



Satakunnan ammattikorkeakoulu
Satakunta University of Applied Sciences

MINNA RASSI

Matalan kynnyksen sosiaali- ja mielenterveyspalveluiden toimintamallin kehittäminen Valtti-työpajalle

SOSIAALIALAN KOULUTUSOHJELMA
2020

Tekijä(t) Rassi, Minna	Julkaisun laji Opinnäytetyö, ylempi AMK	Päivämäärä Syyskuu 2020
	Sivumäärä 50	Julkaisun kieli Suomi
Julkaisun nimi Matalan kynnyksen sosiaali- ja mielenterveyspalveluiden toimintamallin kehittäminen Valtti-työpajalle		
Tutkinto-ohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma YAMK		
Tiivistelmä Tämän kehittämistyön idea on noussut Valtti-työpajan asiakkaiden ja työntekijöiden tarpeesta kehittää työpajan matalan kynnyksen työpajatoimintaa vielä enemmän asiakkaiden tarpeita vastaaviksi ja työ- ja toimintakykyä vahvistavaksi. Kehittämistyön tavoitteena on luoda matalan kynnyksen sosiaali- ja mielenterveyspalveluiden toimintamalli Valtti-työpajalle. Uuden toimintamallin tarkoituksena on vahvistaa työ- ja toimintakykyä kohti työelämää tai koulutusta tehostetulla ja räätälöidyillä yksilö- ja ryhmätoiminnoilla. Anni Kierikka tutki omassa opinnäytetyössään (2019) Valtti-työpajan asiakkaiden Kykyviisari-itsearviointikyselyn tuloksia ja heidän mielipiteitään siitä kesällä 2019. Analysoin vastaukset (29) Pivot-taulukkolaskennan avulla ja kartoitin mihin aihealueisiin asiakkaat eniten toivoivat muutosta. Tulosten perusteella asiakkaat kokivat työ- ja toimintakykynsä riittämättömäksi tämän päivän työelämään ja toivoivat eniten muutosta työtilanteeseensa, fyysiseen kuntoonsa, terveyteensä ja talouteensa. Näiden muutostoiveiden perusteella matalan kynnyksen toimintamalliksi valikoitui yksilö- ja ryhmätoiminnan kehittäminen asiakkaan tarpeita vastaaviksi digitaalisuutta hyödyntäen. Kehittämistyössä hyödynnettiin toimintatutkimuksen teoriaa, jossa päämääränä on käytännön hyöty ja muutokseen pyrkivä lähestymistapa. Toimintatutkimuksessa asiakkaat ovat tärkeässä roolissa osallisena ja tutkija itse on muutosprosessissa mukana. Arviointi ja reflektointi kehittämistyöstä kulkee mukana koko prosessin ajan. Kehittämistyön tuloksena Valtti-työpajalle syntyi matalan kynnyksen sosiaali- ja mielenterveyspalveluiden toimintamalli alueen julkisten matalan kynnyksen palveluiden rinnalle Asiasanat matalan kynnyksen toimintamalli, työttömyys, työ- ja toimintakyky		

Author(s) Rassi, Minna	Type of Publication Master's the	Date September 2020
	Number of pages 50	Language of publication: Finish
Title of publication Development of low-threshold social and mental health services operating model for Valtti-workshop		
Degree program in social field		
Abstract The idea of this development work is based on the needs of Valtti-workshop's customers and employees to develop Valtti's low-threshold activities even more to meet the needs of customers and to strengthen their ability to return back to working life. The aim of the development work is to create a low-threshold operating model for social and mental health services of Valtti-workshop. The purpose of the new operating model is to strengthen people's capacity towards working life or education through intensified and tailored individual and group activities. In her thesis (2019), Anni Kierikka researched the results of self-assessment survey and opinions about it (called Kykyviisari) which was designed for Valtti-workshop during summer 2019. I analyzed answers (29) using Pivot spreadsheets and mapped which topics customers found the most urgent ones to be changed. Based on the results, customers felt that their work- and function ability was insufficient for the requirements of today's working life and the most wanted change was linked to their work situation, physical condition, health and finances. Based on these core results, the selected low-threshold operating model was the development of individual and group activities supported with digital tools to meet the customer's needs. The theory of activity analysis lays the base of this development work with the goal of practical benefit and a change-oriented approach. In activity analysis customers play an important role and the researcher himself is involved in the change process. Evaluation and reflection on development work goes hand in hand throughout the process. As a result of the development work, a low-threshold social and mental health services operating model was created for the Valtti-workshop alongside public low-threshold services in the region. <u>Key words</u> low-threshold operating model, unemployment, work- and function ability		

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 TYÖTÖTÖMYYDEN MÄÄRITELMÄ JA TILANNEKATSAUS	7
2.1 Pitkäaikaistyöttömyys	10
2.2 Nuorisotyöttömyys	11
3 VALTTI-TYÖPAJA JA TYÖPAJATOIMINTA	14
3.1 Valtti-työpaja.....	14
3.2 Työpaja; sen tehtävä ja asiakkaat	16
3.3 Osallisuuden merkitys työpajatoiminnassa	18
4 TYÖ- JA TOIMINTAKYKY ARJESSA SELVIÄMISEN JA ELÄMÄNLAADUN PARANTAJINA	19
4.1 Fyysinen toimintakyky	20
4.2 Psyykinen toimintakyky	21
4.3 Sosiaalinen toimintakyky	22
5 KYKYVIISARI ASIAKKAAN TYÖ- JA TOIMINTAKYVYN MITTARINA VALTTI-TYÖPAJALLA	24
5.1 Kykyviisarin osa-alueet.....	25
5.2 Kykyviisari työkaluna asiakastyössä.....	26
6 KEHITTÄMISTYÖN TOTEUTTAMINEN	28
6.1 Toiminnallinen tutkimus kehittämistyön pohjana.....	29
6.2 Kykyviisari-aineiston analyysi.....	31
7 KEHITTÄMISTYÖN TULOKSET.....	36
7.1 Yksilövalmennuksen kehittäminen Valtti-työpajalla palveluohjauksen suuntaan	37
7.2 Ryhmätoimintojen kehittäminen Valtti-työpajalle.....	38
7.2.1 Terapiaryhmä	39
7.2.2 Luontoryhmät	39
7.2.3 Kädentaidot-ryhmä.....	40
7.2.4 Toiminnalliset ja luovat menetelmät	41
7.3 Digi- ja etävalmennuksen hyödyntäminen asiakastyössä	41
8 POHDINTA	43
LÄHTEET	

1 JOHDANTO

Tämän kehittämistyön tavoitteena on kehittää Valtti-työpajalle uusi matalan kynnyksen sosiaali- ja mielenterveyspalveluiden toimintamalli työtoiminnan rinnalle. Uuden toimintamallin avulla pyritään tarjoamaan Valtti-työpajan asiakkaille monipuolisempaa ja yksilöllisempää palvelua työ- ja toimintakyvyn vahvistamiseksi alueen julkisten matalan kynnyksen palveluiden rinnalle.

Oma mielenkiintoni kehittämistyön ideaan nousi Anni Kierikan omassa opinnäytetyössään teettämästä Kykyviisari-itsearviointikyselystä Valtti-työpajan asiakkaille ja näiden vastausten pohjalta noussut tarve kehittää työpajatoimintaa vielä asiakaslähtöisemmäksi. Lisäksi omassa työyhteisössämme käydyt keskustelut toiminnan kehittämisestä sekä yhteistyöverkoston tarpeesta lisätä matalan kynnyksen sosiaali- ja mielenterveyspalveluita Pohjois-Satakunnan alueelle.

Tavoitteena on työpajan asiakkaiden terveyden, hyvinvoinnin ja liikunnan lisääminen yksilöllisen palvelun avulla. Asiakkaiden toivotaan saavan toimintamallin yksilö- ja ryhmätoiminnasta vertaistukea, tietoa ja apua muutokseen omassa prosessissaan. Tavoitteena on myös työ- ja toimintakyvyn kohentuminen sekä eriarvoisuuden ja syrjäytymisen ehkäisy osallisuuden kautta.

Pitkäaikaistyöttömillä työnhakijoilla avoimille työmarkkinoille siirtyminen on haastavaa ja heidän kokemuksensa omasta työ- ja toimintakyvystään on huono. Anni Kierikka (2019) omassa opinnäytetyössään teetti Valtti-työpajan asiakkaille Kykyviisari-itsearviointi-kyselyn kaksi kertaa vuoden 2019 aikana. Kyselyn vastauksien mukaan Valtti-työpajan asiakkaat kokivat sen hetkisen työ- ja toimintakykynsä riittämättömäksi tämän päivän työelämään.

Vastausten perusteella asiakkaat toivoivat eniten muutosta työtilanteeseen, fyysiseen kuntoonsa, ruokavalioon, mieleen ja terveyteen. Myös Valtti-työpajan työntekijöiden keskuudessa on tiedostettu asiakkaiden heikentynyt työ- ja toimintakyky ja työntekijöillä noussut tarve kehittää omaa työ- ja toimintatapaansa paremmin asiakkaiden tarpeita vastaaviksi.

Valtti-työpajan asiakkaat ovat pääosin heikossa työmarkkina-asemassa olevia ja pitkäaikaistyöttömiä, jotka kokevat työ- ja toimintakykynsä olevan niin huono, etteivät kykene siirtymään suoraan työelämäänsä tai koulutukseen. He tarvitsevat fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista vahvistusta, jotta eteenpäin meno onnistuu. Asiakaskunnasta korostuu alle 29-vuotiaat pitkäaikaistyöttömät nuoret, joiden sosiaaliset ongelmat vaikeuttavat työelämäänsä tai koulutukseen siirtymistä ja joilla on suurempi vaara syrjäytyä työelämästä ja yhteiskunnasta.

Tässä kehittämistyössä on käytetty Anni Kierikan opinnäytetyön kyselyaineiston vastauksia kehittämistyön pohjana. Olen analysoinut kaikki vastaukset Pivot-taulukoinnin avulla ja eniten muutostoiveita saaneiden teemojen pohjalta lähdin suunnittelemaan työpajalle uudenlaista matalan kynnyksen toimintamallia, jonka tarkoituksena on vahvistaa asiakkaan fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä kolmannen sektorin toimesta julkisten palveluiden rinnalle.

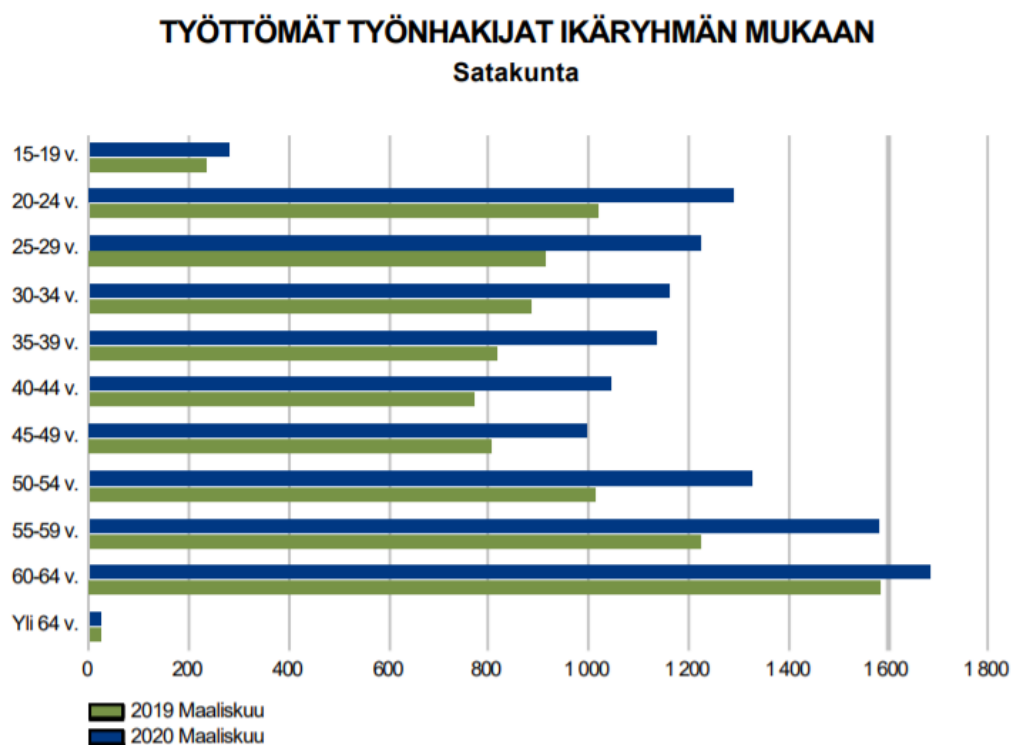
Tämän kehittämistyön toimenpiteillä panostetaan asiakkaiden kokonaisvaltaiseen työ- ja toimintakykyyn sekä hyvinvointiin kaikilla eri osa-alueilla hyödyntäen terapeuttisia ja voimaannuttavia menetelmiä, luovuutta, liikuntaa, kulttuuria ja luontoa; parannetaan heidän työ- ja toimintakykyään ja estetään syrjäytymistä. Yksilöllinen psykososiaalinen tuki sekä terapeuttiset ja voimauttavat ryhmät edistävät osallisuuden kokemusta, vahvistavat mielenterveyttä ja tukevat työ- ja toimintakyvyn paranemista. Toimintakyky ja osallisuus tuottavat ihmiselle kokonaisvaltaista hyvinvointia parantaen työkykyä.

