesta näköalattomuus ja kysymyksestä mikä isona. Alaluokka opinnot puolestaan pohjautui ilmauksiin opintolinjasta ja kiinnostavasta alasta. Helppo työ ja haave etätöistä taas muodostivat alaluokan työllistyminen.

Taulukko 3. Näyte analyysipolusta 3/3

| Alkuperäisilmaus | Pelkistetty ilmaus | Alaluokka | Yläluokka |
|---|--------------------|----------------|------------------------|
| "En tiä, mikä musta tulis isona, ni vaikee miettii" | Mikä isona? | Tulevaisuus | 3.Tulevaisuus-ajattelu |
| "En mä osaa aatella ees ens viikkoo" | Näköalattomuus | | |
| "Jos keksis sen alan, mikä kiinnostais." | Kiinnostava ala | Opinnot | |
| "Vaikee hakee kouluun ennen ku tietää alan" | Opintolinja | | |
| "jos keksis tarpeeks helpon duunin" | Helppo työ | Työllistyminen | |
| "et keksisin, miten voisin tehdä kotoo töitä" | Haave etätyöstä | | |

Taulukkojen 1–3 analyysipolkujen perusteella muodostuivat vastauksen ensimmäiseen tutkimuskysymykseen, mitä nuoret odottivat kuntouttavalta työtoiminnalta. Nuoret odottivat kuntouttavalta työtoiminnalta parannusta heidän yhteisöllisyyteensä ja arjen hallintaansa sekä lisää tulevaisuusajattelua.

Teemoittelussa aineisto olisi tarkoitus ryhmitellä teemoittain ja nostaa tutkimusongelmaa valaisevista teemoista esiin mielenkiintoisia sitaatteja. Tutkijan on tarkoitus poimia sitaateilla tutkimukseen liittyvät tärkeimmät ja mielenkiintoisimmat kohdat aineistosta. (Eskola 2018, 221–222.) Tutkimuksessa tarkastellaan yleisesti nuoren odotuksia kuntouttavaan työtoimintaan sekä kuntouttavan työtoiminnan merkitystä nuoren hyvinvointiin. Tutkimustuloksissa ei ole relevanttia tietää haastateltavien tarkkaa ikää tai sukupuolta, joten nämä ovat jätetty sitaateista pois anonymiteettisuojaan parantamiseksi. Anonymiteetin varmistamiseksi jätettiin haastateltavien nimet pois. Sitaatit esitellään vain muodoissa haastateltava A, B, C, D, ja E, jotta vastaajien anonymiteettisuoja säilyy eikä heitä tunnisteta vastauksista. Sitaatteja on hyvä olla tuloksissa, mutta omaa tekstiä on parempi olla enemmän (Mts. 229).

6 TULOKSET

6.1 Haastateltavien taustat

Haastateltavat olivat ensimmäisellä haastatteluhetkellä 19–25-vuotiaita. Heistä kaksi olivat tyttöjä ja kolme olivat poikia. Heidän taustoistaan löytyi sekä eroavaisuuksia että samankaltaisuuksia. Jokainen haastateltava on suorittanut peruskoulun loppuun. Yksi oli saanut suoritettua ammatillisen perustutkinnonkin, mutta hän koki, että hän ei voi tehdä tätä työtä ammatikseen. Tutkittavilla oli ollut jo yläkoulussa paljon poissaoloja paitsi yhdellä, jolla poissaolot alkoivat vasta peruskoulun jälkeen. Kaikkia heitä viittä haastateltavaa yhdisti jonkinlainen koulukiusaaminen, joka oli suurin syy myös poissaolojen määrään jossain vaiheessa peruskoulun aikana.

Mua syrjittiin, et en mä tiä kiusattiiks mua. Mut vaan jätettiin ulkopuolelle kaikesta. Kukaan ei puhunu mulle eikä ollu yhtään kaverii. Ei paljoo huvittanu mennä kouluun. (A)

Mulla oli yläasteel ekaks pari kaverii tai jos niitä voi sanoo kaveriiks. Mua kiusattiin sillo tosi paljon koko ajan ja ne ei tehny asian eteen mitää. Ne saatto kattoo ja nauraa siinä mukana, ku mua pahoinpideltiin ja haukuttiin. Sit se koulunkäyntiki väheni. (B)

Jokaiselta haastateltavalta olivat kaverisuhteet loppuneet jossain vaiheessa elämää joko kokonaan tai vähentyneet huomattavasti. Syy kaverisuhteiden loppumiseen löytyi koulukiusaamisen lisäksi myös sairastumisesta mielenterveysongelmiin. Tutkimustenkin mukaan koulukiusatuksi tuleminen ja monien ongelmien kasaantuminen näyttäytyvät nuorten aikuisten kertomuksissa mielenterveysongelmina ja mielialalääkkeiden käyttönä (Romakkaniemi ym. 2018, 50).

Suurin osa kaverisuhteista jäi, kun mä sen lukion lopetin ahdistuksen takii. Enhän mä muutenkaan ollu mitenkään kykenevä kaverisuhteiden ylläpitoon sillä hetkellä. (C)

Ahdistusta ja muita erilaisia mielenterveysongelmia oli neljällä haastateltavista ja heillä oli siihen lääkitys. Osa heistä muisti ottaa lääkkeensä päivittäin ja osa vain silloin tällöin. Heillä kaikilla opintojen tai työn keskeytykset ovat johtuneet juuri mielenterveysongelmista tai motivaation puutteesta. Heillä kaikilla on ollut keskeytyneitä opintoja tai töitä.

Kesätöitä jaksoin viikon. Se oli liian rankkaa. Sen jälkeen jäin ahdistuksen jälkeen saikulle, sillä olinkin siihen asti ennen, ku alotin tän ryhmän. (A)

Aluks se koulu motivoi, mut sit loppu kiinnostus. Emmä jaksanu sit enää. (D)

Kaksi haastateltavaa käyttivät päihteitä lähes päivittäin. Toinen käytti lähinnä alkoholia sekä satunnaisesti huumeita ja lääkkeitä. Toinen taas käytti huumeita lähes päivittäin ja alkoholia satunnaisesti. Molemmat käyttäisivät päihteitä joka päivä, jos tämä vain olisi rahallisesti mahdollista. Toinen käytti päihteitä lähinnä itselääkinnällisistä syistä ja toisella päihteiden käyttö liittyi vapaa-ajanviettoon kavereiden kanssa. Kumpikaan heistä ei nähnyt elämänsä täysin päihteettömänä.

Joskus alkoholii menee päivittäin – – No silloin tällöin huumeita ja lääkkeitä. En nykyään niin paljon ku ennen tai silloin ku olin viimeks ryhmäs – – se ku alkoholil pääsee sinäänsä halvemmal ja paremmin sekasin. (E)

Pääsääntöisesti kannabista ja bentsoi. Yleensä ne on mul itselääkintään aika lailla. Kannabis auttaa, ku se tekee dissosiaatiost mukavan. Se toimii samal masennuslääkkeenä – – ja bentsoi mä käytän ahdistukseen ja paniikkikohtauksiin.” (B)

Koska kenelläkään ei ollut ennen kuntouttavaa työtoimintaa mitään tekemistä päivisin, oli heidän arkirytmensä täysin sekaisin. He valvoivat usein yöt esimerkiksi pelaten ja nukkuivat taas päivät. Epäsäännöllinen vuorokausirytmä ja unen vähäinen määrä vaikuttivat suoraan heidän arjen hallintaansa esimerkiksi saamattomuutena. Eri viranomaisten tapaamiset jäivät välistä, koska eivät joko muistaneet tai heränneet sovittuihin tapaamisiin. Näistä unohduksista seurasi usein sanktioita, joita ei saa purettua pois ennen kuin pääsee tapaamisiin paikalle.

Tosi huono sanoisin. Silloin mä menin joskus kahden kolmen maissa nukkumaan ja heräsin iltapäivällä. Joskus saatoin valvoo koko yön, ku pelasin. (C)

En käyny jossain ku nukuin, niin työttömyyskorvaus oli kokonaan pois. Sain toimeentulotukea syksyn. (D)

Kolme haastateltavaa luokitteli pelaamisensa harrastamiseksi. Muilla ei ollut edes pelaamista harrastuksena. Kaikilla lapsuuden ajan harrastukset olivat loppuneet viimeistään seitsemännellä luokalla joko siihen, että heitä ei enää kiinnostanut tai heitä kiusattiin tai mielenterveydellisistä syistä he eivät enää jaksaneet käydä.

No jos pelaamisen voi sanoa harrastukseksi ni se. Lapsena oli enemmänkin harrastuksia, mut ne loppu joko väärin ihmisiin tai et ei huvittanu. (E)

Lapsena mä harrastin paljon, mut sit ne loppu ku mua kiusattiin. Ahisti mennä treeneihi. (B)

En mä sit enää pystyny harrastaan mitään, ku mielenterveys oli mikä oli. Sit ne kaikki jäi. Osan olin kyl alottanu, ku vanhemmat halus, niin ne mä ehkä oisin muutenki lopettanu. Nyt mä vaan pelaan koneel koton. (C)

Nuorilta myös kysyttiin, mikä heidän mielestään heidän hyvinvointinsa taso oli haastatteluhetkellä. Hyvinvoinnin tason kuvaukset olivat monimuotoiset, mutta yhdenkään mielestä hyvinvointi ei ollut hyvä.

Parannettavaa ois todella paljon, vähän kaikkes olis jotain. (E)

Paremminkin vois mennä ainakin liikunnassa, ruuassa ja opiskelupaikkaki vois auttaa. (D)

No sanoisin, että kohtalainen tai vähän huono. Pitäis huolehtii itestä paremmin monessa asiassa. (C)

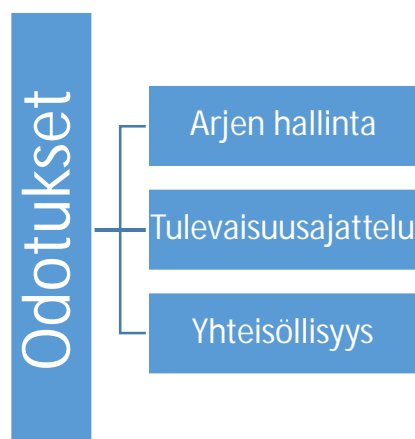
Ei se (hyvinvointi) oo hyvä, mut osittain oon tyytyväinen. Ahdistus vaikuttaa. (A)

Ei mikään kauheen hyvä varmaan, mielenterveyden takia ainakaan. (B)

Mielenterveys olikin yksi monista syistä siihen, että haastateltavien hyvinvointi ensimmäisellä haastattelukerralla ei ollut hyvä. Jokaisen haastateltavan mielestä hyvinvoinnissa oli parannettavaa eri hyvinvoinnin osa-alueilla.

6.2 Nuorten odotukset kuntouttavasta työtoiminnasta

Ensimmäisessä haastattelussa keskityttiin selvittämään haastateltavien odotuksia kuntouttavalle työtoiminnalle, varsinkin heidän hyvinvoinnin paranemistaan ajatellen. Tutkimuksessa nousivat esille kolme pääpainotusta odotuksista kuntouttavalle työtoiminnalle eli arjen hallinta, tulevaisuusajattelu sekä yhteisöllisyys (kuva 1).



Kuva 1. Nuorten odotukset kuntouttavalle työtoiminnalle

Tutkimuksen perusteella nuorten odotukset (kuva 1) kohdistuivat juuri niihin asioihin, joissa heillä oli hyvinvoinnin perusteella jotain parannettavaa. Eniten parannettavaa nuorten mielestä oli arjen hallintaan liittyvissä asioissa, jotka nousivat haastatteluissa esiin useimmin. Tulevaisuusajattelun nuoret kokivat ahdistavimpana ajatuksena, mutta toisaalta tulevaisuutta ajatellen tärkeimpänä odotuksena. Jokaiselle haastateltavalle kuitenkin yhteisöllisyyteen liittyvät odotukset olivat haavoittuvaisimmat ja syvällisimmät. Lisää yhteisöllisyyttä kaipasivat kaikki haastateltavat, vaikka eivät sitä aina meinanneet osata sanoittaa.

Tutkimuksen mukaan kuntouttavalta työtoiminnalta odotettiin muutosta heidän yhteisöllisyyteensä. Nuoret halusivat kuulua johonkin ryhmään niin kuin heidän mielestään niin sanotut normaalit ihmiset kuuluvat. Nuoret myös kaipasivat muiden ihmisten arvostusta. Yhteisöllisyys muodostui heidän vastaustensa perusteella ryhmään kuulumisesta sekä arvostuksen tunteesta.

Tutkimuksen mukaan nuorten ollessa yksin kotona heiltä puuttuvat kokonaan yhteisöllisyyden tunne, kun perhesuhteetkin usein ovat hankalat. Kavereitakaan ei yleensä ole tai niitä on vähän. Niinpä nämä nuoret kaipasivat yhteisöä, johon

tuntisi oikeasti kuuluvansa, että saisi olla ryhmässä juuri sellainen kuin on. Tutkimuksessa selvisi, että kuntouttavan työtoiminnan ryhmästä haluttiin saada juuri tätä kaivattua yhteisöllisyyden tunnetta.

Ku käy ryhmässä, ni tuntuu kuin kuuluis johonkin porukkaan, vähän kuin johonkin kaveriporukkaan, jota mulla ei oo. (A)

Tää tuntuu melkein, ku kävis jossain töissä työporukassa niin kuin kaikki muutki, varsinkin silloin, ku tehdään oikeita töitä. (C)

Mä haluan, etten mä ihan eristäydy muista, ku ei mulla oo mitään, mihin kuuluisin. (B)

Normaalia elämää ja arvostusta tutkimuksen mukaan nuoret muutenkin kaipaivat. Heistä tuntui kuin he kävisivät normaalisti töissä, kun käyvät kaksi kertaa viikossa ryhmässä. Heillä oli joku syy poistua kotoa ja tuntui, että elämällä oli tällöin joku merkitys. Kuntouttavan työtoiminnan ryhmässä ollessaan he tunsivat olevansa normaaleja kuten muut heidän ympärillään olevat ihmiset. Esimerkiksi myös työpajalla oleville nuorille itsensä tavalliseksi kokeminen on tärkeää (Wrede-Jäntti 2018, 87). Nuoret kertoivat, että ryhmässä ollessaan näkee myös muita samassa elämän tilanteessa olevia, joten oma tilanne ei enää tunnu niin lohduttomalta, kun saa vertaistukea muilta nuorilta.

Täs ryhmäs tulee vähän jotain sosiaalist kontaktii viikon aikana. Tuntuu, et näinä päivinä on ihan normaali ihminen. Näkee muita samassa tilassa olevia, tai melkein samassa, mut kuitenkin se auttaa. (B)

Nuoret kaipasivat kuntouttavalta työtoiminnalta myös parannusta arjen hallintaansa. Nuorten mielestä suurimmat esteet heidän arjen hallinnan parantamisessa olivat heidän hygieniansa, arkirytmensä, ravintonsa sekä taloudellinen tilanteensa. Näihin asioihin nuoret toivoivat saavansa kuntouttavan työtoiminnan aikana muutosta.