2 TYÖTTÖMYYDEN MÄÄRITELMÄ JA TILANNEKATSAUS

Työttömäksi työnhakijaksi määritellään julkisen työvoima- ja yrityspalvelulain soveltamisohjeen mukaan (TEM/871/00.03.05.02/2015) henkilö, joka ei ole työsuhteessa, ei ole työllistynyt yritystoimintaan, eikä ole päätoiminen opiskelija ja joka on vuoden aikana ollut vähintään 6 kk työttömänä. Henkilö, joka on kokoaikaisesti lomautettuna lasketaan myös työttömäksi. (Työ- ja elinkeinoministeriön www-sivut 2020.)

Heikossa työmarkkina-asemassa oleva työnhakija on pitkäaikaistyötön, osatyökykyinen/vajaakuntainen työnhakija, työn ja koulutuksen ulkopuolelle jäänyt nuori, mielen-terveys- ja päihdekuntoutuja sekä maahanmuuttaja (Tilastokeskus www-sivut 2020).

TEM:n työllisyyskatsauksen mukaan Satakunnassa oli 10 050 työnhakijaa maaliskuussa 2018. Vuonna 2019 työttömyys laski vuoteen 2018 verrattuna Satakunnan alueella, työttömiä työnhakijoita oli 9 280. 770 (7,76 %) vähemmän kuin vuotta aikaisemmin samaan ajankohtaan. Vuoden 2019 aikana työttömyyden aleneminen kuitenkin hidastui Satakunnan alueella ja aktivoinnin piiriin siirtyi enemmän pitkäaikaistyöttömiä. Vuonna 2020 maaliskuussa työttömyys nousi kaikissa Satakunnan kunnissa. Työnhakijoita oli 11 740, mikä on 26,6 % enemmän kuin vuotta aikaisemmin. Työttömien työnhakijoiden määrä nousi kaikissa ikäryhmissä. Alle 25-vuotiaiden työttömien osuus oli maaliskuun lopussa 2020 yhteensä 1 570, mikä on 330 henkeä (26,1 %) enemmän kuin vuotta aikaisemmin. (TEM, työllisyyskatsaus 2020.)

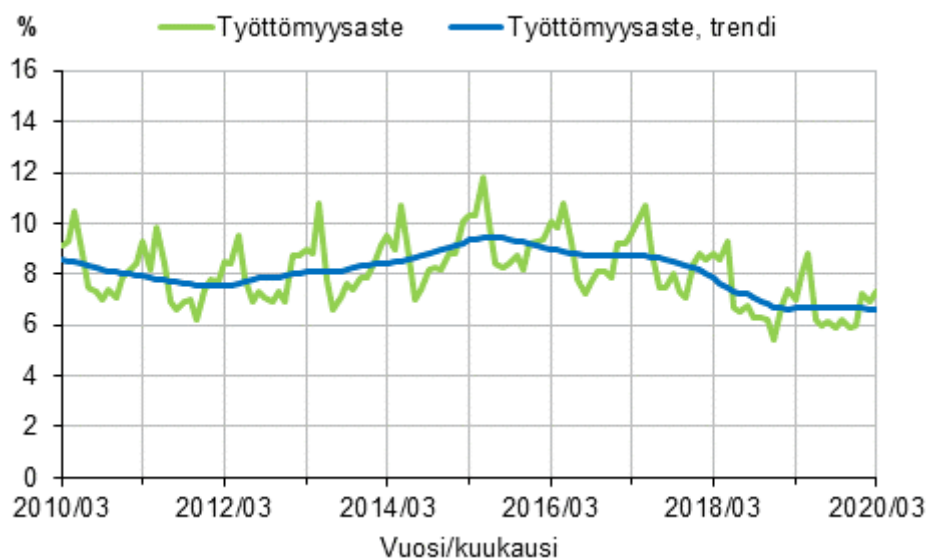


Kuvio 1. Työttömät työnhakijat ikäryhmän mukaan Satakunnassa

Taulukossa työttömät työnhakijat ikäryhmittäin Satakunnassa maaliskuussa 2020 verrattuna vuoden 2019 samaan ajankohtaan (TEM, työllisyyskatsaus maaliskuu 2020). Tässä taulukossa korostuu pandemia Koronan vaikutus 20-59 vuotiaiden lisääntyneenä työttömyytenä.

Kaaviossa 2. työttömyysasteen seuranta kymmeneltä vuodelta 2010-2020.

Työttömyyden suuntaus on ollut viime vuosina alaspäin, mutta vuonna 2019 näkyy jo tasaantuminen ja työllistymisen hidastuminen.



Kuvio 2. Työttömyysaste ja työttömyysasteen trendi 2010/03–2020/03, 15–74-vuotiaat (Työvoimatutkimus 2020, maaliskuu. Tilastokeskus).

Tilastokeskuksen maaliskuun 2020 työvoimatutkimuksen mukaan työllisyys kääntyi laskuun valtakunnallisesti (Tilastokeskus [www-sivut](http://www.tilastokeskus.fi) 2020.) Maailmanlaajuinen pandemia Korona mullisti maailman ja vaikutukset näkyivät heti taloudessa. Työttömyys ja lomautukset kohdistuvat nyt useampiin suomalaisiin ja pandemian vaikutukset näkyvät pitkälle tulevaisuuteen.

Työttömyyden vähentämiseen on pyritty eri keinoin ja uusien toimintamallien kehittäminen työttömyyden vähentämiseksi on huomioitu koko Euroopan alueella. Tähän kehittämiseen voi saada rahoitusta eri ESR-hankkeiden kautta. Nyt EU:n kehittämisen painopisteet tarkastelujaksolla 2014-2020 eri ESR-hankkeiden kautta ovat Satakunnassa työllisyyden, hyvinvoinnin ja osallisuuden lisääminen; uusien matalan kynnyksen toimintamallien luominen sekä ohjaus- ja neuvontapalveluiden kehittäminen, nuorten ja heikossa työmarkkina-asemassa olevien palvelumallien kehittäminen syrjäytymisen estämiseksi ja osallisuuden lisäämiseksi, työelämävalmiuksien ja elämäntaitojen kohentaminen asiakaslähtöisellä ja osallistavalla toimintatavalla. (Rakennerahaston [www-sivut](http://www.rakennerahasto.fi) 2020.) Myös tähän alueelliseen tarpeeseen on lähdetty vastaamaan tämän kehittämistyön kautta.

Satakunnassa, kuten valtakunnallisestikin on paljon ESR-hankkeita käynnissä eri toimintalinjoille. Tässä kehittämishankkeessa on keskitytty toimintalinja 5:n kohderyhmään eli heikommassa työmarkkina-asemassa olevien sosiaalisen osallisuuden tukemiseen, nuorten hyvinvoinnin ja aktiivisen osallisuuden tukemiseen sekä syrjintää ja huono-osaisuutta kokevien väestöryhmien sosiaalisen osallisuuden tukemiseen. (Rakennerahaston www-sivut 2020.)

Myös Valtti-työpajalla on tiedostettu, että asiakkaat tarvitsevat tänä päivänä paljon sosiaalista vahvistusta, kannustusta ja uskoa omiin taitoihinsa. Asiakkaiden ongelmat ovat moninaisia ja varsinkin nuorilla ei ole minkäänlaista kokemusta työelämästä. Asiakkaiden työpajajaksot ovat pitkiä ja työpajalta eteenpäin siirtymisessä tarvitaan paljon tukea ja kannustusta vielä jatkolullakin. Työpajalla on noussut tarve kehittää toimintaa yksilöllisemmäksi ja asiakaslähtöisemmäksi sekä työntekijöiden että asiakkaiden näkökulmasta. Tämän päivän työelämä on hektistä, vaativaa ja nopeatempoista. Työntekijöiltä vaaditaan paljon joustavuutta ja työsuhteet ovat pätäkä- ja vuokratyötä. Tämä kehittämistyö vastaa tarpeeseen kehittää oikea-aikaista ja yksilöityä, räätälöityä palvelua, jotta varsinkin nuorten pitkäaikaistyöttömien tilanne paranee ja työelämään tai koulutukseen siirtyminen onnistuu ja syrjäytymisen riski vähenee.

2.1 Pitkäaikaistyöttömyys

Tilastokeskus määrittelee pitkäaikaistyöttömäksi työnhakijan, joka on ollut 12 kk tai kauemmin työttömänä (Tilastokeskus www-sivut 2020). Pitkäaikaistyöttömillä työnhakijoilla avoimille työmarkkinoille siirtyminen on haastavaa ja heidän kokemuksensa omasta työ- ja toimintakyvystään on huono. Tarvitaan kokonaisvaltaista kartoitusta asiakkaan työ- ja toimintakyvystä. Esiin nousseiden haasteiden käsittely auttaa asiakasta pääsemään elämässään eteenpäin kohti haluttua muutosta.

Pitkäaikaistyöttömyys syrjäyttää ihmisiä pysyvästi ja murentaa ihmisen työ- ja toimintakykyä. Työ yksin ei pelkästään kuntouta vaan lisäksi tarvitaan yksilöllisiä kuntouttavia toimia. palveluntarve voi olla moninainen ja yhtäaikainen esim. mielenterveys- ja päihdeongelmat, sosiaaliset ongelmat, toimeentulo ja työelämätaidot. (Kokko, Neronen, Martelin & Koskinen 2013, 29.)

Myös työpajalla on huomioitu se, että mitä pitempään asiakas on ollut työttömänä sen, vaikeampaa työllistyminen on. Pitkäaikaistyöttömän identiteetti heikentyy ja hän kokee olevansa yhteiskunnan ulkopuolella. Syrjäytyminen ja osallisuuden puute heikentää itsetuntoa ja he kokevat olevansa huonompia kuin muut. Tällainen ajattelutapa estää heitä yrittämästä päästä elämässään eteenpäin. Tämän kehittämistyön kautta luodaan asiakkaalle uudenlaisia näkökulmia vertaistuen ja osallisuuden kokemuksilla, jotta heidän itsetuntonsa vahvistuu.

2.2 Nuorisotyöttömyys

Nuorisotakuu tuli voimaan vuonna 2013. Nuorisotakuu velvoittaa tarjoamaan alle 25-vuotiaalle nuorelle ja alle 30-vuotiaalle vastavalmistuneelle työ-, työkokeilu- tai opiskelupaikan kolmen kuukauden kuluessa (HA 117/2014). Tarkoituksena on nopeuttaa nuoren koulutukseen tai työmarkkinoille siirtymistä ja ehkäistä työttömyyden pitkittymistä ja syrjäytymistä sekä tarjota apua ja tukea jo työttömyyden alkuvaiheessa. (Nuorisotyöttömyyden hoito 2020.)

Nuorisotakuun kehittämistyönä syntyi malli: Ohjaamo, joka ottaa vastuun nuoresta ja tekee yhteistyötä muiden toimijoiden kanssa nuoren tilanteen eteenpäin menemiseksi (Nuorisotakuu.fi 2015, Työ- ja elinkeinoministeriö 2020). Ohjaamot ovat nuorille alle 30-vuotiaille tarkoitettuja matalan kynnyksen paikkoja, josta he saavat henkilökohalta apua ammattilaisilta esim. opiskeluun tai työpaikkaan liittyvissä asioissa. Tarvittaessa ohjaamosta osataan ohjata myös oikeiden palveluiden piiriin.

(www.ohjaamo.fi 2020). Ohjaamoita löytyy melkein 100 kunnan alueelta ja ne toimivat TE-toimiston alaisuudessa.

Hämäläinen, Hämäläinen & Tuomala (2014) tutkivat nuorisotakuun edeltäjän, vuonna 2005 käynnistyneen nuorten yhteiskuntatakuun vaikutuksia nuorten työmarkkina-asemaan ja koulutukseen hakeutumiseen. Lisäksi tutkimuksessa arvioitiin takuun vaikutuksia nuorten syrjäytymisriskiin tarkastelemalla tulottomuutta, toimeentulotuki-asiakkuutta ja terveysongelmia. Tutkimuksen mukaan tulokset jäivät melko vaatimattomiksi. Takuun tarkoitus oli nimenomaan lisätä ilman koulutusta olevien nuorten koulutusmahdollisuuksia, mutta tähän tavoitteeseen ei päästy odotusten mukaan. Myös työllisyysvaikutukset jäivät vähäisiksi. Myös muiden nuorisotakuun vaikutusta työllistymisen edistämiseksi tehtyjen tutkimusten mukaan nuorisotakuulla ei ole ollut suurta muutosta nuorten työllistymiseen. (Nuorisotyöttömyyden hoito 2020.)

Nuorten pitkäaikaistyöttömien tilanne on huolestuttava. Näiden nuorten kohdalla työttömyys alkaa ilman koulutusta tai heti sen jälkeen. Lisäksi heille tehdyissä työkyky- ja kuntoutustarveselvityksissä on havaittu paljon hoitamattomia, työkykyä heikentäviä sairauksia ja vammoja. (Oivo & Kerätär 2018, 22.)

Valtti-työpajalla on paljon myös nuoria asiakkaita. Kankaanpäässä ei ole erikseen nuorten työpajaa, vaan nuoret ovat integroituna eri työpajoille. Tämä on koettu hyväksi toimintamalliksi, mutta nyt tämän kehittämistyön pohjalta pyritään nuorille lisäämään omaa ryhmätoimintaa työtoiminnan rinnalle. Nuoret ovat tuoneet keskusteluissa esille, että kaipaavat muutakin toiminnallista tekemistä kuin pelkästään työtoimintaa. Lisäksi heille lisätään yksilövalmennusta, jotta mahdollisiin työllistymisesteisiin tai muihin palveluntarpeisiin pystytään reagoimaan mahdollisimman aikaisessa vaiheessa. Kankaanpääläiset nuoret joutuvat matkustamaan lähimpään Ohjaamoon Poriin, johon on yli 50 km:n matka. Tämä on monelle nuorelle liian pitkä matka hakeutua Ohjaamon palveluiden piiriin. Tätä katvealuetta pyritään tässä kehittämistyössä täyttämään.

Lisäksi Kankaanpään kaupungin etsivät nuorisotyöntekijät vetävät Valtti-työpajan asiakkaille nuorten ryhmiä kerran kuukaudessa ja näissä ryhmissä voi olla muitakin kuin työpajan asiakkaita. Yhteistyöverkoston keskusteluissa on tullut esille, että

Kankaanpäässä tarvitaan nimenomaan nuorille kehitettävää sosiaalista matalan kynnyksen palvelua ja tähän tarpeeseen tämän kehittämistyön kautta pyritään vastaamaan.

3 VALTTI-TYÖPAJA JA TYÖPAJATOIMINTA

Työpajan tarkoitus on tukea peruspalveluita, paikata katvealueita ja tukea niitä, jotka putoavat pois palveluiden piiristä. Hallitusohjelman tavoitteisiin (2019-2023) on kirjattu työpajatoiminnan turvaaminen muuttuvissa olosuhteissa, opinnollistaminen ja työpajojen tukipalvelut yksilöllisiksi sekä työpajojen resurssien vahvistaminen. Työpajatoiminnan tarkoitus on vahvistaa osallisuuden kokemusta, elämänhallintaa ja yhteisöllisyyttä. (Valtakunnallisen työpajayhdistyksen www-sivut 2020.)

Työpajatoiminnan asiakkaat kuuluvat pääosin aikuissosiaalityön piiriin. Asiakkailla itsellään ei useinkaan ole tietoa mihin palveluihin he ovat oikeutettuja tai heillä ei ole voimavaroja ottaa niistä selvää. Sosiaalihuollon lainsäädäntö on hajanainen ja vaikea-selkoinen. He tarvitsevat henkilökohtaista palvelua ja tukea asioiden hoitoon. Näissä asioissa työpajan henkilöstö auttaa ja yhdessä asiakkaan kanssa tehdään yhteistyötä kunnan aikuissosiaalityön kanssa, jotta asiakkaan oikeudet ja velvollisuudet toteutuvat myös lakisääteisesti. (Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 812/2000, Lappalainen 2011, 12-14.)

3.1 Valtti-työpaja

Valtti-työpaja on Kankaanpään aikuiskoulutussäätiön hallinnoima organisaatio, jonka asiakkaat ovat pääasiassa työttömiä työnhakijoita. Työpajatoiminnan tarkoituksena on parantaa työttömän työnhakijan työllisyyttä ja auttaa jatkopolun löytymisessä joko

työelämään tai koulutukseen. Työpajajakso kuuluu asiakkaan kokonaisvaltaiseen palvelukokonaisuuteen. Yhteistyötä tehdään TE-toimiston, sosiaali- ja terveystoimen sekä yrittäjien kanssa. Muu yhteistyöverkosto koostuu asiakkaan tarpeista, kuten mielenterveyspalvelut, päihdehuolto, nuorisotoimi, oppilaitokset, velkaneuvonta ja diakoniatyö. Asiakkaita on n. 300 vuositasolla eri sopimusmuodoilla. Työntekijöitä on 18; toiminnanjohtaja, psykologi, uraohjaaja, kouluttaja, yksilövalmentaja sekä eri ammattialojen työvalmentajia. Toimipisteet sijaitsevat Kankaanpäässä sekä Karviassa.

Valtti-työpajan toiminta rakentuu kolmesta palvelukokonaisuudesta; työllistämis-, koulutus- ja kuntouttavat palvelut. Tarjottava työ- ja yksilövalmennus, psykologipalvelut ja ura- ja elämäntaitojen valmennus tukevat elämänhallinnan vahvistumiseen sekä jatkokoulutuksen löytymiseen. Fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen työ- ja toimintakyvyn pitää kohentua, jotta tulevaisuuden suunnitteleminen mahdollistuisi. (Valtti-työpaja 2020.)

Työpajalla sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen on osa päivittäistä toimintaa työtoiminnan rinnalla. Työpajalla sitä toteutetaan vertaistuen, yhteisöllisen tuen ja ryhmään kuulumisen keinoin.

Perinteisessä työpajatoiminnassa työ on vahvassa keskiössä ja tavoite kohti työelämää vahvana ohjenuorana. Haasteellisuuden asettaa asiakaskunnan entistä heikompi työkyky, mikä ei vastaa työelämän tarpeita. Jopa päivän viikossa työtoiminnassa käyminen ja siihen sitoutuminen on osoittautunut työpajalla ja muissa työllistymistä edistävien palveluntuottajien toiminnoissa ylivoimaiseksi. Pohjois-Satakunnassa etsivän nuorisotyön tavoittamien nuorten voimavarat eivät riitä työtoimintaan osallistumiseen, vaan tarvitaan uudenlaista matalamman kynnyksen palvelua. Erityisesti nuorten kohdalla mielenterveydelliset ja sosiaaliset haasteet ovat osoittautuneet selväksi työllistymisen esteeksi. Asiakaspolut pitkittyvät ja ihmiset saattavat kokea olevansa väärän palvelun piirissä.

Työpajan asiantuntijaverkoston (KELA, PoSa – Pohjois-Satakunnan peruspalvelukuntayhtymä, Nuorisotoimi, Satakunnan TE-toimisto Kankaanpää, Kaupungin työllisyyspalvelut, seutukunnan kuntien edustus, muut alueen 3. sektorin työllistymistä edistävien palveluiden (yhdistysten) edustajat, oppilaitos, työpaja) kokouksissa on pohdittu alueellisia tarpeita. Alueen kohderyhmälle soveltuvien matalan kynnyksen

palvelupaikkojen määrä on riittämätön ja niihin pääsy kestää pitkään, kun odotetaan paikkojen vapautumista. Alueen yhdistystoimijat; Kankaanpään Tekevät ry, KaSeVa ry (Kankaanpään seudun vammaisjärjestöt ry) ja Kankaanpään Toimitupa ry. tarvitsevat oman työllistämistä edistävän toimintansa tueksi uutta matalan kynnyksen toimintamallia asiakkaiden monisävyisten haasteiden tukemiseen. Tätä palveluiden katvealuetta täyttämään nousee kehittämistyönä matalan kynnyksen sosiaali- ja mielen-terveyspalveluiden toimintamalli Valtti-työpajalle. (Valtti-työpaja 2020.)

Kankaanpään aikuiskoulutussäätiö sr:n hallinnoima Valtti-työpaja on sitoutunut omalla toiminnallaan edistämään EU:n toteuttamaa YK:n kestävän kehityksen tavoitteita ja erityisesti kohtia 1. Ei köyhyyttä, 4. Hyvä koulutus ja 8. Ihmisarvoista työtä ja talouskasvua. Toimintamallin tavoitteena on tukea yksilöä siten, että edellytykset työntekoon, kouluttautumiseen ja työnsaantiin paranevat eri toimenpiteillä. (EU:n kestävän kehityksen tavoitteet 2020.)

3.2 Työpaja; sen tehtävä ja asiakkaat

Työpajan tarkoitus on voimauttaa asiakasta niin, että työ- ja toimintakyky kohenee kohti koulutusta tai työelämää. Työpajan toiminta on työkeskeistä ja tekemällä oppimista, jossa yhteisöllisyys on vahvasti läsnä ja jossa opetellaan yhdessä työelämätaitoja. Työpajalla työskentelee oman alansa asiantuntija työvalmentajana ja hänen tehtävänsä on tukea valmentautujan työkykyä, työyhteisöosaamista ja vahvistaa ammatillista osaamista. Työpajan yksilövalmentajan tehtävänä on tukea, motivoida ja kannustaa valmentautujaa kohti hänen omien tavoitteidensa saavuttamista sekä vahvistaa arjen- ja elämänhallintaa. Työpajalla opetellaan työelämän pelisääntöjä, työelämätaitoja, sosiaalista vuorovaikutusta ja vahvistetaan asiakkaan voimavaroja ja motivoidaan häntä kohti muutosta, jotta polku työelämään löytyy.

Asiakkaat eli valmentautujat ohjautuvat työpajalle TE-palveluiden, sosiaalitoimen, et-sivän nuorisotyön sekä oppilaitosten kautta. Sopimus pohjana kuntouttava työtoiminta, työkokeilu, palkkatuki työpajalle tai opintojen kautta työharjoittelu tai tukijakso. Asiakkaiden ikähaarukka on 17-62 vuotiaat ja perusteena työpajajaksolle tuen ja neuvonnan tarve koulutus- ja työmarkkinoille suuntautumiseen. Työpajatoiminta voi olla kunnan omaa toimintaa tai ostopalvelu säätiöiltä ja yhdistyksiltä.

Nuorten työpajatoiminta on lakisääteistä. Laki on määritelty nuorisolaissa (1285/2016) ja siinä säädetään nuorten työpajatoiminnan tehtävät, nuoren tietojen käsittely ja huumausainetestaus työpajatoiminnassa sekä valtionavustuksen myöntämisestä työpajatoimintaan. Nuorisolain 4 luvun 13 §:n mukaan valmennuksen tarkoitus on parantaa nuoren valmiuksia päästä koulutukseen, suorittaa koulutus loppuun ja päästä avoimille työmarkkinoille tai muuhun tarvitsemaansa palveluun. Tavoite on parantaa nuoren elämänhallintataitoja sekä edistää hänen kasvuaan, itsenäistymistään ja osallisuutta yhteiskuntaan. Nuorelle tehdään oma henkilökohtainen asiakassuunnitelma ja hän työskentelee työpajalla omien vahvuksiensa mukaan. Nuori valmentautuu tekemällä työtä tai työtoimintaa omien edellytystensä mukaan. Nuorille voi olla oma työpaja tai he voivat olla integroituna aikuisten työpajalle ja toimivat yhdessä aikuisten kanssa. Työpajatoiminnan valmennuksen onnistumiseksi asiakaslähtöisyys on kaiken a ja o. (Valtakunnallisen työpajayhdistyksen www-sivut 2020.)

Valtakunnallisten työpajakyselyiden mukaan suurin osa asiakkaista kokee sosiaalista vahvistumista oman työpajajakson aikana. Positiivista muutosta on myös koettu arjenhallinnassa, opiskelu- ja työelämävalmiuksissa sekä sosiaalisissa taidoissa ja itsetuntemuksessa. (Valtakunnallisen työpajayhdistyksen www-sivut 2020.)

3.3 Osallisuuden merkitys työpajatoiminnassa

Osallisuudella on suuri merkitys lisääntyneenä hyvinvointina tai vähentyneenä huonosuaisuutena. Osallisuus jaetaan kolmeen osaan; riittävä toimeentulo ja hyvinvointi, toiminnallinen osallisuus ja kuuluminen yhteisöön. (Koistilainen & Nieminen 2019, 163.) Osallisuuden tunne jostakin vahvistaa itsetuntoa ja edistää hyvinvointia.

Niskalan, Kairalan & Pohjolan (2017) teoksessa korostetaan asiakkuuden muutosta sosiaali- ja terveyspalveluissa. Tämän päivän sosiaalipalveluissa korostetaan enemmän asiakaslähtöisyyttä ja kokemusasiantuntijuutta. Tavoitteena on nostaa asiakkaan roolia kehittäjänä häneen kohdistuvissa palveluissa. Asiakas on oman elämänsä aktiivinen toimija ja tietää parhaiten mitkä ovat hänen elämänsä ongelmakohdat. Osallisuus ja osallistaminen on tärkeää asiakkaan voimaantumisessa kohti työelämää. Palveluihin pääsy on tärkeä osa sosiaalista osallisuutta. (Niskala ym. 2017, 7-12.)

Ala-Kauhaluoman ja Tuusan artikkeli Kuntoutus-lehdessä (1/2015) käsitteli sosiaalista kuntoutusta nuorten osallisuuden vahvistajana. Artikkelin mukaan tarvitaan monen toimijan yhteistyötä nuorten palveluprosessissa. Useasti mielenterveys- ja päihdeongelmat ovat nuorilla työllistymisen esteenä ja altistavat syrjäytymisriskille. Nuoret tarvitsevat yksilöllistä ja ryhmämuotoista tukea ja ohjausta arjenhallintaan sekä osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksia voimaantumiseen. Tähän nuorten tarpeeseen työpaja vastaa, sillä työpajatoiminnan perusajatuksena on yhteisöllisyys, vertaistuki ja yhdessä tekeminen/oppiminen.

4 TYÖ- JA TOIMINTAKYKY ARJESSA SELVIÄMISEN JA ELÄMÄNLAADUN PARANTAJINA

Ihmisen työ- ja toimintakyky koostuu fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta toimintakyvystä.