Ilman kuntouttavan työtoiminnan ryhmää haastateltavat nuoret unohtivat helposti syödä tai he söivät hyvin yksipuolisesti. Lämmin ruoka oli ryhmän toimintapäivinä se, mitä he odottivat. Ryhmäpäivinä ei tarvinnut elää pelkällä kahvilla ja energiajuomilla tai käyttää rahaa ruokaan.

Unohdan syödä, ku oon kotona. Tässä saa sen lämpimän ruuan näinä päivinä, niin ei sillon ees mee ruokaan rahaa.” (C)

Kotona juon nälkääni, niin siihen vois tulla muutosta. Ruoka olis siis hyvä. (D)

Nuoret myös odottivat, että kuntouttava työtoiminta motivoi pitämään omasta hygieniastaan huolta kuten muistamalla käydä suihkussa, pesemällä hampaat ja laittamalla puhtaat vaatteet päälle. Jos nuoret olivat vain kotona, he eivät muistaneet tai halunneet tehdä näitä edellä mainittuja asioita. Toisaalta nämä asiat saattoivat jäädä tekemättä myös silloin, jos oli liikaa tekemistä, eivätkä heidän voimavaransa enää riittäneet omasta hygieniasta huolehtimiseen.

Olis ainaki syy käydä suihkussa useammin ja muistais pestä hampaat. (C)

Tulis käyty suihkussa ja vaihdettuu puhtaat vaatteet. (D)

Nuoret toivoivat myös heidän arkirytmensä parantuvan. Ennen kuntouttavaa työtoimintaa he kaikki valvoivat yöt esimerkiksi pelaten ja nukkuivat päivät. Tähän vääränlaiseen vuorokausirytmiiin he kaikki halusivat muutosta. Kun nukkuu päivät, jää moni tärkeä asia, kuten viranomaispalavereissa käyminen tekemättä. Nukkumalla päivät kaverisuhteista vähenevät ne kaverit, jotka käyvät päivisin töissä tai koulussa.

Tarttis saada päivärytmi paremmaks. Ryyppään ja pelaan yöt, niin sit tulee nukuttuu päivät. (E)

Nuoret kaipasivat myös kuntouttavalta työtoiminnalta, että tulevaisuus tulisi selkeämmäksi. Haastatteluhetkellä kaikki tulevaisuudessa olevat tavoitteet tuntuivat heistä joko hyvin kaukaisilta tai jopa mahdottomilta. Nuorten tulevaisuuden suunnitelmia ei ollut aikaisemmin tuettu tarpeeksi, joten haaveet olivat jääneet helposti saavuttamattomiksi ajatuksiksi.

Mulle on kaikki sanonu, et mä en oo koulukuntonen, niin oon sit jääny kotiin. Et sitä pitäis mieltii, et mitä mä teen. (E)

No tietenkin toive olis et oon joskus koulussa, mut en mä tiiä, millon mä pystyisin meneen kouluun. En oo siinä kunnossa vielä moneen vuoteen, ni vaikee miettii tulevaisuutta, vaik pitäis. (C)

Mä en usko, et mä vielä voin mennä mihinkään kouluun. Syksy tulee liian nopeesti. Ehkä töihin. En mä osaa aatella niin kauas. Ahistaa, ku kysytään. (A)

Tulevaisuudessa jokaista mietitytti oman paikkansa löytäminen. Haastateltavien mukaan heidän pitäisi selvittää, mikä heistä tulisi isona, mikä ala heitä kiinnostaisi. Tämä selvitystyö tuntui haastateltavista ahdistavalta, koska tulevaisuus tuntui saavuttamattomalta.

6.3 Kuntouttavan työtoiminnan merkitys nuoren hyvinvoinnille

Haastateltavilta oli kolme odotusta kuntouttavalle työtoiminnalle, minkä avulla voitaisiin parantaa heidän hyvinvointiaan eli arjen hallinta, tulevaisuusajattelu sekä yhteisöllisyys. Kuntouttavan työtoiminnan lopussa pidetyssä toisessa haastattelussa tutkittiin, millainen merkitys kuntouttavalla työtoiminnalla on nuoren hyvinvoinnille. Tapahtuiko haastateltavien mielestä heidän hyvinvoinnissaan parannusta kuntouttavan työtoiminnan aikana?

Tutkimuksesta selvisi kuntouttavan työtoiminnan parantavan toimintaan osallistuvien hyvinvointia. Haastateltavista osan mielestä vain jollain osa-alueella ja joidenkin mielestä useissa osa-alueissa tuli hyvinvointiin parannusta. Kuntouttavan työtoiminnan negatiivista merkitystä hyvinvoinnille ei yksikään haastateltavista tuonut esille. Osan mielestä muutosta oli tapahtunut vain vähän ja osan mielestä hyvinvointi oli parantunut huomattavasti.

On se vähän parantunu siitä, ku aloitin. Ainakin ahdistus on helpottanu. (A)

Sanoisin, et nyt se (hyvinvointi) on paras ku, mitä se on ollu moneen vuoteen. Huomattavasti on parantunut. (C)

Osa haastateltavista oli omasta mielestään saavuttanut kaikki odotuksensa kuntouttavasta työtoiminnasta ryhmän aikana. Osalla jopa mielenterveysongelmat olivat vähentyneet. Samanlaisen huomion on tehnyt Wrede-Jäntti (2018, 88), jonka mukaan työpajalla olleet nuoret kokivat työpajajakson vaikuttavan

positiivisesti psyykkiseen hyvinvointiin. Hyvinvointi parani jokaisen haastateltavan mielestä arjen hallinnan osalta. Kaikki viisi haastateltavaa nostivat arjen hallinnasta juuri ravinnon tärkeyden esiin. He pitivät tärkeänä, että on saanut joka ryhmäkerta lämpimän ruuan tai vastaavan. He olivat myös huomanneet, että oma jaksaminen parani huomattavasti, kun söi jotain päivisin.

En syö lämmintä ruokaa kotona, niin siihen tää on auttanu, et oon jaksanu paremmin. (D)

No syön ainakin enemmän ku yleensä, ni jaksan paremmin. (E)

Ku oltiin siellä leirillä Ruotsissa, niin huomasin, et jaksoin tehdä asioita paremmin, kävellä ja muuta, kun söin hyvin monta kertaa päivässä. Ryhmäkerratkin on saanu huomaamaan ruuan tärkeyden. Kotona ollessa ei ollu niin väliä ja se unohtu. (C)

Muita hyvinvointia parantavia asioita nuorten arjen hallinnassa olivat muun muassa hygienian paraneminen, unirytmien löytyminen ja taloudellisen tilanteen paraneminen. Suurin osa oli toiminnan aikana alkanut huolehtia itsestään enemmän kuin ennen. Yhdellä tämä näkyi päihteiden käytön vähenemisellä, toisella taas lisääntyneellä hampaiden pesulla ja kolmannella suihkussa käymisellä sekä puhtaiden vaatteiden käyttämisellä.

Nyt mä vaan käytän niitä, mitä mulle on määrätty ja pilvee. Nää ryhmäpäivät mä koitan olla ilman pilveekin. (B)

Hampaiden pesu on mulla ollu tosi hyvä sen jälkeen, kun pakotitte hammaslääkärille. Oon tosi tyytyväinen siihen. Ennen en pessy ikinä. (C)

Ootte muistuttanu, et mä käyn suihkussa ennen ryhmää. Sit ei huvita laittaa likasii vaattei, ni tulee vaatteitaki pestyy useemmin. (E)

Säännöllinen toiminta edes pari kertaa viikossa oli auttanut suurinta osaa nuoria samaan arkirytmensä paremmaksi. Arkirytmä oli lisännyt arjen hallintaa, kun jaksaminen oli unen myötä parantunut ja oli saatu tehtyä päivän aikana asioita. Yhdellä nuorella arkirytmäin ei ollut tullut minkäänlaista muutosta, vaikka olisi sitä ehkä halunnut.

Yks kerta meni vahingossa unirytmii kuntoon ja nyt on pysyny, ku ryhmän takii on pakko herätä aikasemmin, Oon huomannu, et nukkuuki paremmin, ku on tehny päiväl jotain. (C)

On unirytmii parempi, ku on välil pakko herätä aikasemmin. (A)

Ei se oikeestaan muuttunu. Tulin, jos pysyin aamuun asti hereillä ja jos en, niin nukuin. (D)

Nuoret kokivat, että myös heidän saamansa taloudellinen hyöty kuntouttavassa työtoiminnassa olemisesta eli yhdeksän euroa joka osallistumispäivästä, linja-auton matkakortista sekä liikuntakortista liikuntapaikkoihin, auttoivat heidän hyvinvointiaan. Parantunut taloudellinen tilanne mahdollisti muun muassa ruuan ostamisen ja helpotti muutenkin elämää, kun ei tarvinnut huolehtia toimeentulosta yhtä paljon kuin aikaisemmin.

Talouspuoli on vähän parantunut, ku saa enemmän ja pääsee välillä kauppaan, niin ja saa ruokaa ryhmässä, niin silloin ei mee rahaa ruokaan. Saan oman osuuden vuokrasta maksettuu tällä, niin se helpottaa. Ei tarvii stressata ja se on hyvä. (E)

On ollu hyvä lisä, vaikka onkin pieni summa ja bussikortti on hyödyllinen, et oon päässy liikkumaan enemmän, niin ja jumppakorttiakin mä käytän et on ollu paljonki vaikutusta elämään. (A)

Arjen hallinnan jälkeen kaikilla nuorilla nousi esiin yhteisöllisyyteen liittyvät asiat. Kuntouttavaan työtoimintaan osallistuminen ei ollut heille tärkeä vain arjen hallinnan paranemisessa, vaan tärkeimmän hyödyn haastateltavat kertoivat olevan ryhmään kuulumisen tärkeyden sekä miten ryhmässä olo oli saanut heidät sosiaalisemmaksi. Aikaisemmin yhteisöllisyyden ja arvostuksen puute oli nuorille ollut vaikea asia ja se oli muuttanut heidän toimintaansa ja itseensä suhtautumista. Ryhmässä oleminen oli kuitenkin vaatinut kaikilta totuttelua pitkän yksinolon jälkeen.

Ryhmään kuuluminen auttaa tosi paljon, et jaksaa ees vähän elää. Ei sitä kestä, että ei kuulu mihinkään. (B)

Oon ollu niin pitkään yksin, et on ollu totuttelemista ryhmään. En oo oikeen joutunu jutteleen vapaasti, kun oon ollu vaan kotona, niin se on vaatinu totuttelemista. Nyt oon vähän oppinu puhelemaan, ku ollaan oltu kauemmin yhtenä ryhmänä. Hyvä, et oon jo vähän sosiaalisempi ku ennen. (C)

Yhteisöllisyyttä nuoret olivat jollain tasolla kaivanneet, mutta eivät olleet sitä saaneet kuin korkeintaan peli- tai päihdemaailmasta. Nyt kuntouttavan työtoiminnan ryhmästä he olivat huomanneet muitakin hyötyjä kuten uusien asioiden kokeilemisen, töiden teon mukavalta tuntumisen ja sosiaalisuuden paranemisen. Saatujen tutkimustulosten mukaan nuorten kokemuspiiri ja sosiaalisten suhteiden piiri ovat laajentuneet sekä aloitekyky on parantunut kuntouttavassa työtoiminnassa mukana ollessa. Näiden mainittujen asioiden vuoksi nuoret olivat huomanneet hyvinvointinsa parantuneen ja sitä myöten koko elämänsä muuttuneen positiivisempaan suuntaan.

Ryhmässä tulee tehtyä ja kokeiltu uusia asioita. Sen takia mun aloituskykyäni asioiden ja tekemisten aloittamiseen on parantunut ja on vähemmän ahdistusta. Ryhmän takii mä siedän nyt paremmin negatiivisii asioita ja jännitystä, ku on joutunu menee uusiin tilanteisiin. Seuraava ryhmä on kyl helpompi aloittaa. (C)

Tää on vähän ku kokoontuminen töiden takii. Saa olla alussa rauhassa ja sit huomaa, et onki sosiaalisempi. Mä puhun nyt enemmän ku alussa. Se johtuu siit ryhmittymisestä ennen ku alko tottuu tähän ryhmään. Tää ei oo ahistanu tai mitään. (E)

Vaikka kuntouttavan työtoiminnan aikana ryhmään kuuluvuuden tunne nousi esille positiivisena ja hyvinvointia lisäävänä asiana, eivät tutkimustulokset olleet kehuttavia yhteisöllisyyden jatkuvuudesta tulevaisuudessa. Tutkimuksessa kävi ilmi, että kaverisuhteita ei toiminnan aikana syntynyt. Toki yhteisöllisyys ei välttämättä kaverisuhteiden muodostumista vaadi, mutta tutkimuksessa selvisi myös, että yksikään vastaajista ei uskonut, että ryhmä pitää millään muotoa toisiinsa yhteyttä kuntouttavan työtoiminnan loppumisen jälkeen. Toisaalta kaikki olivat sitä mieltä, että positiivisen ryhmäkokemuksen jälkeen on helpompi aloittaa seuraavassa ryhmässä.

Mä pidän vaan nää sellaisina ryhmäkavereina. Se riittää. Ei meistä sen parempii kavereita tuu. Moikataan varmasti, kun nähdään jos-sain, mut ei varmaan muuta. (C)

Mä viihdyn kuiteski koton pleikkarin parissa. En mä liiku sillai ulkon, et mä näkisin näist jotain.”(E)

En mä näistä kavereita saa, mut jos pääsis joskus kouluun, niin sinne on tän jälkeen helpompi mennä. (D)

Sillee vähän on voinu jutella muiden kanssa, mut ei vapaa-ajalla. Sillai ohimennen kyllä, mut ei muuten. (A)

Kohentunut hyvinvointi ja elämäntilanne antoivat nuorille myös rohkeutta ajatella tulevaisuuttaan positiivisemmin. Tulevaisuuden suunta oli monelle yhä epäselvä tai ilman tarkkaa suunnitelmaa, mutta silti jokainen uskalsi pohtia tulevaisuutta ja siinä nähtiin jo hieman positiivisia asioita sekä mahdollisuuksia, joita ei aikaisemmin ollut nähtävissä.

Viime haastattelukerralla en nähny itteeni ees hengissä vuoden päästä. Jos mä voin jatkaa syksylläki ryhmässä, niin mä voisin vielä ehkä päästä johonkin muuallekin ku omiin hautajaisiin. (B)

Tästä on tullu niin paljo positiivisii kokemuksii ja negatiivisten asioiden sietämistaso on noussu, ni kyllä mä uskon, et vielä joskus voin kouluun mennä. Täytyy vielä totutella erilaisiin tilanteisiin, et pärjään sen alun siellä koulussa jännityksen kanssa. (C)

Vaikka haastateltavat löysivät monta asiaa, joihin kuntouttava työtoiminta oli vaikuttanut positiivisesti, toivat he myös ilmi asioita, joihin he haluaisivat jatkossa paneuduttavan. Kaikilla oli toiveita, joihin keskittymällä he kokivat oman hyvinvointinsa yhä paranevan ja joiden avulla tulevaisuuden toiveet tulevat yhä lähemmäksi.