Maailman terveysjärjestön (WHO):n kansainvälinen toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden luokitus on ICF (International Classification of Functioning, Disability and Health). ICF ymmärtää toimintakyvyn ja toimintarajoitteet moniulotteisena, vuorovaikutuksellisena ja dynaamisena tilana, joka koostuu terveydentilan sekä yksilön ja ympäristötekijöiden yhteisvaikutuksesta. Tämä on kokonaisvaltainen näkökulma, jossa huomioidaan biologinen, psyykkinen ja sosiaalinen toimintakyky. Asiakkaan toimintakykyä arvioidaan haastatteluin ja havainnoin. (Stakes 2009.)

Toimintakyvyn mittaamisessa käytetään usein myös erilaisia mittareita. Näiden mittausten valintaa ICF-luokitus ei tarkkaan määrittele. Kehittämistyön tekijän tulee osata valita oikeimmat, pätevimmat ja luotettavimmat arviointimenetelmät asiakkaan toimintakyvyn kartoittamiseksi. Tämän kehittämistyön pohjana on käytetty Kykyviisari-itsearviointimittaria. (Valkeinen & Anttila 2014, 5-6.)

Työttömät ovat sairaampia kuin saman ikäiset työssäkäyvät. Kuitenkin he käyttävät vähemmän terveyspalveluita. Lisäksi heidän tarpeitaan ei tunnisteta sosiaali-, terveys- ja te-palveluissa. (Kerätär 2016, 22-27.) Sairaamat jäävät ja ohjautuvat työmarkkinoiden ulkopuolelle ja terveimmät pääsevät työhön. Työttömyyden on todettu heikentävän terveyttä ja lisäävän sairastavuutta. Työttömyyden vuoksi samoille henkilöille kasautuu myös muita terveyden kannalta haitallisia tekijöitä kuten: köyhyyttä, matalaa koulutustasoa ja epäterveellisiä elintapoja. Useiden kansainvälisten tutkimusten

mukaan matala sosioekonominen taso ja heikko terveys yhdessä kuormittavat ihmisen puolustusjärjestelmää. (Kerätär 2016, 42-43.)

Juvonen-Postin väitöstutkimuksessa (2018) todetaan, että yksilön omien toiveiden ja valinnan mahdollisuuksien huomioiminen on erittäin tärkeää yksilön työkyvyn parantamiseksi. Yhteistyössä asiakkaan kanssa käydään läpi vahvuudet ja kehittämiskohteet, jotta työ- ja toimintakyky vahvistuu. (Juvonen-Posti 2018.)

Oivon ja Kerättären (2018) selvitysraportti kartoitti osatyökykyisten tilannetta työmarkkinoilla sekä palveluita, joiden avulla edistetään työllistymistä. Tutkimuksen mukaan pitkäaikaistyöttömän asiakkaan palvelutarvetta, työkykyä ja kuntoutustarvetta ei selvitetä riittävän yksilöllisesti ja monialaisesti ja se johtaa useiden työttömien jäämisen palveluiden ja etuuksien ulkopuolelle. (Oivo & Kerätär 2018.)

Raivion (2018) SOSKU-hankkeen: Enemmän sosiaalista toimintakykyä, lisää osallisuutta! loppuraportin mukaan fyysisen toimintakyvyn parantuminen parantaa myös asiakkaan psyykkistä vireystilaa sekä auttaa kokonaisvaltaisesti asiakkaan arjessa selviytymistä ja elämänlaadun parantumista (Raivio 2018).

4.1 Fyysinen toimintakyky

Fyysinen toimintakyky kertoo sen, miten liikumme ja selviämme omassa arjessamme. Fyysisen toimintakyky koostuu lihasvoimasta, kestävyyskunnosta, nivelten liikkuvuudesta, liikkeiden ja kehon hallinnasta. (THL Mitä toimintakyky on 2020; Koponen, ym. 2018). Tässä kehittämistyössä liikunta sisällytetään mukaan toiminnallisiin ryhmiin. Valtti-työpajalla fyysiseen toimintakykyyn on aina kiinnitetty huomiota ja viikoittaiset yhteiset liikuntaryhmät ovat olleet työpajan alkuajoista lähtien säännöllisenä toimintana mukana. Esimerkiksi: sähly, kuntopiiri, kävely, frisbeegolf ja uinti. Liikuntaryhmissä on myös hyödynnetty vertaisohjaajien käyttö eli työpajan asiakkaat omien vahvuksiensa mukaan ovat vetäneet liikuntaryhmiä.

Valtti-työpajalla päättyi vuoden 2019 lopussa VIRE-hanke, jossa hyödynnettiin ensimmäisen kerran vertaisohjaajia joogassa, kävelyryhmissä ja kuntopiireissä. Hanke oli Liikunnan ja kansanterveyden edistämistätiö LIKES sr:n (Kunnossa kaiken ikää-ohjelma) myöntämä ja se oli tarkoitettu asiakkaiden toimintakyvyn kohentamiseen liittyvään toimintaan. Säännöllisen liikkumisen ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin huomioiminen työtoiminnan lisänä on tärkeää ja se koetaan yhtä tärkeänä tekijänä kuin työtoiminta asiakkaan työ- ja toimintakyvyn vahvistamisessa.

Ahoranta (2016) tutki opinnäytetyössään NYT-hankkeen liikuntaryhmien merkitystä pitkäaikaistyöttömien nuorten toimintakykyyn nuorten näkökulmasta. Nuoret kokivat, että hankkeen liikuntaryhmillä oli monta positiivista merkitystä heidän toimintakyvylleen esim. positiivinen mielenterveys ja fyysinen jaksaminen, aktivoituminen, sosiaaliset kontaktit muiden kanssa ja tuki parempiin elintapoihin. Liikunta lisäsi kokonaisvaltaista hyvinvointia fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti. Nuoret kokivat myös, että liikuntaryhmiin osallistuminen oli lievittänyt ahdistusta, stressiä ja toisaalta parantanut itsetuntoa. (Ahoranta 2016.)

4.2 Psyykkinen toimintakyky

Psyykkisen toimintakyky koostuu siitä, miten ihminen kykenee selviytymään arjen haasteista ja kriiseistä. Ihmisen omat voimavarat, itsearvostus, mielialat ja elämänhallinta kertovat psyykkisestä toimintakyvystä. Siihen liittyy myös se, miten vastaanotamme ja käsittelemme tietoa, miten suunnittelemme elämää eteenpäin ja miten muodostamme käsityksiä omasta itsestämme ja ympäröivästä maailmasta. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Mitä toimintakyky on 2020.)

Valtti-työpajalla on nähtävissä lisääntynyt tarve asiakkaiden psyykkisen toimintakyvyn vahvistamiseen. Asiakkailla on sosiaalisten tilanteiden ja epäonnistumisen

pelkoa, ahdistusta, masennusta, yksinäisyyttä ja kiusaamistaustaa. Yhteisöllisyys, onnistumisen kokemukset ja vertaistuki ovat tärkeitä psyykkisen toimintakyvyn vahvistajia. Joukkoon ja ryhmään kuuluminen vahvistaa minäkuvaa ja vähentää yksinäisyyden/erilaisuuden tunnetta.

Tämän kehittämistyön toimenpiteissä hyödynnetään erilaisia menetelmiä psyykkisen toimintakyvyn vahvistamiseksi. Esimerkiksi Mindfulness, voimauttava valokuvaus ja rentoutus. Terapeuttisessa ryhmässä vahvistetaan osallistujan mielenterveyttä, minäkuvaa, jotta usko omiin voimavaroihin ja usko omasta elämänhallinnasta vahvistuu. Sosiaaliset pelot hallitsevat monen nuoren elämää ja tähän etsitään keinoja, miten sitä voi hallita tai päästä siitä kokonaan eroon. Ryhmässä hyödynnetään kognitiivisen käyttäytymisterapian keinoja hyvinvoinnin lisäämiseksi ja oman tilanteen ymmärtämiseksi. Kognitiivisen käyttäytymisterapian on todettu olevan tehokas mm. ahdistuksen ja masennuksen hoidossa. (Tuomisto & Lappalainen 2012, 80-102.)

4.3 Sosiaalinen toimintakyky

Sosiaalinen toimintakyky muodostuu yksilön, sosiaalisen verkoston, ympäristön, yhteisön ja yhteiskunnan välisissä dynaamisissa vuorovaikutussuhteissa. Sosiaalista toimintakykyä tarvitaan vuorovaikutussuhteissa ja osallistujana yhteisössä ja yhteiskunnassa. Sosiaalinen toimintakyky lisää osallisuuden kokemusta. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Mitä toimintakyky on 2020.)

Raivion (2018) loppuraportissa SOSKU-hankkeesta, Enemmän sosiaalista toimintakykyä, lisää osallisuutta! esitellään toteutettua kehittämistyötä ja sen keskeisimpiä tuloksia valtakunnallisesti. Hankkeen konkreettisina tavoitteina olivat työelämän ulkopuolella ja heikoimmassa työmarkkina-asemassa olevien työ- ja toimintakyvyn parantaminen sekä asiakkaiden sosiaalisen osallisuuden tukeminen. SOSKU-hankkeessa kehitettiin toimintamalleja niin sosiaalisen kuntoutuksen yksilötyöskentelyyn kuin

ryhmätoimintoihinkin. Molemmat ovat tarpeellisia ja niitä käytetään rinnakkain sosiaalisen osallisuuden vahvistamiseksi.

Terveyden ja yleisen hyvinvoinnin kohenemisella on suuri merkitys sosiaalisen toimintakyvyn lisääntymiseen. Sosiaalisia taitoja tarvitaan erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Sosiaaliset taidot koostuvat itseilmaisuuksiin liittyvistä taidoista, miten luomme ja ylläpidämme ihmissuhteita sekä otamme vastuun myös muista ja miten luotamme toisiinsa. Elinympäristö, lapsuuden kokemukset ja omat luonteenpiirteemme vaikuttavat siihen, millaiseksi sosiaaliset taitomme kehittyvät. (Raivio 2018, 43-45.)

Sosiaalisella kuntoutuksella viitataan toimintaan, joka pyrkii vahvistamaan ihmisten sosiaalista toimintakykyä, ehkäisemään syrjäytymistä ja lisäämään osallisuutta yhteiskuntaan ja työelämään (Kostilainen & Nieminen 2018, 11).

Böckerman Heidi tutki opinnäytetyössään (2017), mikä merkitys sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoiminnalla on asiakkaan työelämäosallisuuden edistämiseksi. Sosiaalisen kuntoutuksen palvelu on monin osin vielä jäsentymätöntä, erityisesti työllistymisen edistämiseen liittyvissä palveluissa, eikä se ole riittävän pitkäaikaista. Böckermanin mukaan sosiaaliselle kuntoutukselle tulee olemaan tulevaisuudessa lisääntyvä tarve ja tästä syystä yhdenvertainen ja tasapuolinen toimintamalli pitäisi kuulua kaikille asiakkaille. Myös vahvan tuen tarpeessa olevien asiakkaiden määrä tulee nousemaan ja silloin tarvitaan vahvaa ammatillista osaamista myös kuntien sosiaalipalveluissa. (Böckerman 2017.)

5 KYKYVIISARI ASIAKKAAN TYÖ- JA TOIMINTAKYVYN MITTARINA VALTTI-TYÖPAJALLA

Tänä päivänä paljon puhutaan sosiaalityön vaikuttavuudesta. Sosiaalityön vaikuttavuutta on vaikea mitata ja todentaa, että juuri näillä toimenpiteillä on saatu aikaan haluttu muutos. Asiakkaan oma arvio omasta työ- ja toimintakyvystään alku- ja lopputilanteessa mitattuna kertoo ehkä parhaiten muutoksesta. Tämän avulla asiakas itsekin tiedostaa muutostarpeet ja saavutetut muutokset.

Sosiaali- ja terveysministeriön asettaman selvitysryhmän yksi toimenpide-ehdotus, koskien valtakunnallisesti sosiaalityön vaikuttavuuden mittaamista, on ottaa käyttöön sosiaalityöhön erityisesti kehitettyjä mittareita. SOKRA – koordinaatiohankkeen kehittämä kykyviisari työ- ja toimintakyvyn itsearviointimittari, nousi yhdeksi vaihtoehdoksi valtakunnallisesti. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Sokra-hanke 2019.)

Kykyviisarin kehittämistyön on tehnyt Työterveyslaitoksen Solmu-ESR-koordinaatiohanke yhdessä ESR toimintalinjan 5 hankkeiden kanssa vuosina 2014-2017. Kohderyhmänä olivat vaikeassa työmarkkina-asemassa olevat työkäiset. (Työterveyslaitos, Solmu-hanke 2019.) Olen tutustunut moneen eri ESR-hankkeeseen tätä kehittämistyötä tehdessäni ja kartoittanut niissä syntyneitä hyviä käytäntöjä, joita voisin hyödyntää tässä kehittämistyössä ja joissa on vaikuttavuuden arviointimittarina käytetty Kykyviisari-itsearviointikyselyä.

Anni Kierikka (2019) kartoitti omassa opinnäytetyössään Kankaanpään aikuiskoulutussäätiön, Valtti-työpajan asiakkaiden työ- ja toimintakykyä Kykyviisari-kyselyn avulla vuonna 2019. Kierikka vertasi Valtti-työpajan asiakkaiden Kykyviisari-vastauksia TL5-hankkeiden (sosiaalinen osallisuus ja köyhyiden torjunta) osallistujien Kykyviisari-vastauksiin valtakunnallisesti. Hankkeisiin osallistuivat samanlainen

asiakaskunta ja sen tulokset antavat näkymän myös kansallisella tasolla. Valtti-työpajan asiakkaiden vastaukset olivat samassa linjassa TL5-hankkeiden kanssa.

Käytin tämän kehittämistyön analysoinnin pohjana Anni Kierikan kyselyvastauksia Valtti-työpajan asiakkaille ja näiden vastausten pohjalta kehittämistyötä lähdettiin suunnittelemaan.

Valtti-työpajalla kykyviisariin vastasi 29 asiakasta, joista naisia oli 12 ja miehiä 17. Kyselyn vastaajista (11) oli nuoria alle 29-vuotiaita. Varsinkin heidän kohdallaan tällainen suunnitelmallinen, ennaltaehkäisevä tuki ja apu ehkäisee syrjäytymistä työmarkkinoilta ja yhteiskunnasta. Työpajan nuoret asiakkaat ovat tuoneet keskusteluissa esille, että työtoiminnan ohella he kokevat tarvetta ryhmätoiminnalle erilaisilla teemoilla kuten liikunta, keskustelu, vertaistuki ja luovat toiminnot. He kokevat näistä olevan apua tulevaisuuden ja jatkopolun selkiytymisessä ja sosiaalisten vuorovaikutustaitojen vahvistamisessa.

5.1 Kykyviisarin osa-alueet

Kykyviisarin kysymykset liittyvät hyvinvointiin, osallisuuteen, mieleen, arjenhallintaan, taitoihin ja osaamiseen, kehon fyysiseen toimintakykyyn, talouteen ja koulustaustaan sekä tulevaisuuteen siten, että asiakas arvioi oman näkemyksensä työllistymiseen tai koulutukseen siirtymiseen, sekä muutostoiveet omassa elämässä. Nämä muutostoiveet koskevat; työtilannetta, fyysistä kuntoa, taloutta, terveyttä, mieltä, unta, ruokailutottumuksia, osaamista, ihmissuhteita, arjenhallintaa, harrastuksia ja päihteitä. (Työterveyslaitoksen [www-sivut](http://www.ttl.fi) 2020.)

Tässä kehittämistyössä keskitytään pelkästään muutostoiveosioon. Näihin muutostoi-
veisiin keskittymällä pystymme kehittämään asiakastyötämme asiakkaiden tarpeita vastaaviksi. Valtti-työpajan asiakkaiden Kykyviisari-vastauksista eniten

muutostoiveita tuli työtilanteeseen, fyysiseen työkuuntoon, omaan talouden hallintaan ja terveyteen.

5.2 Kykyviisari työkaluna asiakastyössä

Kykyviisari-itsearviointimittari toimii hyvänä puheeksiotto-menetelmänä asiakastyössä. Asiakas täyttää kyselyn itsenäisesti ja arvio oman työ- ja toimintakykynsä itse, joten tämä tukee asiakaslähtöisyyttä. Kyselyyn vastaaminen kestää n. 10-30 minuuttia ja se tehdään pääosin sähköisesti, tarvittaessa myös paperiversiona. Työntekijä käy yhdessä asiakkaan kanssa vastaukset läpi ja katsotaan mitkä osiot vaativat muutosta ja niiden pohjalta asiakas asettaa itselleen tavoitteet. Kysely antaa sen hetkisen tilannekartoituksen asiakkaan työ- ja toimintakyvystä, sekä tekee näkyväksi asiakkaan työ- ja toimintakyvyn kokonaisvaltaisesti.

Asiakasta tuetaan ja motivoidaan muutokseen sekä avataan uusia näkökulmia tulevaisuuden suhteen. Kyselystä saadaan myös raportti, joka vertaa asiakkaan edellisiä vastauksia keskenään, jotta nähdään, onko haluttua muutosta saatu aikaan. On tärkeää, että asiakkaalle on selkeästi määriteltä tavoitteet, ne ovat mitattavissa, ovat henkilökohtaisia ja realistisia sekä tavoittelemisen arvoisia ja sovittuun määräaikaan sidottuja.

Yhdessä asiakkaan kanssa käydään läpi myös vahvuudet, jotta asiakas näkee mistä koostuu hänen voimavaransa ja mitkä auttavat häntä muutoksessa eteenpäin. Kykyviisari helpottaa asiakassuunnitelman tekoa ja tavoitteiden asettamista ja tekee näkyväksi muutoksen työ- ja toimintakyvyssä, kun kysely toistetaan esim. kolmen kuukauden kuluttua. (Työterveyslaitoksen [www-sivut](http://www.ttl.fi) 2020.)

Itse koen Kykyviisarin monipuoliseksi työkaluksi asiakastyöhön. Se antaa vastauksia sellaisiin kysymyksiin, mitä ei huomaa tai on vaikea ottaa puheeksi ensimmäisellä tapaamiskerralla esimerkiksi päihteet, haastavat ihmissuhteet tai niiden puuttuminen, velka-asiat ym. Lisäksi sen avulla on helpompi tehdä väliarviota ja palata uudelleen

haastavampiin aiheisiin ja seurata, onko haluttua muutosta tapahtunut sovitulla aikavälillä. Toimintakyvyn tuloksia voidaan seurata osa-alueittain sekä yksilö- että ryhmätasolla.

Lisäksi koen yksilövalmentajan näkökulmasta kykyviisarin käytön hyvänä puheeksiotto-menetelmänä nimenomaan muutostoiveiden kohdalla. Kykyviisarin kaikki kysymys-osa-alueet eivät välttämättä sovi sellaisenaan työnhakijoille. Kysymysskaala on niin laaja ja kysymyksiä paljon, jotta täyttämisen loppuvaiheessa voi ote jo herpaantua. Jotkut kysymysten asettelut aiheuttavat lisäkysymyksiä täyttövaiheessa, kun asiakas ei ymmärrä mitä kysytään. Lisäksi asiakkaat keskusteluissa ovat tuoneet esille, että kysymyksiä on kyselyssä liikaa ja vastausprosentit antavat liian positiivisen kuvan asiakkaan työ- ja toimintakyvystä heidän omasta mielestään. He kokivat olevansa huomomassa kunnossa kuin tulokset antoivat ymmärtää.

Oman organisaation toimintatapojen ja palveluiden vaikutusten seurantaa voidaan seurata ja kehittää Kykyviisarin avulla. Kun asiakkaat täyttävät työpajajakson aikana alussa ja lopussa Kykyviisarin, saadaan ryhmätason tietoa asiakkaiden työ- ja toimintakyvyssä tapahtuneista muutoksista. Tämän pohjalta voidaan omia toimintamalleja kehittää/muuttaa paremmin asiakkaiden tarpeita vastaaviksi. (Kykyviisarin www.sivut 2020.)

6 KEHITTÄMISTYÖN TOTEUTTAMINEN

Idea kehittämistyöhöni tuli Anni Kierikan (2019) omassa opinnäytetyössään teettämästä Kykyviisari-kyselystä kesällä 2019 Valtti-työpajan asiakkaille. Näiden vastaus-
ten pohjalta lähdin miettimään, miten voisimme parantaa Valtti-työpajan toimintaa
vielä asiakaslähtöisemmäksi. Useimmat vastaajista kokivat oman työ- ja toimintaky-
kynsä niin huonoksi, etteivät ole valmiita siirtymään vielä työelämään. Valtti-työpajan
asiakkaat ovat pääosin pitkäaikaistyöttömiä. Työpaja-jakson tarkoituksena on selkiyt-
tää asiakkaan työ- ja toimintakyky kohti työelämää tai koulutusta.

Myös työntekijöiden keskinäisissä keskusteluissa oli tullut esille, että tarvitaan uuden-
laisia toimintatapoja asiakastyön tehostamiseksi. Lisäksi Valtti-työpajan moniamma-
tillisen yhteistyöverkoston palaverissa oli tullut esille se, että tarvitaan jo olemassa
olevien julkisten matalan kynnyksen palveluiden rinnalle uusia palveluita, joissa kar-
toitetaan ja kohennetaan asiakkaan työ- ja toimintakykyä. Varsinkin nuorten pitkäai-
kaistyöttömien asiakkaiden kohdalla tarvitaan yksilöllisiä ja räätälöityjä työ- ja toimin-
takykyä vahvistavia toimenpiteitä työtoiminnan rinnalle.

Kävin läpi ja analysoin kaikki Anni Kierikan Valtti-työpajan asiakkaille teettämät Ky-
kyviisari-vastaukset. Keskityin vastauksissa muutostoive-osioon ja poimin ne aiheet,
joihin asiakkaat toivoivat eniten muutosta. Eniten muutosta toivottiin työtilanteeseen,
fyysiseen kuntoon, terveyteen ja talouteen. Asiakkaan työ- ja toimintakyvyn vahvista-
minen räätälöidyillä toimenpiteillä helpottaa työelämään tai koulutukseen siirtymistä.
Työpajan tehtävänä on auttaa asiakasta löytämään oma jatkopolkunsaa kohti työelämää
tai koulutusta sekä tukea ja kannustaa asiakasta kohti haluttua muutosta.

6.1 Toiminnallinen tutkimus kehittämistyön pohjana

Tässä opinnäytetyössä on käytetty toiminnallista tutkimusta kehittämistyön pohjana. Toiminnallisessa tutkimuksessa tutkija itse on muutosprosessissa mukana, joten tässä tilanteessa tämä on luonnollinen valinta itselleni työpajan yksilövalmentajana. Myös asiakkaat ovat osallisena kehittämistyössä ja heidän kanssaan on käyty jatkuvaa dialogia muutosprosessista. Tarkoituksena on kehittää toimintaa asiakkaiden tarpeita vastaavaksi toiminnaksi. Tämä tutkimustapa on käytännönläheinen ja ongelmakeskeinen ja muutokseen pyrkivä. Toimintatutkimus on prosessi, joka tähtää toimintojen muuttamiseen ja kehittämiseen vielä toimivimmiksi. Toimintatutkimuksen tavoite on parantaa yksilön vaikutusmahdollisuuksia, yhteisön kehittämistä sekä demokratian ja tasa-arvon lisääntymistä. (Kananen 2017, 12-13; Heikkinen, Huttunen & Moilanen 1999, 18.)

Kehittämisen tarkoitus on muuttaa toimintatapaa tai toimintarakenteita, joko yhden työntekijän työskentelyyn tai koko organisaation yhteisen toimintatavan muutokseen (Toikko & Rantanen 2009, 14). Tässä kehittämistyössä kehitetään organisaatiolle uudenlainen toimintamalli.

Toimintatutkimuksen oppi-isänä pidetään saksalaissyntyistä Kurt Lewiniä (1880-1947), joka pakeni Yhdysvaltoihin Saksasta sota-aikana. Hänen näkemyksensä mukaan yhdessä, ryhmänä toimimalla saadaan parempia tuloksia aikaan, kuin ylhäältä tulleiden käskyjen noudattamisella. (Kananen 2017, 11-12.) Toimintatutkimuksellisessa yhteydessä kehittämisprosessissa painotetaan spiraalimallia, jossa painottuu havainnoinnin ja toteutuksen sekä suunnittelun ja reflektion välinen vuorovaikutus (Toikko & Rantanen 2009, 66).

Tässä tutkimustavassa asiakkaalla on suuri rooli muutosprosessissa. Hän on muuttunut objektista subjektiksi ja hän on työntekijän kanssa tasavertainen kehittäjä ja vaikuttaja. (Niskala, Kairala & Pohjola 2017, 7-8.)

Tässä kehittämistyössä on huomioitu nimenomaan asiakkaiden tarpeista nousseet teemat ja toiveet ja niiden pohjalta toimintatapoja on lähdetty muokkaamaan. Jatkossakin asiakkaat täyttävät alkutilanteessa Kykyviisari-itsearviointikyselyn ja vastaukset käydään yhdessä asiakkaan kanssa läpi. Poimitaan vahvuudet, kehittämiskohdat ja muutostoiveet. Asetetaan näiden pohjalta tavoitteet asiakkaan sopimusjaksolle, tehdään väliarviointi ja tarkistetaan tavoitteissa pysyminen ja sopimusjakson lopuksi jälleen Kykyviisarikysely, jota verrataan ensimmäisiin vastauksiin. Näin tehdään näkyväksi myös asiakkaalle se, onko tehdyillä toimenpiteillä saatu muutosta aikaiseksi. Asiakkaan sopimusjakson aikana käydään jatkuvaa dialogia siitä missä tilanteessa ollaan nyt ja mihin suuntaan ollaan menossa ja näiden muutostarpeiden pohjalta pystymme muokkaamaan toimintaamme paremmin asiakkaan tarpeita vastaaviksi reaaliajassa.

Toimintatutkimus kuuluu interventiotutkimukseen kehittävän ja konstrukttiivisen tutkimuksen kanssa. Kehittämiskohteenä on tässä Valti-työpajalle luotava uusi toimintamalli. Toimintatutkimus edellyttää tutkimuksellista otetta ja tutkimusosion. (Kananen 2017, 13-18.) Tässä kehittämistyössä tutkimuksellinen osio syntyy Kykyviisarikyselyn tuloksien aineistonkeruulla ja niiden analysoinnista tutkimukselliseen muotoon.