Liikkumista vois parantaa. Kunnon kohotus kuulostais hyvältä. Ei väsyis niin nopeesti ja jaksaa sit joskus mennä kouluun tai töihin. En mä nyt pystyis koko viikkoo tehdä mitään. En fyysisesti enkä mielen takia. (C)

Liikunta olis se, mikä vois lisätä hyvinvointia, vaikka kävelemällä. Kunto tarttis olla parempi, et jaksais. (D)

Tulevaisuus on vielä haussa ja mietinnässä, niin varmaan enemmän miettii sitä, et mitä mä haluan alkaa tekeen. Pitäis mennä tutustuun eri kouluihin. Harrastuksen mä meinaan aloittaa, et jos se helpottais. (A)

Tutkimuksessa selvisi, että haastateltavat kaipasivat lisää liikuntaa elämäänsä ja tämä oli se asia, jonka avulla haastateltavat halusivat seuraavaksi parantaa omaa hyvinvointiaan. Liikunnan avulla myös nuorten toimintakykyä saataisiin

parannettua. Toinen tärkeä parannettava asia oli myönteisen tulevaisuusajattelun lisääminen.

6.4 Kuntouttavan työtoiminnan kehittäminen

Haastateltavien mielestä tärkeintä kuntouttavan työtoiminnan järjestämisessä oli, että olisi vaihtoehtoja, joista valita. Tämän hetkiseen tilanteeseen kukaan ei ollut tyytyväinen. Nuoret ajattelivat, että jos etsivien kuntouttavaan työtoiminnan ryhmään ei mahdu eikä ole pajakuntoinen, niin silloin heidän mielestään joutuu jäämään kotiin, mikä ei ole toivottavaa.

Olis erilaisii vaihtoehtoi tarjolla, monipuolisesti toimintaa. Sillai, et jokaiselle vois löytyy jotain ja saisi ite valita. (E)

Pääsis enemmän tekee kunnon töitä. Sais vaikka valita ite listasta, mihin haluais mennä. Ei tarttis ite ehdottaa tai kenenkään pakottaa. (C)

Vaihtoehtojen lisäksi haastateltavat halusivat, että saisivat itse päättää, mihin haluaisivat mennä eikä kukaan pakottaisi heitä. Haastateltavat kaipasivat enemmän mahdollisuuksia vaikuttaa omaan elämäänsä ja valintoihinsa. Tutkimuksen mukaan olisi myös hyvä, että nuorten ei välttämättä tarvitsisi itse tietää heti, mitä haluaisivat tehdä, vaan saisivat valita esimerkiksi listalta. Nuorten mielestä olisi myös hyvä, että olisi sekä yksilö- että ryhmämuotoista kuntouttavaa työtoimintaa. Näin jokaiselle löytyisi vielä varmemmin sopiva paikka. Vastauksista selvisi myös yksi mielenkiintoinen ja aivan uusi vaihtoehto nimittäin kuntouttavan työtoiminnan järjestäminen etänä verkossa.

Jollekin sopii yksin olo, niin sit niille olisi sitä. Ryhmä mieluummin kumminki mulle. Ryhmässä on helpompi tehdä ku yksin. Ryhmässä vois jutella kaikkii asioita. (E)

Mä voisin mennä yksinkin johonkin, mut mä luulen, että muut haluu ryhmä. Etänä vois olla mulle paras, mut en tiä muille tai oisko se mahdollista. (D)

Jokainen haastateltava toi esiin saman asian eli tähän kuntouttavaan työtoimintaan osallistuminen onnistui, koska ryhmä oli niin pieni ja sai olla omassa rauhassa. Sai rauhassa tutustua muihin nuoriin eikä heti pakotettu sosiaalisesti

liian vaativiin tilanteisiin. Nuoret toivovat, että jatkossakin aloittavat saisivat halutessaan aloittaa pienestä ryhmästä ja siitä pikkuhiljaa harjoitella sosiaalisemmaksi lisäämällä sosiaalista kuormitusta ja vähitellen siirtyä isompiin ryhmiin.

Pieni ryhmä aluks. Sit joku keskikokonen. Isossa tulee ahdistus. Välttämättä kaikkien ei tarttis ees mennä niihin isoihi, mut jotku vois mennä, ku tykkää puhua ja olla sosiaalisii. (E)

Tää on vähän niinku alhaisen tason ryhmä, niin olis vähän isompi ryhmä siinä keskitasolla ennen pajaa ja opiskeluja. Paja olis sit se iso. Se vois toimii. (C)

Ryhmäkoon lisäksi nuoret miettivät toiminnan sijaintia, sillä pelkkä ryhmäkoko ei välttämättä auta, jos ryhmä toimii rakennuksessa, jossa on paljon muita ryhmiä ja ihmisiä. Nuorten mielestä alkuryhmän tilan pitäisi olla helposti saavutettavissa sekä omassa rauhassa. Näin ei tarvitsisi olla sosiaalinen koko aikaa ja kynnys lähteä mukaan toimintaan madaltuu.

Mä en tykkäis sellaisesta, missä on monta ryhmää samoissa tiloissa. Tykkään, et on vähemmän väkeä ja saa olla rauhassa. Se korkeampi taso vois ehkä olla samoissa tiloissa muiden kanssa, mut tää alin taso olis tällai erillään muista. (C)

Omassa rauhassa. Kuitenki mä häpeen itteeni, ku käytän päihteitä, ni tuntuis, et muut kattoo. Jos olis liikaa ihmisii, ni vois helposti jäädä menemättä. (B)

Nuoret pohtivat myös paljon kuntouttavan työtoiminnan sisältämää toimintaa. Osa heidän kokeilemistaan asioista olivat keskeytyneet, koska toiminta ei ollut mielekästä ja motivaatio loppui kesken. Nuoret kaipasivat kuntouttavalta työtoiminnalta enemmän oikeiden töiden kaltaista sekä monipuolista työtä, kuitenkin niin, että työt olisivat helppoja ja niitä voisi tehdä ryhmässä. Nuoret myös halusivat, että työhön saisi tarvittaessa lisää vaativuutta, jotta motivaatio toimintaan säilyisi.

Vähän enemmän oikeita töitä vois olla, mut joustavammin kuin oikeassa työelämässä. (E)

Ei ainakaan ykstoikkoist työtä. Pikkasen vois tulla ajan myötä vaativammaks kai, ni sit jaksais käydä. (D)

Sit siin vikas tasol pajas voitais olla vähän niin ku oikeis töis. Harjoteltais sitä rytmii ja työntekoo. (C)

Tutkimuksen perusteella kuntouttavassa työtoiminnassa tehtäisiin joka tasolla töitä, mutta vasta ylimmällä tasolla jäljiteltäisiin tarkemmin työelämän pelisääntöjä. Alemmilla tasoilla vasta totuteltaisiin aamuhieräisiin ja ryhmässä toimiseen. Oli kuntouttava työtoiminta minkälaista ja missä tahansa, niin nuoret nostivat esille myös työntekijöiden tärkeyden. Heidän mukaansa työntekijät ovat myös suuressa roolissa, jotta kuntouttavaan työtoimintaan osallistuminen onnistuu.

Sen tarttis olla ymmärtäväinen ja avulias. No vähän niinku te. (E)

Aika samanlaisii kuin te sanoisin, et tota olis joustavia. Koittais saada mukaan ne, jotka ei ees haluais mukaan. Hakis mukaan ja tsemppais tulemaan, ni tulis lähetty. Ymmärtäväiset, mut ei sillai kuitenkaan liian lepsut et päästää, mitä tahansa tekemään. (C)

Sen pitäis olla ymmärtäväinen, kärsivällinen periaatteessa, avulias ja hyväntahtoinen, mut kummiski sellainen, joka ei tyrkytä väkisin apua. (B)

Kuntouttavan työtoiminnan työntekijän tulisi olla kohtaamisen ammattilainen, jolla on hyvät yksilö- ja ryhmänohjaustaidot. Korhosen (2019, 52) mukaan työntekijän hyvillä ryhmänohjaustaidoilla varmistetaan toiminnan sujuvuus sekä turvallisen ilmapiirin rakentuminen. Ryhmäytyksen olennainen osa on kunnioittavan ja turvallisen ilmapiirin vakiinnuttaminen ryhmässä (Vehviläinen 2014, 82). Hyvä työntekijä osaa rakentaa ajan kanssa luottamuksen sekä kohdata nuoret heidän omista lähtökohdistaan käsin. (Pajamäki & Okker 2018, 77).

6.5 Tiivistelmä tuloksista

Ensimmäisen haastattelun aikana nuorten hyvinvoinnin lähtötaso ei tulosten mukaan ollut hyvä. Jokaisella haastateltavalla oli odotuksia kuntouttavalle työtoiminnalle, millä saataisiin hyvinvointia ja yleensäkin elämää paremmaksi. Tutkimuksessa selvisi, että nuoret odottavat kuntouttavalta työtoiminnalta arjen hallinnan paranemista, tulevaisuusajattelua sekä yhteisöllisyyttä. Arjen hallinnalta kaivattiin parannuksia hygieniaan, arkirytmiiin, ravintoon sekä taloudelliseen tilanteeseen. Tulevaisuusajattelussa haluttiin tulevaisuuden pohdintaa,

oman paikan löytymistä maailmassa sekä oman tilanteen parantamista niin, että tulevaisuutta olisi mahdollista ajatella. Yhteisöllisyydessä kaivattiin eniten ryhmään kuulumista ja arvostusta, koska jokainen koki omalla tavallaan olevansa yksinäinen eikä tuntenut kuuluvansa mihinkään yhteisöön.

Kuntouttava työtoiminta paransi tutkimuksen mukaan haastateltavien hyvinvointia. Osalla nuorista hyvinvointi parani vain vähän ja osalla taas todella paljon monella eri hyvinvoinnin osa-alueella. Haastattelujen perusteella kenenkään hyvinvointi ei heikentynyt millään hyvinvoinnin osa-alueella. Tulosten mukaan arjen hallinta parani niin ravinnon, hygienian kuin taloudellisen tilanteen osalta kaikilla, kun taas arkirytmä ei kaikilla parantunut heidän haluamalleensa tasolle.

Tulevaisuusajattelu tutkimuksen mukaan parani, mutta ei vielä ihan nuorten toivomalle tasolle. Tulevaisuusajatteluun haastateltavat halusivat panostaa enemmän. Toisaalta tutkimuksen mukaan tulevaisuus oli vasta toiminnan loppuessa haastateltaville konkreettisempi asia kuin ensimmäisellä haastattelukerralla. Vasta tällöin tulevaisuus näytti nuorten mielestä positiiviselta.

Ryhmään kuuluvuutta ja sitä myöden yhteisöllisyyttä kuntouttava työtoiminta lisäsi. Tutkimuksessa kuitenkin kävi ilmi, että ryhmään kuuluvuuden tunne ei todennäköisesti kestä toiminnan loppumisen jälkeen. Pysyviä kaverisuhteita kuntouttavan työtoiminnan ryhmässä ei syntynyt. Toisaalta haastateltavat olivat sitä mieltä, että tämän jälkeen on helpompi toimia seuraavissa ryhmissä, joten sitä kynnystä kuntouttava työtoiminta onnistui madaltamaan.

Tutkimuksista selvisi, että kuntouttavaa työtoimintaa voisi kehittää luomalla lisää monipuolisia vaihtoehtoja kuten eritasoisia ryhmiä sekä yksilömahdollisuuksia. Yhtenä uutena ideana tuli esille kuntouttavan työtoiminnan järjestäminen etänä verkossa. Kuntouttavan työtoiminnan haluttiin ryhmästä toiseen edessä muuttuvan haasteellisemmaksi niin toiminnaltaan kuin sääntöjen ja ryhmän koon suhteen. Ryhmädynamiikan ja ryhmän vetäjien tärkeys kävivät tutkimuksessa ilmi. Toimivassa ja tiiviissä ryhmässä on turvallista harjoitella ja totutella sosiaalisuutta, minkä haastateltavat kokivat tärkeäksi.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

7.1 Kehittämisideoita kuntouttavaan työtoimintaan

Opinnäytetyössä oli tarkoitus selvittää, millaisia odotuksia nuorilla on kuntouttavasta työtoiminnasta sekä millainen merkitys kuntouttavalla työtoiminnalla on nuorten hyvinvoinnille. Saatujen tulosten perusteella laaditaan kehittämisehdotuksia, joiden pohjalta kehitetään Kaarinan kaupungin kuntouttavaa työtoimintaa niin organisaatiolähtöisesti kuin sisällöllisestikin. Näin saadaan nuorten ääni kuuluviin kuntouttavan työtoiminnan kehitystyössä.

Kuntouttavan työtoiminnan kehittäminen nuorten aikuisten osalta on ollut ajankohtaista jo pidemmän aikaa Kaarinassa. Keväällä 2020 pitkäaikaisen työpaja-toimijan mentyä konkurssiin Kaarinassa tuli aihe erittäin ajankohtaiseksi. Kuntouttavan työtoiminnan paikat vähenivät tällöin nuorten osalta huomattavasti. Kesän 2020 aikana Kaarinassa aloittaa uusi toimija, joka tulee toimimaan lähes etsivän nuorisotyön uusien tilojen naapurissa. Näin on aiheellista pohtia tulevat yhteistyökuviot, kuntouttavan työtoiminnan moniportainen malli sekä toimintojen sisältöjä ja laadun varmistaminen. Vielä ainakin yhden toimijan tulo Kaariinaan olisi tervetullutta, jotta vaihtoehtoja saataisiin enemmän ja lisättyä moniportaisuutta.

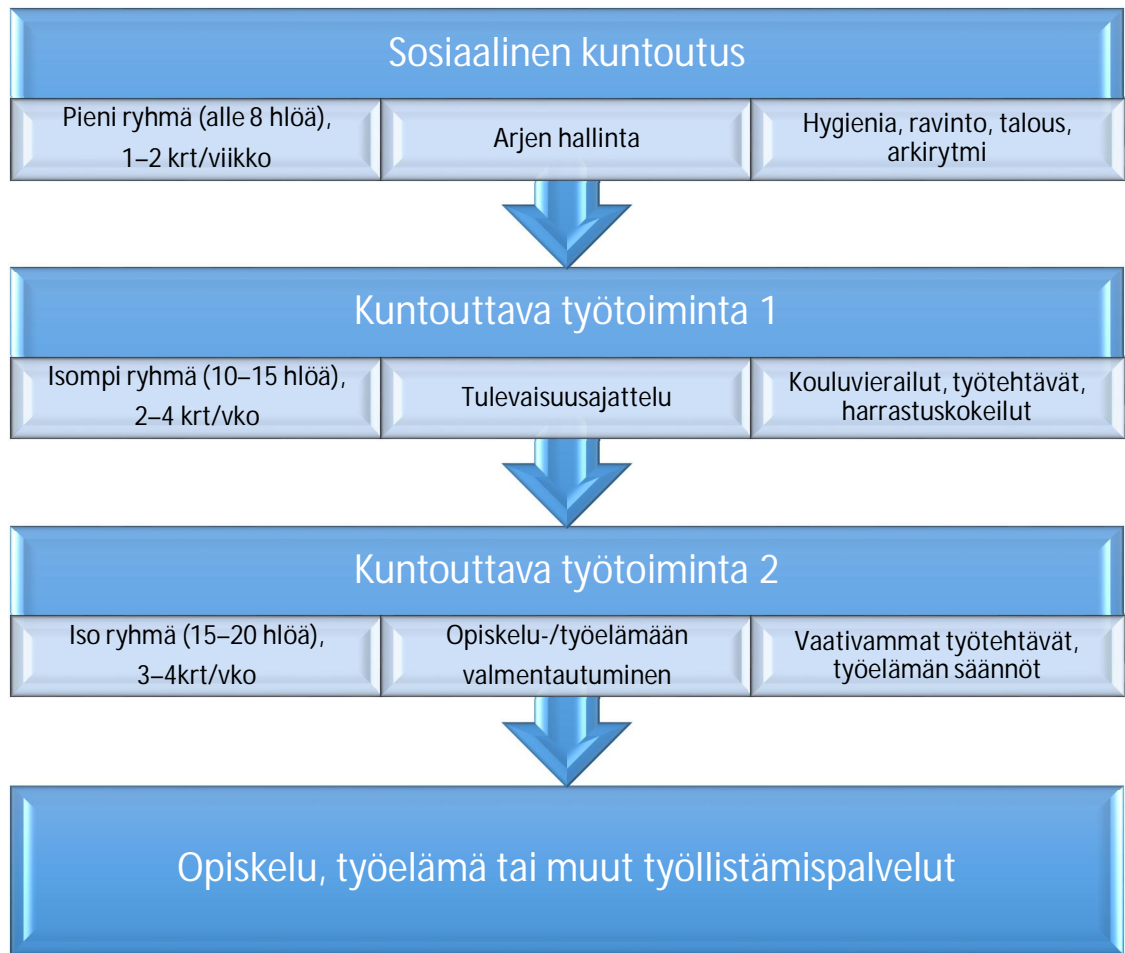
Tutkimustulosten pohjalta voi kehittää Kaarinan kaupungin kuntouttavaa työtoimintaa mahdollisuuksien mukaan monipuolisemmaksi sekä moniportaisemmaksi. Kuntouttavassa työtoiminnassa tulisi olla niin yksilö- kuin ryhmämuotoista toimintaa. Kuntouttavaa työtoimintaa olisi hyvä kehittää niin, että moniportaisuudessa muistettaisiin saattaen vaihtaen siirtyminen seuraavalle asteelle. Siirtymisessä voisi olla myös mahdollista olla samaan aikaan kahdella eri tasolla, jotta siirtyminen seuraavalle tasolle kävisi helpommin ja turvallisemmin.

Ryhmätoiminnan rinnalla voisi olla samanaikaisesti myös yksilötoimintaa esimerkiksi jossain kunnan työyksikössä. Kuntouttavasta työtoiminnasta annettua lakia on ehdotettu muutettavaksi ja yksi muutos on, että kuntouttavaan työtoimintaan sisältyy aina henkilön tarvitsema ohjaus ja tuki (HE 13/2020 vp). Niinpä kuntouttavaa työtoimintaa suunniteltaessa olisi hyvä ottaa tulevat muutokset

huomioon vahvistamalla annettavan ohjauksen ja tuen määrää lisäämällä niin yksilöllistä kuin ryhmämuotoista tukea sekä ohjauksen laadullisuutta.

Tutkimuksen pohjalta laadittiin esimerkkimalli (kuva 2), joka kuvastaa, millainen ryhmämuotoisen kuntouttavan työtoiminnan moniportaisuus voisi olla. Kuntouttavaan työtoimintaan osallistuvien kohdalla arvioitaisiin yksilöllisesti kuntouttavan työtoiminnan lähtötaso. Jokaisella portaalla voisi mielellään olla useampi vaihtoehto erilaisista ryhmistä tai toiminnoista. Eri tasojen sisällä voisi myös olla mahdollisuus lisätä asteittain toimintojen vaativuutta. Jokaisen portaan vaihe kestää osallistujien kuntoutuksen vaativan ajan. Kuntoutumiseen nähden liian nopeat siirtymiset eteenpäin tasolta toiselle saattavat aiheuttaa negatiivisia vaikutuksia siirtyjille. Toisaalta liian hidaskaan eteneminen ei ole välttämättä hyvä asia, jos toiminta ei enää motivoi tai haasta jatkamaan.

Kuvassa 2 oleva alin taso keskittyisi sosiaalisena kuntoutuksena lähinnä arjen hallinnan parantamiseen muun muassa arkirytmien, hygienian, ravinnon ja talousasioiden harjoittelun avulla. Toinen taso olisi jo varsinaista kuntouttavaa työtoimintaa, joka keskittyisi tulevaisuusajatteluun koulu- ja työpaikkavierailuilla, työtehtävillä sekä erilaisilla harrastuskokeiluilla. Kolmannella tasolla valmentauduttaisiin opiskelu- tai työpaikkaa varten vaativammilla työtehtävillä sekä opeteltaisiin työelämän pelisääntöjä. Kolmas ja viimeinen taso kestäisi niin kauan, että osallistujat pääsevät etenemään eteenpäin joko muihin työllistämispalveluihin, opiskelemaan tai avoimille työmarkkinoille.



Kuva 2. Esimerkki ryhmämuotoisen kuntouttavan työtoiminnan mallista

Ennen kuntouttavan työtoiminnan mallin (kuva 2) alinta tasoa olisi mahdollista suunnitella todella matalan kynnyksen kuntouttava työtoiminta eli verkkopaja, jossa kuntouttavaa työtoimintaa olisi etänä verkossa. Pitkään kotona olleet nuoret voisi helpommin saada mukaan toimintaan, kun pääsisi aloittamaan ryhmätoiminnan verkon kautta, mikä on monelle nuorelle tuttu toimintaympäristö. Kaikilla ei kuitenkaan ole esimerkiksi tietokonetta, joten verkossa toteutettava toiminta pitäisi olla sellainen, johon kaikilla olisi mahdollisuus. Verkossa tehtävä kuntouttava työtoiminta voisi olla alkuponnahdus varsinaiseen ryhmämuotoiseen kuntouttavaan työtoimintaan.

Etänä toimiva kuntouttava työtoiminta olisi vakavasti mietittävä asia ja sitä olisi myös mielenkiintoista kokeilla. Verkkopajan etuna olisi riippumattomuus ajasta ja toimintapaikasta. Myös verkossa tapahtuvat sosiaaliset kontaktit saattavat olla nuorille helpompi ja tutumpi lähestymistapa. Lappalaisen (2018, 134) mukaan työpajatoimintaa osallistuminen mahdollistuisi verkon kautta nuorille, joille

perinteinen työpajatoiminta on mahdotonta esimerkiksi huonojen liikenneyhteyksien, terveydellisten tai sosiaalisten syiden vuoksi. Kaarinassa tosin huonot liikenneyhteydet ovat harvoin syynä toimintaan pääsemättömyydessä.

Hallituksen esityksen mukaan kuntouttavaan työtoimintaan osallistuvilla henkilöillä on oikeus hyvään sosiaalihuoltoon, joka merkitsee sitä, että kuntouttavan työtoiminnan toteutuksen laatuun pitää kunnissa panostaa. Asiakkaiden palvelutarve määrittää palvelun sisällön. Kunta vastaa kuntouttavan työtoiminnan laadusta, vaikka ostaisi kuntouttavan työtoiminnan ulkopuolelta. (HE 13/2020) Laatu tuntuu monesti unohtuvan kuntouttavaa työtoimintaa tehtäessä ja raportoidessa. Lukumäärät ja toiminnan kuvaus ovat helppoja asioita raportoida eteenpäin, mutta toiminnan laadun arviointi on vaikeampaa. Eri toimijoiden laadun varmistaminen tai vertaaminen toisiinsa on hankalaa, jos ei ole käytössä samanlaista laatumittaristoa. Kun kuntouttavan työtoiminnan järjestävät tahot lisääntyvät ja tukea antavien työntekijöiden määrä lisääntyy, on oikeanlaisen laatumittariston kehittäminen tärkeää.

Moniammatilliset toimijaverkostot pystyvät parempaan yhteistyön käyttämällä yhtenäisiä arviointityökaluja laadun varmistamiseksi. Yhtenäinen laatumittaristo on tarpeellinen, kun on monta toimijaa järjestämässä kuntouttavaa työtoimintaa. (Karjalainen ym. 2015, 82) Työpajatoiminnalla sekä etsivällä nuorisotyöllä on käytössä sovari eli sosiaalisen vahvistumisen mittari, joka voisi toimia myös kuntouttavan työtoiminnan laatumittarina. Sovari pohjautuu asiakkaiden täyttämään anonyymiin nettikyselyyn. Sovari-mittari käsittää sosiaalisen vahvistumisen viisi osa-aluetta, jotka ovat: arjen hallinta, itsetuntemus, sosiaaliset taidot, opiskelu- ja työelämävalmiudet sekä ja elämänhallinta ja tavoitteellisuus. (Valtakunnallinen työpajayhdistys s.a.) Sovari olisi yksi hyvä vaihtoehto kuntouttavan työtoiminnan laadullisuuden mittaamiseen asiakasnäkökulmasta. Sovarin rinnalle tarvittaisiin vielä jokin muu laatumittari. Näin Kaarinan kaupunki pystyisi huolehtimaan, että kaupunkilaisille tarjottu palvelu on tarpeeksi laadukasta.

Tutkimustuloksia ja kuntouttavan työtoiminnan mallia on jo hieman hyödynnetty Kaarinan kuntouttavan työtoiminnan uudelleen organisoinnissa. Keväällä 2020 Kaarinassa kuntouttavaa työtoimintaa järjestävien tahojen muutos aiheutti tarpeellisen kehitystyön aloittamisen. Kehitystyö on vielä kesken, joten saaduilla tutkimustuloksilla on jatkossakin tarvetta niin kuntouttavan työtoiminnan sisällön

kehittämisessä kuin Kaarinan kaupungin kuntouttavan työtoiminnan mallia suunniteltaessa.

7.2 Pohdinta

Tulosten mukaan kuntouttava työtoiminta on tärkeä osa osallistujan hyvinvoinnin paranemisessa työtoiminnan aikana. Hyvinvointi parani lähinnä arjen hallinnan, tulevaisuusajattelun sekä yhteisöllisyyden paranemisen myötä. Tutkimustuloksista ei kuitenkaan selviä, kuinka kauan hyvinvointiin tehdyt parannukset tulevat kannattelemaan osallistujia elämässään eteenpäin.

Kuntouttavaan työtoimintaan osallistuvien hyvinvoinnin lähtötaso ei välttämättä ole kovin hyvä, kuten tässäkin tutkimuksessa ilmeni. Asevelvollisuuden, koulutuksen ja työn ulkopuolella olevat nuoret eivät ole homogeeninen ryhmä, vaan heidän tarpeensa vaihtelevat yksilöittäin elämäntilanteen mukaan (Myrskylä 2011, 9). Näiden toimintojen ulkopuolella olevilla nuorilla on usein alhainen koulutus sekä matala terveydentila, mikä on yleisempää kuin muilla saman ikäryhmän nuorilla (Carcillo ym. 2015, 11, 20). Nuorille suunnatuissa palveluissa pitäisi ottaa huomioon nuorten erilaiset tarpeet. Tutkimukseen osallistuvat nuoret olivat kyllä samankaltaisessa elämäntilanteessa ja heidän taustoissaankin oli monia yhtäläisyyksiä, mutta heidän odotuksensa kuntouttavalle työtoiminnalle olivat osittain erilaisia.

Tutkimuksessa selvisi, että nuoret odottavat kuntouttavalta työtoiminnalta parannusta arjen hallintaan, tulevaisuusajatteluun sekä yhteisöllisyyteen. Näiden odotusten pohjalta nuoret myös toivoivat hyvinvointinsa parantuvan kuntouttavan työtoiminnan aikana. Kuntouttava työtoiminta pystyi parantamaan osallistujien hyvinvointia. Osalla hyvinvointi parani vain vähän ja osalla enemmän jopa monella hyvinvoinnin osa-alueella. Mäntynevan (2019, 26) mukaan kuntouttavaan työtoimintaan osallistuvien elämäntilanne on usein niin haastava, että nykyisen elämäntilanteen ylläpitäminen saattaa jo olla suuri tehtävä ja kuntouttavaan työtoimintaan osallistumisen aika on liian lyhyt suureen muutokseen.

Tutkimuksen tulokset myötäilivät melko pitkälti Karjalaisen & Karjalaisen (2010), Hakkaraisen (2017) sekä Mäntynevan (2019) näkemyksiä kuntouttavan työtoiminnan merkityksestä osallistujan hyvinvoinnille. Heidän tutkimustensa

mukaan kuntouttava työtoiminta muun muassa paransi arkirytmiiä ja säännöllisyyttä, antoi mielekästä tekemistä ja sosiaalista kanssakäymistä. Tutkimuksiin osallistuvat olivat kohtuullisen tyytyväisiä elämäntilanteeseensa, ja kuntouttava työtoiminta oli parantanut heidän hyvinvointiaan ja antoi myönteisemmän tulevaisuuden näkymän, vaikka kuntouttavasta työtoiminnasta ei helposti siirrytä esimerkiksi työelämään. Näissä tilanteissa kuntouttavan työtoiminnan sosiaalisesti kuntouttava elementti näytti toimivan oikein hyvin.

Nuoret nostivat haastatteluissa esille juuri näitä samoja asioita. He kuvailivat monipuolisesti hyvinvointiin liittyviä asioita. Myös Juntusen (2018, 47) tutkimuksessa nuoret ymmärsivät hyvinvoinnin käsitteen hyvin laajasti tarkoittaen niin fyysisiä, psyykkisiä kuin sosiaalisiakin voimavaroja. Nuorten mielestä hyvinvointi tarkoittaa muun muassa itsestä huolehtimisesta, nukkumista, onnellisuutta, kavereita, terveyttä, ryhmään kuuluvuutta, ruokaa sekä kuntoa. (Juntunen 2018, 47.) Niin Juntusen kuin tämänkin opinnäytetyön perusteella vahvistuu ajatus subjektiivisesta hyvinvoinnista siinä, että ihminen määrittää itse, mitä hyvinvointi milloinkin tarkoittaa hänen eri elämäntilanteissaan (Hoffrén ym. 2010, 16).

Tutkimuksen mukaan nuorten hyvinvointi parani kuntouttavan työtoiminnan aikana varsinkin arjenhallinnan osalta. Arjenhallinta parani haastateltavilla useammalla eri osa-alueella. Kehitystä tapahtui muun muassa säännöllisessä arkirytmisissä, itsestä huolehtimisessa, ravinnossa, taloudessa, mutta he kaipasivat tulevaisuudessa lisää liikuntaa, jotta myös fyysinen kunto paranisi. Myös Mäntynevan (2019, 21) tutkimuksessa kävi ilmi, että kuntouttava työtoiminta lisää toimintakykyä ja -valmiutta muun muassa säännöllistyneen arkirytmien, osaamisen vahvistumisen ja oma-aloitteisuuden perusteella.