Toimintatutkimuksen päämääränä on käytännön hyöty, joka tässä kehittämistyössä tarkoittaa asiakaslähtöisemmän toimintamallin kehittämistä. Toimintatutkimukselle tyypillistä on reflektoida käytössä olevia ajattelu- ja toimintatapoja. Tämän reflektoinnin kautta syntyy ymmärrys muuttaa omaa toimintaa sen hetkistä tarvetta vastaavaksi. (Heikkinen, Rovio & Syrjälä 2007, 34.)

Tässä opinnäytetyössä on käytetty kvantitatiivista, määrällistä tutkimusta ja aineistonkeruumenetelmänä oli Kykyviisari-itsearviointilomake. Vastauksista on tehty Power Pivot-taulukkolaskennan avulla kaaviot, jotta saadaan selville mihin asioihin asiakkaat eniten toivoivat muutosta elämässään. Taulukoinnissa on myös eritelty naisten,

miesten ja nuorten alle 29 vuotiaiden osuus. Tämän erittely helpottaa ryhmien suunnittelua ja toteuttamista juuri oikealle kohderyhmälle heidän tarpeidensa mukaan.

Toimintatutkimukseen sisältyy vahvasti reflektointi. Tätä kehittämistyötä on arvioitu ja reflektoitu koko sen suunnitteluvaiheen ajan. On tullut uusia ideoita ja jotkin kohdat ovat tarvinneet tarkennuksia. On myös mietitty henkilöstön ajatusmalleja, työnkuvan muutoksia ja ammattitaidon ja osaamisen hyödyntämistä ryhmätoimintoihin ja niiden teemoihin. On myös huomioitu raamit ja rajat mihin suuntaan ja kuinka laajalle alueelle kehittäminen viedään. Mikä on tarpeellista/oleellista työpajan toiminnan sekä sidosryhmien kannalta tulevaisuudessa. (Valli & Aaltola 2015, 211.)

Kehittämistyössä on huomioitu Talentian eettiset ohjeet ja ne ovat luoneet arvopohjan asiakastyölle. Yksittäinen asiakas ei ole tunnistettavista tästä kehittämistyöstä ja kehittämistyössä on noudatettu hyvän tutkimustavan sääntöjä.

6.2 Kykyviisari-aineiston analyysi

Tutkimuksen tekemisen kannalta keskeisin asia on tutkimusmetodin kautta saadun aineiston analyysi, tulkinta ja johtopäätösten tekeminen. Tärkeää on valita sellainen analyysitapa, joka tuo parhaiten vastauksen asetettuun tutkimusongelmaan. Tutkija tekee alustavia valintoja analyysitapaan tutustuessaan. Tärkeintä on valita sellainen analyysitapa, joka vastaa parhaiten tutkimusongelmaan. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2016, 223-225.) Tässä kehittämistyössä haluttiin kehittää Valtti-työpajan toimintaa vielä asiakaslähtoisemmäksi ja yksilöllisemmäksi asiakkaan tarpeet huomioiden.

Tutkijana kävin kaikki Anni Kierikan opinnäytetyössään Valtti-työpajan asiakkaille teettämät Kykyviisari-kyselyn vastaukset läpi ja pohdin mitä vastaukset kertovat asiakkaidemme työ- ja toimintakyvystä. Vastaukset olivat anonyymejä ja ainoastaan numeroituja, asiakkaiden henkilöllisyys ei tullut vastauksista esiin, eivätkä he ole niistä tunnistettavissa. Vastauksista selvisi vain vastaajan sukupuoli ja ikä. Nämä olivat

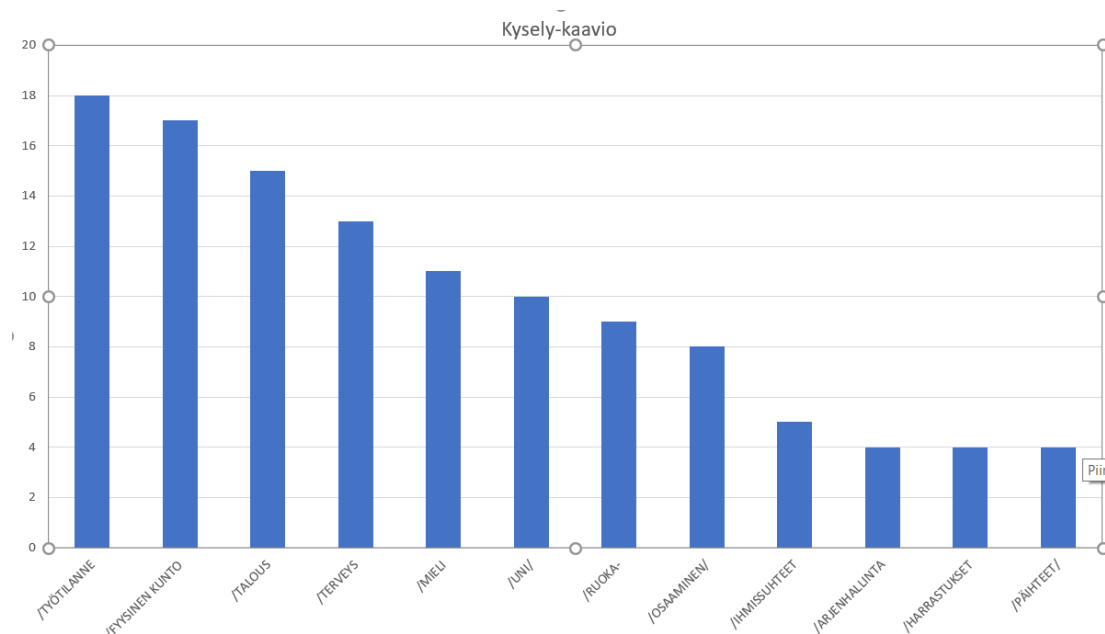
myös sellaisia asioita, jotka tutkijaa kiinnostivat, jotta oikeanlaista toimintaa osattaisiin kohdentaa esimerkiksi tietylle ikäryhmälle, naisille ja miehille. Kykyviisari-kyselyn pohjalta nousseet muutostoiveet asiakkaiden elämässä olivat; muutos työtilanteeseen, fyysiseen kuntoon, terveyteen, talouteen ja mieleen.

Tässä kehittämistyössä käytettiin Pivot-taulukkolaskentaa vastausten määrittelyyn, jotta saatiin selville mille osa-alueille asiakkaat toivoivat muutosta suuruusjärjestyksessä. Näiden vastausten pohjalta myös ryhmätoiminta pystytään räätälöimään kullekin ryhmälle tarpeen mukaan. Vastaukset kertoivat myös sen, minkälaisia toimintoja asiakkaat toivovat työtoiminnan lisäksi niin, että heidän työ- ja toimintakykynsä kohenee.

Tein vastauksista Pivot-taulukkolaskennan avulla kaaviot ja näihin suuremman vastausprosentin saaneista muutostoiveista lähdin kehittämään uudenlaista toimintamallia Valtti-työpajalle. En lähde tässä opinnäytetyössä käsittelemään kaikkia Kykyviisari-kyselyn vastauksia vaan keskityn ”Mihin elämäsi osa-alueille toivoisit muutosta”-kysymyksien osioon. Koen, että näiden vastausten avulla pystymme kehittämään toimintaamme asiakaslähtoisemmäksi ja yksilöllisemmäksi niin, että asiakkaan työ- ja toimintakyky sekä työllistymismahdollisuudet paranevat.

Suunnittelimme ja keskustelimme esimieheni kanssa uudesta toimintamallista useasti kesän ja syksyn 2019 aikana. Myös koko työyhteisö osallistui ideointiin. Työntekijöillä on useiden vuosien kokemus työskentelystä heikommassa työmarkkina-alueella olevien asiakkaiden kanssa ja näkemys siitä, minkälaisilla toimenpiteillä on saatu positiivisia muutoksia aikaan.

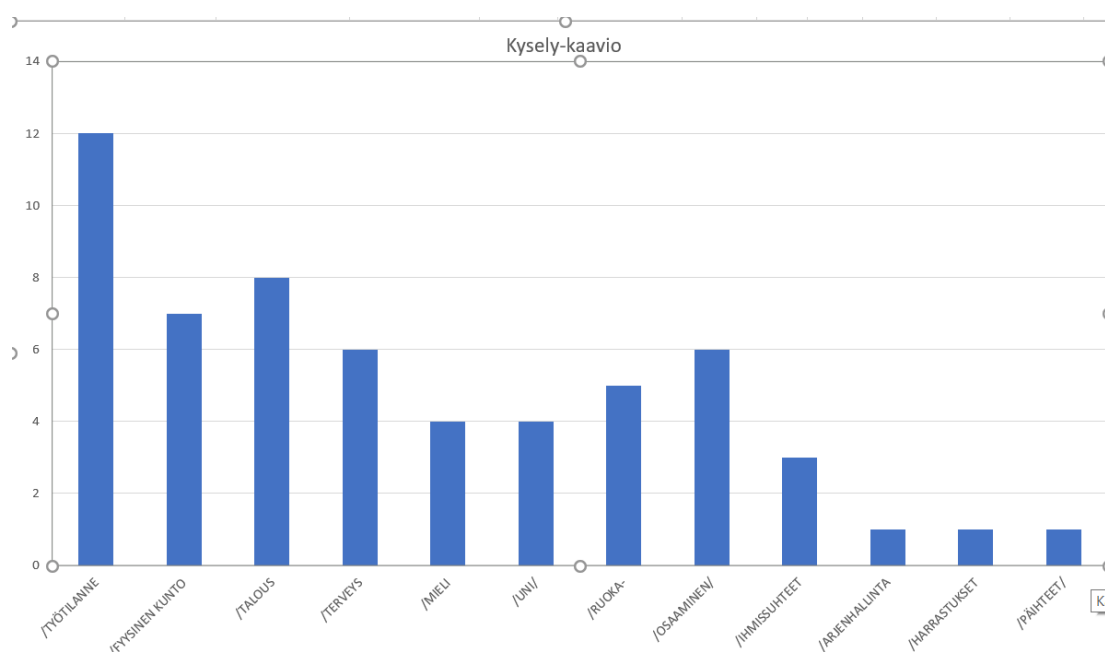
Seuraavissa kaavioissa kuvattuna 29 vastausta; miesten, naisten ja nuorten alle 29-vuotiaiden muutostoiveet. Mielenkiintoista oli huomata se, miten eri teemat painottuivat, miehillä, naisilla ja nuorilla alle 29-vuotiailla. Kaavioissa on eriteltynä miehet, naiset ja alle 29-vuotiaat, jotta juuri heille voidaan kohdentaa oikeita palveluita.



Kuvio 3. Valtti-työpajan asiakkaiden kaikki (29) Kykyviisarin muutostoive-vastausta.

Tähän taulukkoon on kerätty kaikki (29) Valtti-työpajan asiakkaiden Kykyviisari-kyselyn muutostoive-vastausta. Työtilanteeseen haluttiin eniten muutosta ja arjenhallintaa, harrastukset ja päihteet saivat vähiten vastauksia. Mielenkiintoista oli huomata se, mitä eroavaisuuksia tulee eri sukupuolten ja nuorten välillä.

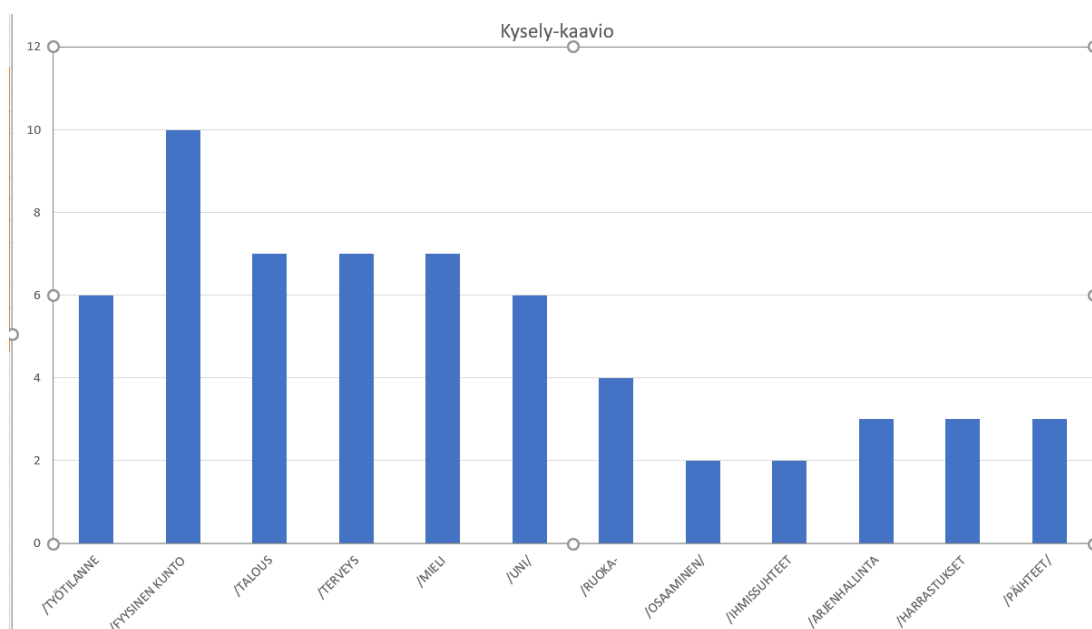
Seuraavassa taulukossa kaikkien miesten Kykyviisari-vastaukset muutostoiveista iästä riippumatta.