Haimin (2016, 59) mukaan työpajatoiminnan merkitys työttömyysajan arkirytmien ylläpitäjänä korostui hyvinvointia vahvistavana toimintamuotona, jonka sivutuotteenä nuori saa vahvistusta omille sosiaalisille taidoilleen. Työpajatoiminta on rinnastettavissa kuntouttavaan työtoimintaan. Myös tämä opinnäytetyö osoitti saman eli arkirytmien ja sosiaalisten taitojen kehittymisen tärkeyden hyvinvoinnin kohentajina.

Nuorten toive lisätä liikuntaa hyvinvoinnin parantamiseksi on syytä huomioida. Huhta (2015, 49–56) on tutkinut liikunnan merkitystä työttömille nuorille. Tutkimuksessa todetaan liikunnan myönteisiä vaikutuksia hyvinvointiin, kun nuoret saavat mielekästä tekemistä ja sosiaalisia kontakteja arkeen. Huhdan tutkimuksen mukaan oma aktiivisuus kodin ulkopuolella parantaa hyvinvointia. (Huhta 2015, 49–56.)

Hyvinvointia lisää myös taloudellisen tilanteen paraneminen. Nuoret ovat tyytyväisiä kuntouttavasta työtoiminnasta saatavaan taloudelliseen hyötyyn. Pienikin taloudellinen hyöty lisää motivaatiota osallistua kuntouttavaan työtoimintaan (Ulfves ym. 2010, 22–23). Mäntynevan ja Isolan (2019, 258) mukaan kuntouttavaan työtoimintaan osallistuminen luo nuorille taloudellista turvaa, joka puolestaan mahdollistaa saavuttamaan omia tavoitteita työelämän ulkopuolella. Kuntouttavan työtoiminnan osallistujat voisivat Mäntynevan ja Isolan mukaan hyötyä myös muunlaisesta tuesta kuten erilaisista kurssimaksujen hyvityksistä tai vapaalipuista tapahtumiin. Näin osallistujat voisivat selvitä paremmin omassa arjessaan. Tällainen muu lisätuki voisi olla erittäin hyödyllinen nuorten hyvinvointia ajatellen. Nuoret saisivat uusia mahdollisuuksia laajentaa toimintaympäristöään, koska monet asiat pysähtyvät taloudelliseen esteeseen. (Mäntyneva & Isola 2019, 258.)

Kuntouttavaan työtoimintaan osallistuminen lisäsi myös yhteisöllisyyden tunnetta nuorten parissa. Lousteen (2016, 74) mukaan yhteisöllisyys saattaa olla yksi syy osallistua kuntouttavaan työtoimintaan, sillä yhteisöllisyyden avulla nuoret tuntevat kuuluvansa ryhmään, saavansa arvostusta ja oppivansa sosiaalisuutta. Sosiaalinen pääoma syntyy kuulumalla sosiaalisiin ja yhteisöllisiin verkostoihin, joiden avulla vuorovaikutus muuttuu voimaannuttavaksi elementiksi, josta saa elämäniloa ja tyydytystä (Törrönen 2016, 50–51). Sosiaalisen toiminnan kontekstissa sosiaalisella taitavuudella voidaan nähdä olevan monia niin hyvinvointia kuin terveyttä edistäviä piirteitä. Ihmisille on tärkeää kuulua sosiaalisiin ryhmiin ja yhteisöihin, joissa voi olla eri tavoilla sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Sosiaaliset taidot lisäävät ihmisille mielekkyyden ja merkityksellisuuden kokemuksia sekä parantavat hyvinvointia. (Saaranen-Kauppinen 2014, 65.) Varsinkin nuorille juuri sosiaalinen hyvinvointi on tärkeää (Gjerstad 2014, 100).

Ollikainen (2016, 24) on tunnistanut kolme hyvinvoinnin ulottuvuutta, jotka ovat itsetuntemus, hyvä olo sekä ihmissuhteet, johon olennaisena osana kuuluvat voimaannuttavat sosiaaliset yhteisöt. Sosiaalisella pääomalla on iso osa hyvinvoinnin muodostumisessa. (Ollikainen 2016, 24.) Arvostus ja hyväksyntä luovat hyvää ilmapiiriä ja sitä kautta lisäävät yhteenkuuluvuutta sekä parantavat hyvinvointia (Mäntyneva 2019, 24). Yksi ihmisten perustarve on, että he tuntevat olevansa tärkeitä toisille ihmisille. Myönteinen tunnistaminen, jolloin nuoret kokea tulevansa hyväksytyksi, voi edistää haasteellistenkin nuorten hyvinvointia. (Kallio ym. 2015. 9, 18.)

Toisaalta taas hyvinvointia heikentää, jos yksilöt eivät kuulu mihinkään yhteisöön tai ei tunne, että yhteisö hyväksyisi heidät (Törrönen 2016, 52). Yhteisöllisyys ei tutkimuksen mukaan kanna toiminnan päätyttyä. Osallistujista ei tullut kavereita toiminnan aikana, eivätkä he usko olevansa missään tekemisissä toisensa kanssa ryhmän loputtua. Törrösen (2016, 51) mukaan yksilöiden välinen suhde kestää vain niin kauan kuin on vuorovaikutusta ja suhde menettää merkityksensä, jos vuorovaikutusta heidän välillään ei ole. Jos siis nuoret palaavat kuntouttavan työtoiminnan jälkeen vain olemaan kotiinsa, tulee heidän kokemansa hyvinvointi todennäköisesti huononemaan. Niinpä onkin tärkeää, että kuntouttavan työtoiminnan aikana työntekijät ja nuoret suunnittelevat yhdessä nuorten seuraavan siirtymisen kuntouttavasta työtoiminnasta eteenpäin.

Tutkimuksen mukaan kuntouttavan työtoiminnan aikana tulevaisuus alkoi näyttäytyä nuorille positiivisempana. He eivät vielä saaneet selville, mitä he haluaisivat opiskella, mutta tulevaisuus ei näyttäydy heille enää niin pelottavana. Nuoret kokivat, että vasta hyvinvoinnin parannuttua he pystyivät paremmin keskittymään tulevaisuuteen, jonka pohtimiseen he haluaisivat jatkossa panostaa. Myös Mäntynevan (2019, 25) tutkimuksen perusteella kuntouttava työtoiminta luo myönteisiä tulevaisuushorisontteja, sillä myönteiset kokemukset ja onnistumiset luovat uskoa tulevaisuuteen sekä omiin mahdollisuuksiin.

Kuitenkin ilman myönteisiä siirtymiä kuntouttavan työtoiminnan jälkeen jää toiminnan luoma toivo katteettomiksi lupauksiksi. Toisaalta taas siirtymiin pitää antaa osallistujille aikaa kuntoutua tarpeeksi, että siirtymä tapahtuu oikeaan aikaan. Usein kuntouttavassa työtoiminnassa tarkoituksena on aluksi voimavaro-

jen kartuttaminen tai edes nykyisen elämäntilanteen ylläpitäminen. Koulutukseen ja palkkatyöhön pyrkiminen voi olla täysin toissijaista. (Mäntyneva 2019, 26–29.) Tämä on hyvä ottaa huomioon nuorten tavoitteita suunniteltaessa. Tutkimustulosten mukaan kuntouttavaan työtoimintaan osallistuvilla nuorilla pitäisi olla myös lyhyemmän tähtäimen tavoitteita kuntouttavan työtoiminnan jaksolle.

Kuntouttavalle työtoiminnalle pitäisi antaa aikaa ja sen tavoitteet pitäisi olla yksilöllisesti suunniteltu osallistujan tavoitteiden mukaisesti. Kuntouttavaa työtoimintaa varten aktivointisuunnitelmassa laaditaan jokaiselle nuorelle tavoite, joka usein on arjen hallinnan paraneminen sekä tulevaisuuden tai oman alan löytyminen, mitkä eivät ole riittävät tavoitteet. Lousteen (2016, 113) mukaan kuntouttava työtoiminta tarvitsee realistisempia lyhyen tähtäimen tavoitteita aktivointisuunnitelman pitkän tähtäimen tavoitteiden rinnalle. Ryhmämuotoisessa kuntouttavassa työtoiminnassa tavoitteita voi asettaa myös ryhmän mukaan (Gretschel & Hästbacka 2016,23). Aktivointisuunnitelmaan on hyvä kirjata riittävä ohjauksen ja tuen saanti sekä niiden sisältö (HE 13/2020).

Kuntouttavan työtoiminnan jaksot saattavat jäädä liian lyhytkestoisiksi, vaikka niitä ketjutettaisiin (Mäntyneva & Louste 2019, 246, 258). Kuntouttavalle työtoiminnalle täytyy antaa aikaa, jotta siirtymiä toiminnasta eteenpäin ei tehdä liian aikaisin. Osalla osallistujista kuntoutuminen esimerkiksi koulukuntoiseksi vie aikaa. Näille osallistujille tulisi antaa mahdollisuus kuntoutumiseen erilaisilla kuntouttavan työtoiminnan toiminnoilla. Myöskään nuorten hyvinvointi ei välttämättä parane lyhyessä ajassa tarpeeksi kannattaakseen siirtymässä eteenpäin. Kuntouttava työtoiminta on kuitenkin toimintamahdollisuus, joka antaa osallistujien elämään tärkeitä merkityssisältöjä.

Kuntouttavassa työtoiminnassa jäljitellään työssä käyvän ihmisen normaalia arkielämää ja työssäkäyntiä työtoiminnan taukojen, ryhmätoiminnan ja retkien avulla. Kuntouttavan työtoiminnan sisältämän palveluohjauksen merkitys korostuu koulutukseen ja työelämään hakeutumisessa. (Mts. 258.) Nuoretkin kaipaivat tutkimuksen mukaan työntekoa, tosin kevyttä työtä, mutta työtä he kuitenkin halusivat tehdä. Nuoret kokivat, että työn teko on yksi asia, joka sai heidät tuntemaan olonsa normaaliksi, mikä taas paransi heidän hyvinvointiaan. Nuoret tunnistivat, että heistä ei ole vielä työ- tai opiskeluelämään, mutta he halusivat

suunnata pikkuhiljaa sitä kohti. Nuorten ehdottama moniportaisuus ryhmämuotoisessa kuntouttavassa työtoiminnassa voisi toimia. Näin työtehtävät, työpaikan säännöt ja aikataulut voisivat muuttua vaativimmiksi matkalla tasoja pitkin ylöspäin siirryttäessä. Hallituksen esityksen mukaan erityisesti nuorten kohdalla toiminnan järjestäminen ryhmämuotoisena voisi olla hyvinkin perusteltua (HE 13/2020).

Tutkimuksen mukaan nuoret halusivat kuntouttavan työtoiminnan olevan jatkossakin ryhmämuotoista, mutta heidän mielestään olisi hyvä olla vaihtoehtona yksilömuotoinen kuntouttava työtoiminta. Nuoret kaipasivat kuntouttavaan työtoimintaan myös lisää vaihtoehtoja, eri tasoja, joista laadittu esimerkki on kuvattu kuvassa kaksi, sekä mahdollisuutta itse valita kuntouttavan työtoiminnan paikan, jolloin nuorten osallisuus omaan elämäänsä lisääntyy. Periaatteessa aikaisemminkin paikan on saanut valita itse, mutta vaihtoehtojen puute on tehnyt valinnasta hyvin näennäisen. Kuntouttavan työtoimintaan osallistuvien nuorten onnistumisprosentti paranee, jos osallistuminen työtoimintaan on omaehtoista. (Mäntyneva 2019, 25).

Nuoret kaipasivat tutkimuksen mukaan kuntouttavalta työtoiminnalta enemmän varsinaista työntekemistä ja vähitellen työelämätaitojen opettelemista. Karjalaisen ja Karjalaisen (2010) mukaan kuntouttavaan työtoimintaan osallistuvat halusivat monipuolista ja konkreettista tekemistä. Työelämätaitojen oppiminen onkin tärkeää tulevaisuuden työllistymisen näkökulmasta (Marttila 2016, 55). Kuntouttavan työtoiminnan tarjontaan voisi Mäntynevan ja Lousteen mukaan (2019, 259) lisätä vapaata sivistystyötä sekä poliittiseen toimijuuteen liittyviä sisältöjä. Kuntouttavan työtoiminnan on siis hyvä olla monipuolista ja yksilöllisesti suunniteltua toimintaa, jotta hyvinvoinnin eri osa-alueita saadaan parannettua. Kuntouttava työtoiminta on tavoitteellista toimintaa, minkä avulla pyritään ennalta määriteltävään lopputulokseen eli nuorten omiin tavoitteisiin.

7.3 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Aineiston keruu tutkimusta varten onnistui hyvin. Teemahaastattelun sijaan olisi ollut mielenkiintoista kokeilla omaa oppimista ajatellen jotain muuta aineiston keruumenetelmää, mutta silloin riski siitä, että aineistoa ei olisi saatu tutkimukseen riittävästi, olisi kasvanut. Tutkimukseen osallistunut kohdejoukko ei ole kovin

sosiaalinen tai puhelias, joten se piti ottaa huomioon tutkimusmenetelmän valinnassa. Näille nuorille tutussakin ryhmässä uudet sosiaaliset tilanteet saattavat olla hyvin vaikeita, mikä on tullut todettua muutamassa opiskelujia varten tehdyssä ohjaustilanteessa. Teemahaastattelu oli siis varma valinta, tosin siinäkin hieman epäilytti riittävän tutkimusaineiston saaminen. Mielestäni haastattelut onnistuivat kuitenkin hyvin ja sain kattavan aineiston. Se, että molemmilla haastattelukerroilla olivat samat haastateltavat, toi tutkimukseen lisää syvyyttä ja luotettavuutta.

Tutkimusta tehdessäni jouduin usein miettimään, milloin olen tutkija ja milloin taas työntekijä. Tutkimuskysymykset täytyi pohtia niin, että niistä oli hyötyä tutkimukselle eikä itselleni työntekijänä. Myös haastattelurunkojen laatimisessa täytyi miettiä tarkkaan aiheet ja kysymykset, jotta ei itse vaikuttanut tutkimuksen suuntaan. Haastattelijana kaksoisrooli tutkijana ja työntekijänä näkyi. Jos olisin ollut vain haastattelijana, eivät haastateltavat olisi kyselleet omista asioistaan kesken haastattelun. Toisaalta haastateltavat olivat luultavasti avoimempia kuin silloin, jos haastattelijana olisi ollut tuntematon. Haastatteluissa täytyi miettiä tarkkaan, miten sanansa asetteli, jotta ei vahingossakaan johdatellut vastaajaa tiettyyn suuntaan vastauksissaan. Haastatteluissa haastateltavia kohdeltiin oman asiansa eli kuntouttavan työtoiminnan ja oman hyvinvointinsa asiantuntijoina.

Mielestäni onnistuin hyvin kaksoisroolissa haastattelijana ja työntekijänä. Tutuna työntekijänä sain helposti luotua turvallisen ilmapiirin haastattelua varten ja näin nuoret kertoivat avoimesti luottamuksellisiakin asioita. Toisaalta voisi pohtia, olisiko ulkopuolinen haastattelijana voinut tuoda vastauksiin jotain uutta. Haastatteluja varten tehtyjä haastattelurunkoja ei juurikaan ensimmäisen haastattelun jälkeen tarvinnut käyttää. Tehdyt haastattelurungot toimivat haastattelujen pohjalla hyvin, vaikka yksi parannus selvisi vasta tulosoosuutta kirjoitettaessa. Nuorten hyvinvoinnin lähtötasoa ja mahdollista paranemista varten olisi ehkä voinut olla jonkinlainen mittari. Tällöin hyvinvoinnin paraneminen olisi ollut helpommin mitattavissa ja kerrottavissa oleva asia. Vähän tai paljon ovat varsin epämääräisiä vastauksia ja riippuvaisia niin vastaajien käsityksistä kuin analysoijan ymmärryksestä.

Tutkimuksen alku toiseen teemahaastatteluun asti meni suunnitellun aikataulun mukaisesti. Tutkimuksen piti olla valmis vuoden 2019 jouluksi, jotta tutkimustuloksia saataisiin nopeasti hyödynnettyä, mutta tutkimus valmistui vasta keväällä 2020. Ensimmäisen haastattelun aineisto oli analysoitu keväällä 2019 ja toisen haastattelun aineisto oli pääpiirteissään analysoitu syksyllä 2019, joten saatuja tuloksia voitiin hyödyntää jo kevään 2020 aikana Kaarinan kuntouttavaa työtoimintaa suunniteltaessa. Osallistuin itse kyseisiin kehittämispalaveriin nuorisopalvelujohtajan viransijaisena ja näin tutkimustulosten hyödyntäminen oli helppoa ja mahdollista.

Tutkimuksessa on hyvä pohtia tutkimuksen luotettavuutta jo suunnitteluvaiheessa. Luotettavuusmenetelmien tarkoituksena on saada totuudenmukainen tutkimustulos, joka on joka tavalla luotettava ja uskottava. (Kananen 2019, 31.) Luotettavuutta ja laatua käsitellään tieteellisessä tutkimuksessa reliabiliteetin eli tulosten pysyvyyden sekä validiteetin eli oikeiden asioiden tutkimisen avulla. Luotettavuus alkaa jo tutkimusongelmasta eli tutkimusongelman oikein määrittelystä. Kerätyn tutkimusaineiston täytyy olla riittävää ja aitoa. Myös aineistosta tehtyjen tulkintojen ja johtopäätösten tulee olla oikeita. Reliabiliteetti tarkoittaa, että uusittaessa tutkimus saataisiin samanlaiset tutkimustulokset. Näin mahdollinen uusintamittaus vahvistaisi saadut tutkimustulokset. Tutkimuksen validiteetti liittyy tutkimusasetelmaan sekä osittain myös aineiston oikeaan analysointiin. Luotettavuustarkastelu tutkii, onko tutkimuksen kaikki vaiheet tehty oikein. (Kananen 2017, 174–175.)

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointimenetelmiä ovat saturaatio aineistonkeruussa, informanttien vahvistus eli tiedonantajan vahvistus, *member* eli tulkinnan vahvistus, ulkopuolisiin lähteisiin vetoaminen sekä sisäinen loogisuus eli tutkinnan ristiriidattomuus, jolloin tutkimustulokset ovat johdettu oikein saadusta aineistosta (Creswell 2007, 202–220). Tässä tutkimuksessa haastateltavina oli vain viisi henkilöä, mutta uskon, että tämä riitti saturaatioon. Saturaatio eli kylläntyminen tarkoittaa tutkimustulosten toistoa haastateltavien vastauksissa (Kananen 2017, 179). Tehdyllä tutkimuskysymysten asettelulla ei Kaarinasta löytyisi samassa tilanteessa olevia nuoria vastamaan haastatteluun, joten suurempi vastaajamäärä ei edes olisi mahdollista. Vaikka haastateltavia

olisi ollut enemmän, tutkimustulokset tuskin olisivat paljoa poikenneet nykyisistä. Jos tutkimus toistettaisiin toisen samankaltaisen kuntouttavan työtoiminnan ryhmällä, niin tutkimustulokset luultavasti olisivat hyvin samankaltaiset.

Tutkimuksen tulosten luotettavuutta voidaan parantaa informantin vahvistuksella eli luetuttaa aineisto ja tulkinta haastateltavalla (Mts. 177). Ensimmäisen haastattelun pohjalta saatujen tulosten rungon eli odotukset kuntouttavalle työtoiminnalle kävin haastateltavien kanssa läpi ennen toista haastattelua, jotta olen varmasti ymmärtänyt asiat samalla tavalla kuin haastateltava itse. Näin myös haastateltavat muistivat paremmin toisessa haastattelussa, mitkä heidän odotuksensa olivat kuntouttavalle työtoiminnalle ja mitkä heidän ajatuksensa olivat omasta hyvinvoinnistaan ensimmäisen haastattelun aikana. Tämä informantin vahvistus oli helppo toteuttaa toisessa haastattelussa, koska työskentelin silloin haastateltavien kanssa ja haastateltavina olivat molemmilla haastattelukerroilla samat henkilöt. Toisen haastattelun tuloksia en enää vahvistanut nuorilta.

Vahvistusta omille tulkinnoille voidaan hakea aikaisemmin aiheesta tehdyistä tutkimuksista. Pohjana luotettavuustarkastelulle on myös riittävä dokumentaatio, jonka avulla pystytään perustelemaan tutkimuksen eri vaiheissa tehdyt ratkaisut. (Mts. 178–179.) Tutkimuksen analyysivaiheesta on esitetty opinnäyte-työssä kolme esimerkkiä analyysipolusta. Tulososiossa on haastateltavien suoria lainauksia vastauksista, joka myös lisää tutkimuksen luotettavuutta ja avoimuutta. Pohdinnassa taas peilattiin tämän tutkimuksen tuloksia muihin vastaavanlaisiin tutkimuksiin. Tutkimustulokset olivat samankaltaisia muissakin tutkimuksissa, joten siinä suhteessa tämä tutkimus vaikuttaa luotettavalta. Jo teoreettisessa viitekehyksessä esiintyi samanlaisia asioita kuin tutkimuksessa nousi esiin.

Arja Kuula (2011) on mallintanut ihmistieteellisen tutkimuksen periaatteita käyttämällä normeja, jotka ilmentävät tutkittavien ihmisarvoa kuten itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, henkisen ja fyysisen vahingoittamisen välttäminen sekä ihmisten yksityisyyden kunnioittaminen ja suojeleminen. Haastateltaville on tehty alussa selväksi, että osallistuminen tutkimukseen on täysin vapaaehtoista ja haastattelut tulevat vain minun käyttööni tutkimuksen tekoa varten. Ker-

roin myös, että tutkimuksessani käytän tietoja niin, että haastateltavien anonyymiteetti säilyy mahdollisimman hyvin. Nuorten tutkimuksessa etiikka liittyykin vahvasti siihen, miten tutkitaan ja raportoidaan (Laukkanen ym. 2018, 76). Haastattelujen nauhoitukset sekä litteroinnit säilytin tutkimuksen teon aikana huolella, jotta niitä eivät päässeet ulkopuoliset henkilöt näkemään. Kerätyssä materiaalissa ei lue haastateltavien nimiä, vaan jokaisella on oma koodinsa. Tutkimuksen valmistuttua kerätty tutkimusmateriaali hävitetään.

7.4 Jatkotutkimusehdotukset

Opinnäytetyön pohjalta syntyi ajatuksia aiheen mahdollisista jatkotutkimuksista. Tässä opinnäytetyössä todettiin, että kuntouttavalla työtoiminnalla on merkitystä osallistujien hyvinvoinnin paranemiseen. Tutkimuksesta ei kuitenkaan selvinnyt, kauanko tämä merkitys hyvinvoinnille kestää. Olisi hyödyllistä tehdä samoille haastateltaville esimerkiksi vuoden tai kahden päästä kuntouttavan työtoiminnan loppumisesta uusi haastattelututkimus, jonka tarkoituksena olisi selvittää, miten kauan kuntouttavan työtoiminnan merkitys hyvinvoinnille on kestänyt. Ehkä tutkimuksen voisi uusida vielä myöhemmin kolmannen kerran ja näin selvittää, onko hyvinvoinnin paraneminen kuntouttavan työtoiminnan avulla lyhyt- vai pitkäkestoista. Jatkotutkimuksissa voitaisiin tutkia myös, mitkä asiat kuntouttavassa työtoiminnassa ovat niitä, jotka vaikuttavat osallistujien hyvinvointiin pitkäaikaisesti ja mitkä taas ovat niitä asioita, joiden merkitys on hyvin lyhytkestoista.

Tutkimuksen aikana heräsi toinenkin pohdittava asia koskien kuntouttavan työtoiminnan laatua. Millainen laatutaso kuntouttavalla työtoiminnalla pitäisi olla, jotta kuntouttavan työtoiminnan avulla voitaisi parantaa osallistujan hyvinvointia, niin että hän pääsisi elämässään eteenpäin? Millaista toimintaa kuntouttavassa työtoiminnassa pitäisi järjestää, jotta laatukriteerit täyttyisivät? Miten vaadittu laatutaso voitaisiin saavuttaa ja ylläpitää? Miten laatutasoa voitaisi mitata? Tällaisen tutkimuksen pohjalta voisi laatia Kaarinan kaupungin kuntouttavassa työtoiminnassa käytettävän laatumittariston.

Kolmas tutkittava asia kuntouttavasta työtoiminnasta voisi olla taloudellinen. Millaiset kustannukset erilaisista kuntouttavista työtoiminnoista syntyy? Millainen toiminta olisi kustannustehokasta taloudellisesti, mutta silti laadukasta ja

parantaisi osallistujan hyvinvointia? Madaltaako kustannustehokkuus kuntouttavassa työtoiminnassa laatua? Kettunen ym. (2018) ovat pohtineet artikkelissaan taloudellisia perusteluja sosiaaliselle kuntoutukselle ja jotain tällaista vastaavaa taloudellista tietoa olisi mielenkiintoista saada Kaarinan järjestämästä toiminnasta. Kuntapäätäjille kuitenkin talousluvut merkitsevät, niin siihen tällainen tutkimus voisi auttaa.

Yhtenä tutkittavana asiana voisi olla myös kuntouttavan työtoiminnan järjestäminen etänä verkon kautta. Nyt koronaviruksen aiheuttaman tilanteen vuoksi on Kaarinassakin alkanut etsivien nuorisotyöntekijöiden ohjaama kuntouttavan työtoiminnan ryhmä etänä verkossa. Tästä toiminnasta olisi mielenkiintoista saada kerättyä tuloksia ja kehitettyä mahdollisesti toimintaa eteenpäin yhtenä kuntouttavan työtoiminnan mahdollisuutena muiden toimintojen rinnalla.

Kuntouttavan työtoiminnan voidaan siis sanoa tutkitusti parantavan nuorten aikuisten hyvinvointia ja opinnäytetyössä saatiin laadittua kehittämisohjeita Kaarinan kaupungille kuntouttavan työtoiminnan järjestämiseksi. Jatkotutkimusten myötä kuntouttavaa työtoimintaa saataisiin kehitettyä yhä laadukkaammaksi ja toimivammaksi. Kuntouttavan työtoiminnan kehittäminen parantaa myös kuntalaisten hyvinvointia. Kuntalain mukaan kunnan tehtäviin kuuluu hyvinvoinnin edistäminen sekä palveluiden järjestäminen kuntalaisilleen niin sosiaalisesti, taloudellisesti kuin ympäristöllisesti kestäväällä tavalla (Kuntalaki 1. §).

LÄHTEET

- Aaltonen, S., Berg, P. & Ikäheimo, S. 2015a. Johdanto. Teoksessa Aaltonen, S., Berg, P. & Ikäheimo, S. (toim.) Nuoret luukulla. Kolme näkökulmaa syrjäytymiseen ja nuorten asemaan palvelujärjestelmässä. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 160. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, 9–11.
- Aaltonen, S., Berg, P. & Ikäheimo, S. 2015b. Lopuksi: mitä rekisterit ja haastattelut kertovat meille syrjäytymisestä, nuorista ja palveluista? Teoksessa Aaltonen, S., Berg, P. & Ikäheimo, S. (toim.) Nuoret luukulla. Kolme näkökulmaa syrjäytymiseen ja nuorten asemaan palvelujärjestelmässä. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 160. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, 128–133.
- Aaltonen, S. & Kivijärvi, A. 2017. Hyvinvointipalvelut ja nuoret aikuiset –Ohjausta monimutkaistuneissa siirtymissä. Teoksessa Aaltonen, S. & Kivijärvi, A. (toim.) Nuoret aikuiset hyvinvointipalvelujen käyttäjinä ja kohteina. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 198. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, 7–23.
- Airio, I. & Niemelä, M. 2013. Työmarkkinatuen saajien koettu terveys ja toimeentulo. Teoksessa Niemelä, M. & Saari, J. (toim.) Huono-osaisten hyvinvointi Suomessa. Helsinki: Kelan tutkimusosasto, 44–61.
- Allardt, E. 1976. Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Porvoo: WSOY.
- Allardt, E. 1998. Hyvinvointitutkimus ja elämänpolitiikka. Teoksessa Roos, JP. & Hoikkala, T. (toim.) Elämänpolitiikka. Helsinki: Gaudeamus, 34–53.
- Alvehus, J. 2019. Skriva uppsats med kvalitativ metod. En handbok. Upplaga 2. Stockholm: Liber AB.
- Berg, N., Huurre, T., Kiviruusu, O. & Aro, H. 2011. Nuoruusiän huono-osaisuus ja sen kasautumisen yhteys kuolleisuuteen. Seurantatutkimus 16-vuotiaista nuorista. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 48 (3), 168–181. Verkkolehti. Saatavissa: <https://journal.fi/sla/article/view/4499> [viitattu 20.5.2020].
- Blomgren, S., Karjalainen, J., Karjalainen, P., Kivipelto, M., Saikkonen, P. & Saikku, P. 2016. Sosiaalityö, palvelut ja etuudet muutoksessa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 4/2016. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinninlaitos.
- Böckerman, H. 2018. Sosiaalinen kuntoutus työelämäosallisuutta edistämässä. Teoksessa Kostilainen, H. & Nieminen, A. (toim.) Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Diak työelämä/Diakonia-ammattikorkeakoulu. Julkaisuja 13. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu, 231–244.
- Carcillo, S., Fernández, R., Königs, R. & Minea, A. 2015. NEET youth in the Aftermath of the Crisis: Challenges and policies. OECD Social, Employment and Migration Working Papers. No. 164. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://doi.org/10.1787/5js6363503f6-en> [viitattu 9.4.2020].

Creswell, J. W. 2007. Research design: Qualitative & quantitative approaches. 4th edition. PDF-dokumentti. Saatavissa: [URL:https://doi.org/10.5539/elt.v12n5p40](https://doi.org/10.5539/elt.v12n5p40) [viitattu 9.4.2020].

Eskola, J. 2018. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat: Laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. 5. uudistettu ja täydennetty painos. Jyväskylä: PS-kustantaja, 209–232.