Kuvio 4. Valtti-työpajan Kykyviisari-kyselyn kaikkien miesten vastaukset muutostoiveista.

Miehet toivovat selkeästi eniten muutosta työtilanteeseensa. Seitsemästätoista miehestä kaksitoista toivoi muutosta työtilanteeseen. Talous (17/8) ja fyysinen kunto (17/7) tulivat seuraaviksi. Vähiten muutosta toivottiin päihteisiin, arjenhallintaan ja harrastuksiin.

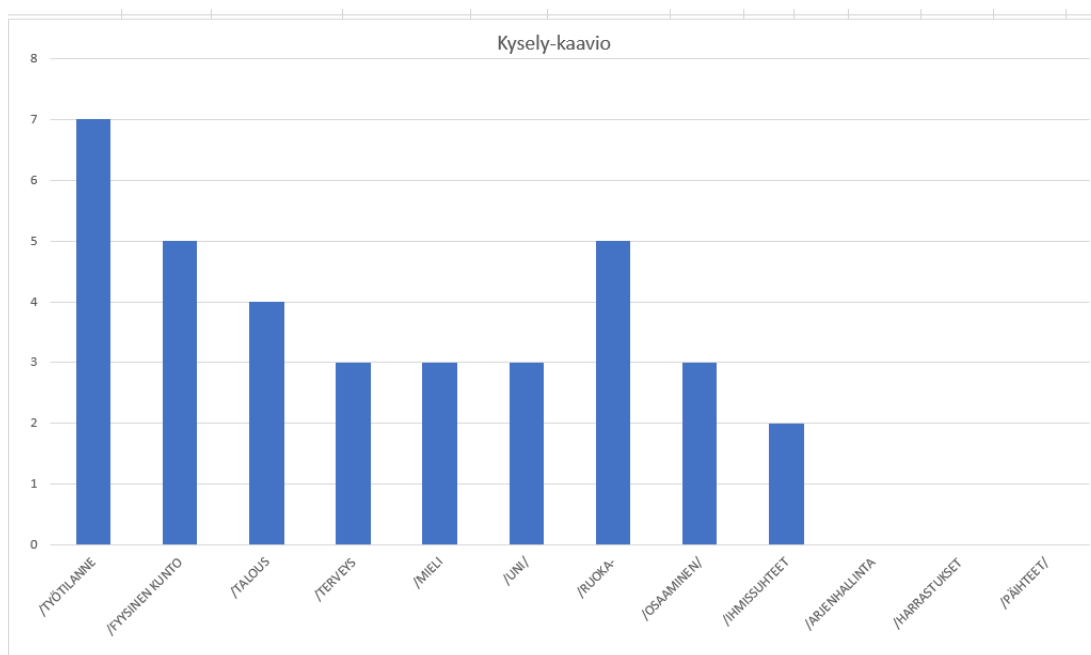
Seuraavassa taulukossa kaikkien naisten vastaukset muutostoiveista iästä riippumatta.



Kuvio 5. Valtti-työpajan Kykyviisari-kyselyn kaikkien naisten vastaukset muutostoiveista.

Naiset toivoivat selkeästi eniten muutosta fyysiseen kuntoonsa, kahdestatoista vastaajasta kymmenen. Seuraavaksi tasaisesti muutosta toivottiin talouteen, terveyteen, mieheen ja vasta viidenneksi työtilanteeseen.

Seuraavassa taulukossa kaikkien nuorten alle 29-vuotiaiden vastaukset muutostoiveista.



Kuvio 6. Valtti-työpajan Kykyviisari-kyselyn kaikkien nuorten vastaukset muutostoi-
veista.

Nuoret alle 29-vuotiaat toivoivat eniten muutosta työtilanteeseen (11/7). Fyysinen kunto ja ruokavalio olivat toisella sijalla (11/5). Nuoret eivät kokeneet olevan ongelmia lainkaan arjenhallinnassaan, harrastuksissaan eikä päihteiden käytössä.

Näiden vastausten perusteella pystymme paremmin räätälöimään miehille, naisille ja alle 29-vuotiaille ryhmiä sekä yksilövalmennusta sellaisiksi, jotka vahvistavat heidän työ- ja toimintakykyään.

7 KEHITTÄMISTYÖN TULOKSET

Kehittämistyön tuloksena Valtti-työpajalla käynnistetään uudenlainen matalan kynnyksen sosiaali- ja mielenterveyspalveluiden toimintamalli, joka vahvistaa alueella olemassa olevaa palveluvalikoimaa ja julkisen sektorin sosiaalipalveluita. Kehittämistyönä tuotetaan alueelle sosiaalisen osallisuuden yksilö- ja ryhmätapaamisten ja digitaalisuutta hyödyntävän kokonaisvaltaisen tuen malli, jossa helpotetaan matalan kynnyksen palveluiden saatavuutta.

Uudella toimintamallilla vahvistetaan tehostetuilla ja räätälöidyillä yksilö- ja ryhmätoiminnoilla työ- ja toimintakykyä kohti työelämää tai koulutusta. Ryhmätoimintojen rinnalla kulkee yksilöllinen tuki ja ohjaus, sekä hyvinvointi- ja digivalmennus asiakkaan tarpeiden mukaan. Jokaiselle asiakkaalle räätälöidään omat muutostarpeet esimerkiksi mielen hyvinvointiin, ruokavalioon, painonpudotukseen tai talousasioihin liittyen. Kannustetaan ja motivoidaan asiakasta ottamaan vastuuta omasta elämästään ja uskomaan omiin kykyihinsä. Tavoitteiden toteutumista arvioidaan säännöllisin väliajoin ja asiakkaita osallistetaan yhdessä valmentajien kanssa palveluiden kehittämiseen. Yksilövalmennuksessa asetetaan yksilölliset ja räätälöidyt tavoitteet sopimusjaksolle yhdessä asiakkaan kanssa.

Matalan kynnyksen palvelut on tarkoitettu asiakkaille, jotka ovat jääneet palvelujärjestelmän ulkopuolelle. Tavoitteena on lisätä sosiaalista osallisuutta ja pitää mahdollisimman alhaisena kynnys hakeutua palveluiden piiriin. Tällöin asiakkaalta vaadittavia edellytyksiä palveluun hakeutumisessa on madallettu. Matalan kynnyksen palvelut ovat helposti saavutettavissa ja ne voivat olla ilmaisia ja vastaanotto ilman ajanvarausta. (Leemann & Hämäläinen 2015.)

Pohjois-Satakunnan alueella on yhteistyöverkostojen kautta tullut esille tarve matalan kynnyksen sosiaali- ja mielenterveyspalveluista. Nykyiset matalan kynnyksen palvelut tarvitsevat rinnalleen muita toimijoita, jotta asiakkaiden palveluntarpeeseen pystytään vastaamaan. Matalan kynnyksen palveluilla mahdollistetaan osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksia. Keskeisiä tavoitteita matalan kynnyksen palveluille on asiakkaiden aktivointi, voimaantuminen sekä uudet sosiaaliset verkostot.

7.1 Yksilövalmennuksen kehittäminen Valtti-työpajalla palveluohjauksen suuntaan

Itselläni on useamman vuoden kokemus työskentelystä yksilövalmentajana heikossa työmarkkina-asemassa olevien pitkäaikaistyöttömien kanssa ja koen luottamuksellisen asiakassuhteen ja rinnalla kulkemisen erittäin tärkeiksi tekijöiksi asiakkaan eteenpäin menemiseksi. Lisäksi tarvitaan riittävän pitkä aika, aito läsnäolo, tilanne- ja tunneälyä sekä kannustava ja motivoiva työote. Yksilövalmentajan työnkuvaa pitää kehittää asiakkaan tarpeet huomioiden.

Yksilövalmentajan rooli on olla rinnalla kulkija, tukija, kannustaja ja luoda toivoa asiakkaaseen muutoksen mahdollisuudesta sekä tarjota asiakkaalle toivoa ja kannustusta päästä kohti tavoitteitaan. Yksilövalmennus on kokonaisvaltaista ja luottamuksellista palveluohjausta ja neuvontaa. Tavoitteena myös keskustelujen avulla edistää asiakkaan työ- ja toimintakykyä. Keskustelujen aiheena on esimerkiksi asiakkaan elämän/arjenhallinta ja päivärytmi, voimavarat, haasteet ja vahvuuksien hyödyntäminen ja löytäminen omasta itsestään.

Onnistuneen yksilövalmennuksen perusajatuksena on: asiakaslähtöisyys, osallisuuden edistäminen, pitkäjänteisyys, säännöllisyys sekä työntekijän jalkautuminen asiakkaan arkiympäristöihin. Asiakasta autetaan tunnistamaan omat vahvuutensa ja osaamisensa sekä autetaan myös hyödyntämään niitä. Työntekijän on uskottava muutoksen

mahdollisuuksiin ja tarjottava asiakkaalle toivoa ja kannustusta sekä tukea häntä ottamaan vastuuta omasta elämästään. (Raivio 2018, 38.)

Seinäjoen SOSKU-osahankkeessa (2018) arvioitiin kesän ja syksyn 2017 aikana hankkeessa toteutetun yksilövalmennuksen vaikuttavuutta. Tulosten mukaan yksilövalmennus koettiin tärkeäksi tekijäksi kohderyhmän työ- ja toimintakyvyn sekä osallisuuden kokemuksen kohenemisessa. Tarvitaan rinnalla kulkijaa ja tukijaa kohti parempaa tulevaisuutta. (Lemmetti & Paulasaari 2017.) Tulevaisuudessa tarvitaan vielä enemmän alueellista moniammatillista verkostoitumista sekä palveluohjausta asiakkaan tilanteen eteenpäin saattamiseksi.

7.2 Ryhmätoimintojen kehittäminen Valtti-työpajalle

Böckerman Heidi (2017) tutki opinnäytetyössään sosiaalisen kuntoutuksen merkitystä työllistymistä sekä työelämäosallisuutta edistävänä palveluna. Böckermanin mukaan sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoiminta lisäsi aktiivisuutta elämässä, vahvisti itsetuntoa ja osallisuutta. Sosiaalinen kuntoutuminen vahvisti toimintakykyä ja sosiaalista yhteisöllisyyttä työllisyyspalveluiden toiminnassa. (Böckerman 2017.)

Tässä kehittämistyössä käynnistetään Valtti-työpajalle uudenlaiset ryhmätoiminnot eri teemoilla; terapia, luonto, kädentaidot ja hyvinvointi. Ryhmät ovat osin suljettuja ja kestävät määräajan. Osa ryhmistä on avoimia ja niihin voi tulla mukaan nonstoppina. Useammat ryhmistä ovat toiminnallisia ja niiden sisältöihin linkitetään liikunta ja hyvinvointi. Ryhmien tarkoituksena on vahvistaa asiakkaan osallisuuden kokemusta, luoda yhteenkuuluvuuden tunnetta ja aktiivisuutta oman elämän toimijana vertaistuen avulla. Ryhmätoimintoja kehitetään asiakkaiden tarpeita vastaaviksi työvalmentajien osaamista hyödyntäen.

7.2.1 Terapiaryhmä

Ryhmäkohtaiset toimenpiteet valitaan sen mukaisesti, millaisia tarpeita ryhmällä on. Jokaiselle osallistujalle tehdään alkukartoitus psykologisilla arviointimenetelmillä (SCL-90, BDI-II, GAD-7/BAI, AAQ, PSWQ, elämäntyytyväisyys jne.) ja asetetaan henkilökohtaiset tavoitteet, huomioiden käyttäytymiseen/toimintaan vaikuttavat tekijät. Näissä ryhmissä opetellaan uusia, toimivia toimintatapoja asiakkaan olemassa olevien toimintatapojen tilalle, sekä tarjotaan tietoa erilaisista mielenterveyteen liittyvistä aiheista (psykoedukaatio) esimerkiksi masennus, ahdistuneisuus, sosiaaliset pelot jne.

Ryhmässä hyödynnetään Mindfulnessia eli tietoista läsnäoloa, voimauttavaa valokuvausta sekä sovellettua rentoutusta. Ryhmässä vahvistetaan osallistujan mielenterveyttä ja minäkuva, jotta usko omaan voimavaroihin ja usko omasta elämänhallinnasta vahvistuu. Sosiaaliset pelot hallitsevat monen nuoren elämää ja tähän etsitään keinoja, miten niitä voi hallita tai päästä niistä kokonaan eroon. Ryhmässä hyödynnetään kognitiivisen käyttäytymisterapian keinoja hyvinvoinnin lisäämiseksi ja oman tilanteen ymmärtämiseksi. Kognitiivisen käyttäytymisterapian on todettu olevan tehokas mm. ahdistuksen ja masennuksen hoidossa. (Tuomisto & Lappalainen 2012; ESR TUKEA-hankehakemus 2019.)

7.2.2 Luontoryhmät

Luontoryhmissä hyödynnetään luontoa monipuolisesti hyvinvoinnin tukemiseksi. Luonnossa liikkuminen vahvistaa sekä psyykkistä että fyysistä toimintakykyä, joten luontoa hyödynnetään erilaisilla retkillä esim. mustikkaretki ja laavuretki. Luontonäkymien katselemisella ja luonnossa kävelemisellä on todettu olevan myönteisiä

vaikutuksia niin ihmisen psyykkiseen kuin fyysiseen hyvinvointiin. Stressitilanteen jälkeen lyhyillä luontokävelyillä esimerkiksi verenpaine ja sydämen syke laskevat ja stressihormonien erittyminen vähenee. On myös tutkimuksia siitä, että luonnon läheisyys parantaa ihmisen mielenterveyttä. (ESR TUKEA-hankehakemus 2019.)