Eskola, J., Lätti, J. & Vastamäki, J. 2018. Teemahaastattelun lyhyt selviytymisopas. Teoksessa Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineiston keruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustantaja, 27–51.

Gjerstad, E. 2014. Nuorten itsetuhoisuus tarkoituksettomuuden oireena. Teoksessa Purjo, T. & Hannila, P. (toim.) Tarkoituksettomuus nuorten itsemurhien ehkäisyssä. Non Fighting Generation ry. Kirjasarja 8. Helsinki: Non Fighting Generation: BoD-Books on Demand cop, 34–135.

Gretschel, A. & Hästbacka, N. 2016. Onnistunut monialainen nuorten kohtaamisen malli - Arviointi Kaikki käy koulua -toiminnan vaikutuksista. Helsingin kaupungin nuorisosiainkeskus. Julkaisuja 1/2016. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisuja 109. PDF-dokumentti. Saatavissa: http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/kaikkikaykoulu_tutkimus.pdf [viitattu 20.5.2020].

Haikkola, L., Näre, L. & Lähteenmaa, J. 2017. Tunnistamisen institutionaaliset kontekstit. Nuoret työttömät aktivointitoimenpiteissä. Teoksessa Aaltonen, S. & Kivijärvi, A. (toim.) Nuoret aikuiset hyvinvointipalvelujen käyttäjinä ja kohteina. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 198. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, 53–78.

Haimi, O. 2016. Pitkäaikaistyöttömän nuoren hyvinvointi. Hyvinvoinnin koostumus ja osatekijät. Mikkelin ammattikorkeakoulu. Järjestö- ja nuorisotyön koulutus (yamk). Opinnäytetyö. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2016120118522> [viitattu 27.4.2020].

Hakala, J. 2018. Toimivan tutkimusmenetelmän löytäminen. Teoksessa Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustantaja, 14–26.

Halme, N., Hedman, L., Ikonen, R. & Rajala, R. 2018. Lasten ja nuorten kouluterveyskysely 2017: Kouluterveyskyselyn tuloksia. THL. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-115-7> [viitattu 27.4.2019].

Hakkarainen, J. 2017. Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden näkemyksiä ja kokemuksia hyvinvoinnista. Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu. Järjestö- ja nuorisotyön koulutus (yamk). Opinnäytetyö. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201705026082> [viitattu 12.2.2019].

HE 13/2020. Hallituksen esitys eduskunnalle laiksi kuntouttavasta työtoiminnasta annetun lain muuttamisesta.

Helenius, S. 2014. Hyvinvoinnin osatekijät työ- ja toimintakykyä tukemassa ja heikentämässä. Lapin yliopisto. Sosiaalityön koulutusohjelma. Pro gradu -tutkielma. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/61537/Helenius.Soile.pdf?sequence=2&isAllowed=y> [viitattu 27.4.2020].

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu, Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Vuonna 2000 julkaistun ensimmäisen painoksen muuttamaton lisäpainos. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

Hoffrén, J., Lemmetyinen, I. & Pitkä, L. 2010. Esiselvitys hyvinvointi-indikaattoreista: Mittareiden vertailu ja kehittämiskohteet. Sitran selvityksiä 32. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://kestavakehitys.fi/documents/2167391/2402759/Esiselvitys+hyvinvointi-indikaattoreista.pdf> [viitattu 1.4.2020].

Honkatukia, P. 2018. Haastattelu nuorisotutkimuksen metodina. Teoksessa Kiilakoski, T. & Honkatukia, P. (toim.) Miten tutkia nuoria ja nuorisotyötä. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 206. Tampere: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino, 149–170.

Honkatukia, P., Kiilakoski, T. & Suurpää, L. 2018. Aineistosta analyysiin. Teoksessa Kiilakoski, T. & Honkatukia, P. (toim.) Miten tutkia nuoria ja nuorisotyötä. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 206. Tampere: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino, 351–371.

Honkkila, T. 2015. Riittävä toimeentulo takaa hyvinvointia. Tieto & Trendit. Verkkoartikkeli. Saatavissa: <http://www.stat.fi/tietotrendit/artikkelit/2015/riittava-toimeentulo-takaa-hyvinvointia/> [viitattu 9.2.2019].

Huhta, H. 2015. ”Pitää pään kasassa työttömyysaikana” Liikunta työttömien nuorten arjessa. Nuorisotutkimusseura Nuorisotutkimusverkosto. Julkaisuja 167. Nuorisotutkimusverkosto. Helsinki: Nuorisotutkimusseura/Nuorisotutkimusverkosto.

Ikäheimo, S. 2015. Syrjäytyneiksi luokiteltujen nuorten terveystalouden käyttö ja kustannukset. Teoksessa Aaltonen, S., Berg, P. & Ikäheimo, S. (toim.) Nuoret luukulla. Kolme näkökulmaa syrjäytymiseen ja nuorten asemaan palvelujärjestelmässä. Nuorisotutkimusverkosto/nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 160. Helsinki: Unigrafia, 12–40.

Isola, A. 2014. Köyhien tulkintoja sairauden ja terveyden sosiaalisista tekijöistä. Teoksessa Metteri, A., Valokivi, H. & Ylinen, S. (toim.) Terveys ja sosiaalityö. Jyväskylä: PS-kustannus, 271–295.

Junttila, N. 2016. Yksinäisyyden ulottuvuudet. Teoksessa Saari, J. (toim.) Yksinäisten Suomi. Helsinki: Gaudeamus, 52–69.

Juntunen, A. 2018. ”Pitää saada itkee ilosta ja surustakin” – nuoret ja hyvän elämän rakennusaineet. *Nuorisotutkimus*. 2, 35–54.

Juvonen, T. 2015. Sosiaalisesti kontrolloitu, hauraasti autonominen. Nuorten toimijuuden rakentuminen etsivässä työssä. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisu 116. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/kuvat/verkkojulkaisut/sosiaalisesti_kontrolloitu.pdf [viitattu 19.5.2020].

Kaarina strategia 2018–2025 s.a. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.kaarina.fi/kaarina-info/fi_FI/strategia/ [viitattu 21.5.2020].

Kaarinan kaupungin hyvinvointikertomus 2019. 2020. PDF-dokumentti. Saatavissa: http://tweb.kaarina.fi/ktwebbin/dbisa.dll/ktweb-scr/pkattn_tweb.htm?+id=56989 [viitattu 1.4.2020].

Kallio, K., Korkiamäki, R. & Häkli, J. 2015. Myönteinen tunnistaminen – näkökulma hyvinvoinnin edistämiseen ja syrjäytymisen ehkäisemiseen. Teoksessa Häkli, J., Kallio, K. & Korkiamäki, R. (toim.) Myönteinen tunnistaminen. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 171. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, 9–35.

Kallunki, V. 2016. Nuorten aikuisten elämäntyytyväisyys ja luottamus tulevaisuuden taloudelliseen pärjäämiseen. Teoksessa Myllyniemi, S. (toim.) Arjen jäljillä. Nuorisobarometri 2015. Julkaisuja nro 174, 151-161. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://hdl.handle.net/10138/163523> [viitattu 9.2.2019].

Kananen, J. 2017. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Julkaisuja 234.

Kananen, J. 2019. Opinnäytetyön ja pro gradun pikaopas. Avain opinnäytetyön ja pro gradun kirjoittamiseen. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Julkaisuja 262.

Karjalainen, J. & Karjalainen, V. 2010. Kuntouttava työtoiminta – aktiivista sosiaalipolitiikkaa vai työllisyyspolitiikkaa? Empiirinen tutkimus pääkaupunkiseudulta. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 38/2010. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

Karjalainen, J., Kirjavainen, E., Mattila, I., Sipilä, H-M. & Valkonen, T. 2015. Kohti kuntouttavampia työelämäpalveluita. KOPPI-hankkeen tuloksia. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi 7/2015. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125702/URN_ISBN_978-952-302-438-0.pdf?sequence= [viitattu 1.5.2020].

Karvonen, K. & Kestilä, L. 2014. Nuorten aikuisten syrjäytymisvaaraan liittyvä huono-osaisuus. Teoksessa Vaarama M., Karvonen, S., Kestilä, L., Moisio, P & Muuri, A. (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinninlaitos, 160–178. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-012-3> [viitattu 1.5.2020].

Kataja, K., Ristikari, T., Paananen, R., Heino, T. & Gissler, M. 2014. Hyvinvointiongelmien ylisukupolviset jatkumot kodin ulkopuolelle sijoitettujen lasten elämässä. *Yhteiskuntapolitiikka* 1, 38-54. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201402131471> [viitattu 1.5.2020].

Kestilä L., Karvonen, K., Parikka, S., Seppänen, J., Haapakorva, P. & Sutela, E. 2019. Nuorten hyvinvoinnin erot. Teoksessa Kestilä, L. & Karvonen, S. (toim.) *Suomalaisten hyvinvointi 2018*. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos, 120–142.

Kelasto s.a. Tilastotietokanta. Verkkosivu. Saatavissa: <https://www.kela.fi/kelasto> [viitattu 1.4.2020].

Kettunen, A., Steffansson, M. & Pehkonen-Elmi, T. 2018. Taloudellisia perusteluja sosiaaliselle kuntoutukselle. Teoksessa Kostilainen, H. & Nieminen, A. (toim.) *Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia*. Diak työelämä/Diakonia-ammattikorkeakoulu. Julkaisuja 13. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu, 58–82.

Kiiski Kataja, E., Laine, P., Jousilahti, J. & Neuvonen, A. 2018. Hyvinvoinnin seuraava erä. Ihanteet, visio ja ratkaisut. Teoksessa Lahti, V-M. (toim.) *Hyvinvoinnin seuraava erä. Visio kestävän hyvinvointiyhteiskunnan tulevaisuudesta*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 217–270.

Kokko, R. & Veistilä, M. 2016. Sosiaalityö ja sosiaalinen kuntoutus yhteistyönä. Teoksessa: Törrönen M, Hänninen K, Jouttimäki P, Lehto-Lundén T, Salovaara P & Veistilä M. (toim.) *Vastavuoroinen sosiaalityö*. Helsinki: Gaudeamus, 220–230.

Korhonen, K. 2015. Nyt hyvä, mutta entä tulevaisuudessa? Nuorten hyvinvoinnin ja tulevaisuuteen suhtautumisen tarkastelua nuorisobarometriiden pohjalta. Teoksessa Myllyniemi, S. (toim.) *Ihmisarvoinen nuoruus*. Nuorisobarometri, 2014. Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 159. Nuorisoasiain neuvottelukunta. Julkaisuja 51. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 159 Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö/Nuorisoasiain neuvottelukunta /Nuorisotutkimusverkosto, 209–224.

Korhonen, N. 2019. Ohjausosaaminen osana työvalmentajien toimenkuvaa työpajaympäristössä. Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu. Järjestö- ja nuorisotyön koulutus (yamk). Opinnäytetyö. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201905078103> [viitattu 20.5.2020].

Kuntalaki 10.4.2015/410.

Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja s.a. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/kuntouttavan-tyotoiminnan-kasikirja> [viitattu 1.12.2018].

Kuula, A. 2011. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. 2. uudistettu painos. Tampere: Vastapaino.

Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 2.3.2001/189.

Lappalainen, S. 2018. Fläppitaulusta Trelloon – kokeilukulttuuri nuorten työpajatoiminnan kehittämisessä. Teoksessa Komonen, K. & Ronkainen, J. (toim.) *Punaisen langan virkkausta: näkökulmia nuorisotyön koulutukseen, tutkimukseen ja kehittämistyöhön*. Xamk kehittää. Julkaisuja 46. Mikkeli: Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu, 133–139. Saatavissa: <http://www.theseus.fi/handle/10024/153091> [viitattu 20.5.2020].

Laukkanen, T., Pekkarinen, E. & Vilmilä, F. 2018. Nuorisotutkimuksen etiikka. Teoksessa: Kiilakoski, T. & Honkatukia, P. (toim.) Miten tutkia nuoria ja nuorisotyötä. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 206. Tampere: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino, 75–97.

Leskisenoja, E. & Sandberg, E. 2019. Positiivinen pedagogiikka ja nuorten hyvinvointi. Jyväskylä: PS-kustannus.

Louste, M. 2016. Osallisuus kuntouttaa – Kuntouttavan työtoimintapalvelun kokemuksia osallisuudesta. Lapin yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Pro gradu -tutkielma. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ula-201606151225> [viitattu 10.4.2020].

Marttila, A. 2016. Aktivointipolitiikka yhteisöreaktiona. Helsingin yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta. Pro gradu -tutkielma. DDF-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:hulib-201703273395> [viitattu 10.4.2020].

Myllyniemi, S. & Kiilakoski, T. 2017. Tyytyväisyys elämään. Teoksessa Pekkarinen, E. & Myllyniemi, S. (toim.) Opinpolut ja pientareet. Nuorisosiain neuvottelukunta/Opetusministeriö. Julkaisuja 58. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 200. Valtion nuorisoneuvosto. Julkaisuja 58. Helsinki: Valtion nuorisoneuvosto, 99–103.

Myrskylä P. 2011. Nuoret työmarkkinoiden ja opiskelun ulkopuolella. Työ- ja elinkeinoministeriö. Työ ja yrittäjyys julkaisuja 2/2011. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://tem.fi/documents/1410877/3346190/Nuoret%20ty%C3%B6markkinoiden%20ja%20opiskelun%20ulkopuolella%2017032011.pdf/59864674-0df6-47f6-963c-331105533ce3> [viitattu 10.4.2020].

Mäntyneva, P. (2019). Toimijuuden vahvistumisen edellytykset kuntouttavassa työtoiminnassa. *Sosiaalipedagoginen Aikakauskirja* 20, 11–36. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://doi.org/10.30675/sa.70243> [viitattu 10.4.2020].

Mäntyneva, P. & Isola, A-M. 2019. Toimintamahdollisuuksien avaruus ja toimijuuden suunnat kuntouttavassa työtoiminnassa. *Janus sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti* 3, 246–263. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://journal.fi/janus/article/view/70286/44140> [viitattu 10.4.2020].

Niemelä, P. 2009. Ihmisen toiminnallisuus ja hyvinvointi sosiaalityön teoreettisen ymmärryksen perustana. Teoksessa Mäntysaari, M., Pohjola, A. & Pösö, T. (toim.) Sosiaalityö ja teoria. Sosiaalityön tutkimuksen seuran vuosikirja 7. Jyväskylä: PS-kustannus, 209–236.

Nieminen, A. 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen määritelmä, kentät ja mahdollisuudet. Teoksessa: Kostilainen, H. & Nieminen, A. (toim.) Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Diak työelämä/Diakonia-ammattikorkeakoulu. Julkaisuja 13. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu, 10–24.

Nuorisolaki 21.12.2016/1285.

Ollikainen, A. 2016. Hyvinvoinnin ulottuvuudet aikuisen näkökulmasta. Tampereen yliopisto. Terveystieteiden yksikkö. Pro gradu -tutkielma. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:uta-201602231243> [viitattu 10.4.2020].

Pajamäki, T. & Okker A. 2018. "Pitäis jaksaa, uskaltaa luottaa ja odottaa" – nuorten kokemuksia palveluista. Teoksessa Gissler, M., Kekkonen, M. & Känkänen, P. (toim.) Nuoret palveluiden pauloissa. Nuorten elinolot -vuosikirja 2018. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos, 70-81. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-200-0> [viitattu 20.5.2020].

Pehkonen-Elmi, T., Kettunen, A., Surakka, A., & Piirainen, K. 2015. Vaikeasti työllistyville suunnattujen aktivointitoimenpiteiden taloudellinen analyysi – esimerkkeinä korkein korotettu palkkatuki ja kuntouttava työtoiminta. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Julkaisuja 42. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.

Pietikäinen, R. 2013. Vaihtoehtoisia polkuja etsimässä – työpajanuorten orientaatiot. Teoksessa Aapola, S. & Ketokivi, K. (toim.) Polkuja ja poikkeamia – aikuisuutta etsimässä. 2. uudistettu painos. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 56. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, 219–253.

Piirainen, K. 2019. Sosiaalisen kuntoutuksen vastuullinen asiakasohjaus – nykytila ja tulevaisuus. Teoksessa Piirainen, K. & Kiviranta, M. (toim.) Turvaverkkoa paikkaamassa. Diakonia-ammattikorkeakoulun TKI-toiminnan vuosikirja 4. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu, 38–55.

Piirainen, K., Linnakangas, R. & Suikkanen, A. 2018. Palkkatyötavoitteista sosiaaliseen kuntoutukseen – tehostetun tuen keinoin yksilöllisiin muutoksiin. Teoksessa Lindh, J., Härkäpää, K & Kostamo-Pääkkö, K. (toim.) Sosiaalinen kuntoutuksessa. Rovaniemi: Lapland University Press, 98–122.

Pulkinen, J., Rautopuro, J. & Välijärvi, J. 2017. Kaikki hyvin? Suomalaisnuorten hyvinvointi nuorisobarometriin ja PISA-tutkimuksen tulosten valossa. Teoksessa Pekkarinen, E. & Myllyniemi, S. (toim.) Opinpolut ja pientareet. Nuorisobarometri 2017. Nuorisosaain neuvottelukunta/Opetusministeriö. Julkaisuja 58. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 200. Helsinki: Valtion nuorisoneuvosto, 121–132.

Puuronen, A. 2014. Etsivän katse. Etsivä nuorisotyö ammattina ja ammatillan kehittäminen –näkökulmia käytännön työstä. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 144 Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura.

Pyykkönen, T. 2012. Yksi käsite, monta merkitystä. Käsitetutkimus 2000-luvun hyvinvointitutkimuksesta. Lapin yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Pro gradu -tutkielma. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://lauda.ulapland.fi/handle/10024/61570> [viitattu 6.12.2018].

Raivio, H. 2018. Sosiaalinen kuntoutus voimavaraistamisena – toivon ja muutoksen näkökulma. Teoksessa: Kostilainen, H. & Nieminen, A. (toim.) Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Diak työelämä/Diakonia-

ammattikorkeakoulu. Julkaisuja 13. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu, 97–117.

Raivio, H. & Karjalainen, J. 2013. Osallisuus ei ole keino tai väline – palvelut ovat! Teoksessa Era. T. (toim.) Osallisuus – oikeutta vai pakkoa? Jyväskylä ammattikorkeakoulu. Julkaisuja 156. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu, 12–34. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-830-280-6> [viitattu 4.1.2020].

Rajavaara, M., Määttä, A., Kokko, R-L., Saikku, P. & Tarkiainen, L. 2019. Aktiiviset palvelukokonaisuudet muuttuvassa palvelujärjestelmässä. Teoksessa Rajavaara, M., Määttä, A., Kokko, R-L. & Tarkiainen, L. (toim.) Aktivointipolitiikka yhteisin palveluin. Näkökulmia työllistymistä edistävään monialaiseen yhteispalveluun. Helsinki: Kela, 154–165.

Ristikari, T., Törmäkangas, L., Lappi, A., Haapakorva, P., Kiilakoski, T., Merikukka, M., Hautakoski, A., Pekkarinen, E. & Dissler, M. 2016. Suomi nuorten kasvuympäristönä. 25 vuoden seuranta vuonna 1991 Suomessa syntyneistä nuorista aikuisista. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 9. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Romakkaniemi, M., Lindh, J. & Laitinen, M. 2018. Nuorten aikuisten osallisuus ja sosiaalinen kuntoutus Lapissa. Sosiaali- ja terveysturva. Tutkimuksia 147. Helsinki: Kela.

Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. 2011. Haastattelun analyysin vaiheet. Teoksessa Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. (toim.) Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino, 9–36.

Saaranen-Kauppinen, A. 2014. Sosiaaliset taidot: näkökulmia toimijuuteen ja hyvinvointiin työelämässä. Teoksessa Kuusela, P. & Saastamoinen, M. (toim.) Hyvän elämän Sosiaalipsykologia – Toimijuus, tunteet ja hyvinvointi. Kuopio: Unipress, 54–67.

Saari, J. & Behm, M. 2017. Aktivoitu yhteiskunta – Viimesijainen sosiaaliturva 2000 luvun yhteiskuntapolitiikassa. Teoksessa Saari, J. (toim.) Sosiaaliturvariippuvuus. Sosiaalipummit oleskeluyhteiskunnassa. Tampere: Tampere University Press, 117–154.

Saari, J., Meriluoto, L. & Behm, M. 2017. Oman elämänsä asiantuntijat – Selviytyminen viimesijaisella turvalla. Teoksessa Saari, J. (toim.) Sosiaaliturvariippuvuus. Sosiaalipummit oleskeluyhteiskunnassa. Tampere: Tampere University Press, 287–318.

Saikku, P., Kestilä, L. & Karvonen, S. 2014. Työttömien ja työllisten koettu hyvinvointi toimintavalmiuksien viitekehityksessä. Teoksessa Vaarama, M., Karvonen, S., Kestilä, L. ym. (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 118–143.

Sandelin, I. 2014. Kuntouttava työtoiminta asiakkaiden kokemana. Kirjallisuuskatsaus asiakkaiden toiminnalle antamista merkityksistä. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi 8/2014. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-154-9>, [viitattu 20.3.2020].

Sipilä, N., Kestilä, L. & Martikainen, P. 2011. Koulutuksen yhteys nuorten työtömyyteen. Mihin perustutkinto riittää 2000-luvun alussa. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201209117816> [viitattu 20.5.2020].

Solantaus, T., Niemelä, M., Huilaja, T. & Räsänen, S. 2011. Mielenterveys- ja päihdeongelmien sekä sosiaalisen syrjäytymisen ylisukupolvisen siirtyminen ehkäisy – Toimiva lapsi & perhe THL:n kärkihankkeena. Teoksessa Moring, J., Martins, A., Partanen, A., Bergman, V., Nordling, E. & Nevalainen, V. (toim.) Kansallinen mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2009–2015. Toimeenpanosta käytäntöön 2010. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 6/2011. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 158–167. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201205085117> [viitattu 20.5.2020].

Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014/1301.

Sotkanet s.a. Tilastotietoja suomalaisten terveydestä ja hyvinvoinnista. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Verkkosivu. Saatavissa: <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/index> [viitattu 1.4.2020].

Suikkanen, A. & Lindh, J. 2010. Työmarkkinakansalaisuus ja ammatillisen kuntoutuksen luova tuho. *Kuntoutuslehti* 2, 53-62. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://yhteisomedia.fi/files/attachments/kuntoutus-lehden_artikkelit/2010/kuntoutuspaivat-suikkanen-lindh.pdf [viitattu 27.4.2020].

Suonio, M., Kainulainen, S., Gävert, T., Väisänen, R. & Saari, J. Kun vaikeudet kasautuvat – Pitkäaikaisasiakkuudet sosiaalialan aikuistyössä. Teoksessa: Saari, J. (toim.) Sosiaaliturvariippuvuus. Sosiaalipummit oleskeluyhteiskunnassa. Tampere: Tampere University Press, 259–286.

Terveyden ja hyvinvointilaitos s.a. Verkkosivu. Päivitetty 1.11.2019. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/tyollisyys> [viitattu 27.4.2020].

Toikko, T. 2012 Sosiaalipalveluiden kehityssuunnat. Tampere: Tampere University Press.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Työllisyyskatsaus. 2020. Varsinais-Suomi, työllisyyskatsaus maaliskuu 2020. Elinkeino- liikenne- ja ympäristökeskus. TE-palvelut. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.temtyollisyyskatsaus.fi/Textbase/Tkat-03/Pdf/Tkat_fi.pdf [viitattu 1.4.2020].

Törrönen, M. 2016. Vastavuoroisuuden yhteisöllinen luonne. Teoksessa Törrönen, M., Hänninen, K., Jouttimäki, P., Lehto-Lundén, T., Salovaara, P. & Veistilä, M. (toim.) Vastavuoroinen sosiaalityö. Helsinki: Gaudeamus, 39–56.

Ulfves, A-M., Lääperi R., Rautiainen, A. & Närhi, K. 2010. Aikuissosiaalityöhön kiinteästi liittyvien aktiivint- ja työllistämispalvelujen kustannuksia ja vaikutuksia. Keski-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus. Raportteja 26. Jyväskylä:

Keski-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus. Saatavissa: http://koskeverkko.fi/wp-content/uploads/2013/12/Kustannuksiajavaikutuksia_fi_nal_030510.pdf [viitattu 1.4.2020].

Vaarama, M., Mukkila, S. & Hannikainen-Ingman K. 2014. Suomalaisten elämänlaatu nuoruudesta vanhuuteen. Teoksessa Vaarama, M., Karvonen, S., Kestilä, L. ym. (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 20–39.

Valtakunnallinen työpajayhdistys ry s.a. Sovari (vaikutusmittari). Verkkosivu. Saatavissa: <https://www.tpy.fi/kehittaminen/laadullinen-mittaristo/> [viitattu 1.5.2020].

Vehviläinen, S. 2014. Ohjaustyön opas. Yhteistyössä kohti toimijuutta. Helsinki: Gaudeamus.

Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. 4. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Vuokila-Oikkonen, P. & Keskitalo, E. 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen voimavara- ja ratkaisukeskeiset menetelmät. Teoksessa Kostilainen, H. & Nieminen, A. (toim.) Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Diak työ-elämä/Diakonia-ammattikorkeakoulu. Julkaisuja 13. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu, 164–176.

Wrede-Jäntti, M. 201. Suhdetyön merkitys nuoren onnistuneen työpajajakson taustalla. Teoksessa Gissler, M., Kekkonen, M. & Känkänen, P. (toim.) Nuoret palveluiden pauloissa. Nuorten elinolot-vuosikirja 2018. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 82–93. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-200-0> [viitattu 20.5.2020].

Ensimmäisen teemahaastattelun runko

Tutkimuskysymys 1: Mitä odotuksia nuorella on kuntouttavasta työtoiminnasta?

Tausta:

Mitä olet tehnyt ennen kuntouttavaa työtoimintaa?

Mikä on koulutustaustasi? Millaista koulunkäynti oli? Onko keskeytyneitä kouluja? Miksi keskeytyivät? Onko todettu oppimisen vaikeuksia? Oliko kavereita?

Millainen työhistoriasi on? Jos on ollut töissä, miksi keskeytynyt? Miksi ei ole ollut?

Miten/missä asut tällä hetkellä? Yksin, jonkun kanssa, asunnoton ym.

Onko harrastuksia? Milloin olet harrastanut viimeksi?

Käytätkö alkoholia/muita päihteitä? Kuinka usein? Mitä käytät?

Millainen terveyden tilanne on? Onko diagnooseja? Lääkityksiä?

Taloudellinen tilanne? Velkoja? Mitä tukia saa?

Millainen oli arkirytmisi ennen kuntouttavaa työtoimintaa? Entä nyt kuntouttavan työtoiminnan aikana?

Millaisena näet oman hyvinvointisi? Oletko tyytyväinen elämääsi?

Millaisena näet tulevaisuutesi? Mitä haluaisit tehdä ensi syksynä? Entä 5-10 vuoden päästä? Mikä vaikeuttaa tavoitteen saavuttamisen? Päihteet, sairaus, taloudellinen tilanne, mielenterveys, muu mikä?

Odotukset kuntouttavasta työtoiminnasta?

Miksi halusit kuntouttavaan toimintaan?

Miltä kuntouttava työtoiminta on tähän mennessä tuntunut? Mihin olet ollut tyytyväinen? Mihin et?

Millainen on motivaatiosi kuntouttavaan työtoimintaan? Mikä motivoi? Mikä on este? Raha, toiminta, kaverit, ohjaajat, arkirytmisi ym.

Mitä odotuksia sinulla on kuntouttavasta työtoiminnasta? Mitä haluaisit tehdä, mihin haluaisit apua? Mitä et halua/kaipaa?

Miten kuntouttava työtoiminta auttaa tavoitteesi/haaveesi saavuttamisessa? Mitä pitäisi tehdä, jotta tavoite olisi lähempänä toteutumista?

Miten kuntouttava työtoiminta voi parantaa hyvinvointiasi? Elämänrytmi, itsestä huolehtiminen (hygienia, ravinto, liikunta, nukkuminen ym.), sosiaaliset suhteet, toimeentulo.

Muita ajatuksia kuntouttavasta työtoiminnasta tai omasta hyvinvoinnista.

Toisen teemahaastattelun runko

- Kuluneen vuoden muistelu valokuvien avulla sekä palautetaan mieleen edellinen haastattelu. Miten vuosi on mennyt?

Mikä merkitys kuntouttavalla työtoiminnalla on nuoren hyvinvoinnille?

1. Oma näkemys hyvinvoinnista
 - Millaisena näkee oman hyvinvoinnin?
 - Onko muutosta viime kertaan? Millaista?
 - Miten kuntouttava työtoiminta on vaikuttanut hyvinvointiin?
 - Miten olisi halunnut työtoiminnan vaikuttavan hyvinvointiin?
 - Mihin asiaan hyvinvoinnissa haluaisit jatkossa panostettavan?
 - Perustelut
2. Arjen hallinta
 - hygienia, päivärytmi, ravinto, talous, muita mitä viimeksi ei tullut mieleen?
 - perustelut
3. Yhteisöllisyys
 - ryhmään kuuluminen, työporukka, kaverit, normaalius ym.
 - perustelut
4. Tulevaisuus
 - mitä haluaa tehdä syksyllä? Onko suunnitelma muuttunut?
 - entä syksyllä? Muutos?
 - Onko tulevaisuuden kuva selkeämpi? Miksi? Miksi ei? Mikä on vaikuttanut mahdolliseen muutokseen?
 - perustelut

Miten kuntouttavaa työtoimintaa voi kehittää?

- Jatkomahdollisuuksia tämän kuntouttavan työtoiminnan jälkeen on vähän. Millaista toimintaa kaipaisit Kaarinaan? Ryhmä/yksilö/muuta?
- Millaisen jatkopolun haluaisit kuntouttavalle työtoiminnalle?
- Millainen toiminta ei mielestäsi toimi? Mikä toimii?
- Millaisia asioita pitäisi ottaa mielestäsi huomioon kuntouttavaa työtoimintaa järjestettäessä?
- Perustelut