Ryhmät kokoontuvat pääosin lähimaastossa, ulkona ja ovat toiminnallisia ja huomioivat kestävän kehityksen. Teemana kalastus, sienestys ja marjastus, kansallispuistoon tutustuminen, jokamiesoikeudet, luonnonantimista ruoanvalmistus, luontodokumentit ja esimerkiksi lintujen tunnistus.

7.2.3 Kädentaidot-ryhmä

Kädentaidot-ryhmä sisältää luovia menetelmiä, kierrätyksen hyödyntämistä, onnistumisen kokemuksia käsillä tekemisestä. Toiminnallinen tekeminen on paras tapa neuvoa ja viedä oppia eteenpäin: käsillä tekeminen on terapeutista, puhdistavaa ja eheyttävää. Kädentaitoja tukemalla rohkaistaan tekemään asioita yhdessä ja itse taitojaan kartuttaen.

Hyvinvoinnin lisäksi käsillä tekeminen mahdollistaa kestävän kehityksen mukaiset eettiset valinnat ja kierrättämisen, raaka-aineiden uusiokäytön sekä itse tekemisen ja onnistumisen ilon. (ESR TUKEA-hankehakemus 2019.) Ryhmän tarkoitus on luoda hyvinvointia ja minäpystyvyyttä itseilmaisun kautta. Ryhmässä tutustutaan eri käden- taidon tekniikoihin ja materiaaleihin hyödyntäen digitaalisuutta.

7.2.4 Toiminnalliset ja luovat menetelmät

Toiminnallisia, luovia ja ilmaisevia menetelmiä ostetaan ulkopuolisilta palveluntuottajilta, jotka ovat saaneet niiden käyttöön koulutuksen, esimerkiksi kuva-, taide-, musiikki- ja toimintaterapia. Luovan toiminnan herättämiä tunteita, ajatuksia ja mielleyhtymiä käsitellään toiminnallisesti hyödyntämällä esimerkiksi musiikkia, sanallista, kuvallista ja kehoallista ilmaisua, draamaa, sekä erilaisia aisteja aktivoivia harjoituksia.

Kokemusten reflektointi yksin ja yhdessä turvallisessa ilmapiirissä luo osallistujille kokemuksen itsestä hyväksyttynä osana ryhmää ja auttaa näkemään oman elämäntarinan uudessa valossa ja avaa näkyville uusia mahdollisia elämänpolkuja (THL, Osallisuuden edistäminen 2020; ESR TUKEA-hankehakemus 2019.)

7.3 Digi- ja etävalmennuksen hyödyntäminen asiakastyössä

Ryhmätoiminnoissa (terapia, luonto, kädentaidot, hyvinvointi) hyödynnetään digitaalisia palveluita, joissa jaetaan ryhmäkohtaiset viikkomateriaalit (etätehtävät), sekä yleinen ryhmän aiheeseen liittyvä materiaali kaikkien ryhmiin osallistuvien käytettäväksi ja mahdollistetaan ryhmä- sekä yksilökohtainen keskustelutuki etänä.

Hyödynnetään olemassa olevia ilmaisia sovelluksia, jotka voivat tarjota yksilöityä apua esimerkiksi talouden hallintaan ja aktiivisuuden seurantaan. Sovelluksia voidaan hyödyntää myös ryhmätasolla teemojen tueksi, esimerkiksi Mindfulness-, uni-, ravinto-, geokätköily-, liikunta-, maastokartta- ja käsityösovellukset, sekä oman talouden hallintasoellukset.

Aktiivisuuden, painonhallinnan ja unenlaadun seuraamiseen käytetään asiakkaiden mobiililaitteille sopivia sovelluksia. Työpajalle asiakkaiden käyttöön hankitaan 12 kpl älykelloja, joilla asiakkaat pääsevät alkuun oman terveytensä seuraamisessa: oman liikkumisen vaikutuksen kalorien kulutukseen ja unenlaatuun. Älykellon avulla pystytään helposti määrittämään myös omat tavoitteet kulutuksen, liikkumisen ja unen määrän suhteen. Kelloja lainataan muutamaksi viikoksi kerrallaan ryhmäkohtaisesti tarpeen mukaan ja käytön jälkeen älykellojen profiilit tyhjätkään, jolloin ne ovat käytettävissä ennen seuraavaa ryhmää. Lisäksi otetaan käyttöön tarvittaessa muita sovelluksia esim. ruokavalion seurantaan ja virastoasiointiin. Digivalmentaja tukee osallistujia palveluiden käytössä ja auttaa valmentajia ryhmien etävalmennuksen toteuttamisessa ja seuraamisessa.

Ryhmätoiminnoissa hyödynnetään viestintää käyttämällä mm. sähköistä kalenteria, joka löytyy suuresta osasta älylaitteita (tai se on mahdollista asentaa), jolloin ryhmävalmentajat voivat lisätä asiakkaille tapahtumia ja muistutuksia, jotka toimivat automaattisina muistuttajina. Palveluilla saadaan helposti seurattavaa dataa, jota voidaan hyödyntää asiakkaan tavoitteiden saavuttamisessa, niin että asiakas itsekin voi seurata oman prosessin etenemistä. Digi- ja etävalmennusta sisällytetään ryhmätoimintoihin asiakkaiden tarpeiden mukaan. (ESR TUKEA-hankehakemus 2019.)

8 POHDINTA

Valtakunnallinen sote-uudistus on edelleen käynnissä ja sen tavoitteena on terveyserojen kaventaminen ja kustannusten hallinta sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita ja rakenteita uudistamalla. Tavoitteena oikeudenmukaiset ja yhdenvertaiset palvelut kaikille. Painopiste siirretään peruspalveluihin ja ennaltaehkäisyyn sekä nopeampaan hoitoon pääsyyn. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset ohjaavat asiakkaat yksilöllisen ja oikea-aikaisen avun piiriin. Sote-palvelut siirtyvät kunnilta maakunnille. (Soteuudistus 2020).

Suuria muutoksia on tulossa ja mietin, ollaanko oikeasti menossa asiakaslähtöisempään suuntaan niin, että asiakas saa yksilöllisen avun oikea-aikaisesti. Sosiaaliturvajärjestelmän uudistaminen ja järjestelmän rikkonaisuus tuo erilaisia käytäntöjä ja toimintatapoja kunnille. Tällä hetkellä asiakasta voidaan pompotella luukulta toiselle, jos asiakkaalla on useampia ongelmia, joihin tarvitsee apua. Useat pitkäaikaistyöttömät tarvitsevat palveluita sekä sosiaali- että terveystoimelta.

Tämän päivän työelämä on nopeatempoista ja vaatii työntekijöiltä joustavuutta, paineensietokykyä ja epävakaisuuden sietämistä. Mitä pitempään ihminen on työttömänä, sen vaikeampi on hypätä takaisin työelämäään. Kehitys menee valtavasti eteenpäin ja oman ammattitaidon ylläpitäminen työttömyysaikana on tärkeää. Työn tekemiseen liittyy niin paljon muutakin kuin pelkkä työ. Kerättären (2016) väitöstutkimuksessa tutkittiin pitkäaikaistyöttömien työkykyä ja näiden tutkimustulosten mukaan pitkäaikaistyöttömillä on moninaisia ongelmia. Sosiaali- ja työvoimapalveluissa ei pystytä vastaamaan tähän tarpeeseen riittävästi ja alueelliset erot ovat suuria palveluiden tarjonnassa. Toimintakyvyn arvion kapea-alaisuus johtaa vaikeuksiin pitkäaikaistyöttömien toimintakyvyn heikkenemisen tunnistamisessa. Koska ongelmat ovat monesti

moninaisia tarvittaisiin kokonaisvaltainen työkykyarvio, eikä niin, että keskitytään vain yhteen ongelma-kohtaan.

ESR-hankkeissa kehitetään uudenlaisia toimintamalleja, joiden tavoitteena on edistää asiakaslähtöistä osallisuutta, palveluohjausta sekä työ- ja toimintakyvyn kohentumista. Hankkeet mahdollistavat innovatiivisen ajattelumallin ja uusien toimintatapojen kokeilemisen. Näiden toimintamallien juurruttaminen olemassa olevan toiminnan rinnalle ei aina onnistu. Toimintamallien tuotteistaminen palveluiksi hankkeen jälkeen, joita esim. kunnat voisivat jatkossa ostaa, eivät läheskään aina toteudu. Lisäksi sosiaali- ja terveyspalveluissa uusien toimintamallien vaikuttavuus asiakkaan työ- ja toimintakyvyn kohenemisessä on vaikea todentaa. Uusista toimintamalleista pitäisi pystyä todentamaan saatu taloudellinen hyöty ja vaikutus yksilön ja yhteiskunnan näkökulmasta pidemmällä aikavälillä.

Nykyisissä sosiaalipalveluissa on siirrytty palveluohjaukseen. Palveluohjaus sisältää asiakkaan tilanteen kokonaisvaltaisen kartoituksen ja konkreettisten tukitoimien ja palveluiden yhdistämisen. Tämä sisältää asiakkaan fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen tilanteen määrittelyn. (Pirainen & Kiviranta 2019, 124-125.) Tämän palveluohjauksen tarkoituksena on huomioida asiakas kokonaisvaltaisesti ja integroida hänet yhteisiin sosiaali- ja terveydenhuollon palveluihin. Myös työpajalla on huomioitu asiakkaiden lisääntynyt erilainen palveluntarve ja yksilövalmentajan työnkuvan kehittäminen enemmän palveluohjauksen suuntaan on tästä syystä tarpeellista.

Paljon hyviä uudistuksia on tehty, mutta asiakkaan oma näkemys tilanteestaan ei välttämättä aina kohtaa viranomaisen näkemyksen kanssa. Oma kokemukseni työn kautta on, että TE-toimiston palveluissa työnhakijoina on paljon sellaisia asiakkaita, joiden työ- ja toimintakyky ei ole riittävä ja he kuuluisivat vallan toisen toimeentulon piiriin. Nämä asiakkaat saattavat olla vuosikausia kuntouttavassa työtoiminnassa ja viranomaiset tiedostavat, etteivät nämä asiakkaat tule työllistymään. Useat asiakkaista ovat hakeneet työkyvyttömyyseläkettä jo vuosia, tuloksetta. Osa asiakkaista voi olla heikolahjaisia, jotka eivät pärjää tämän päivän työelämässä. He olisivat ahkeria, tunnollisia työntekijöitä, mutta heille sopivaa työtä ei enää ole tarjolla. He tarvitsevat enemmän ohjausta ja tukea työn tekemiseen.

Meidän palvelujärjestelmästäämme puuttuu palvelu näiden asiakkaiden kohdalta. Asiakas ei ole työkykyinen, mutta silti hän ei myöskään saa eläkettä tai muuta toimeentuloa. Hänen on pakko pysyä työttömänä työnhakijana, jotta hän saa toimeentulonsa työmarkkinatukena. Monitahoinen verkosto yrittää eri keinoin saada asiakasta oikeiden palveluiden piiriin, mutta aina tämä ei onnistu. Erilaisia työkykykartoituksia tehdään, erikoislääkärin lausuntoja ja valtavasti aineistoa asiakkaan tilanteesta lähetetään Kelaan, josta se tulee kielteisenä eläkepäätöksenä takaisin. Tämä on turhauttavaa myös asiakkaan näkökulmasta.

Tämä turhauttaa usein myös viranomaista, koska turhaa työtä tehdään paljon ja tämä työaika on pois niiltä asiakkailta, jotka ovat työkykyisiä ja tarvitsisivat yksilöllisempää tukea työnhakuun. Tämä myös lisää kustannuksia, koska monen asiantuntijan työpanos valuu hukkaan turhaan.

Tästä syystä on tarve kehittää uusia toimintamalleja asiakaslähtöisemmiksi, joka helpottaisi viranomaisia sekä asiakkaita. Tämänkin kehittämistyön tavoitteena on nimenomaan kohentaa asiakkaan työ- ja toimintakykyä kohti työelämää erilaisin, räätälöidyin toimenpitein. Uuden toimintamallin käynnistäminen on mahdollista ESR-hankkeena ja hankkeen päätyttyä se juurrutetaan Valtti-työpajan toimintaan. Hankkeen aikana on mahdollista kokeilla ja kehittää uusia toimintatapoja ja niistä toimivimmat otetaan päivittäiseen käyttöön työtoiminnan rinnalle.

Kirjoittaessani ESR-hankehakemusta uudesta matalan kynnyksen sosiaali- ja mielen-terveyspalveluiden toimintamallista Valtti-työpajalle, luin useita samalle kohderyhmälle käynnissä olevia tai jo päättyneitä hankkeita ja hämmästyin sitä, miten vähän niistä loppujen lopuksi jää elämään hyvinä käytäntöinä. Hankkeen ajan on enemmän resursseja käytettävissä sekä henkilöstömitoituksen kuin rahoituksen suhteen ja kun hanke päättyy, päättyy myös taloudellinen tuki. Vaikka hankkeissa olisi todettu jokin hyvä toimintamalli, ei sen ylläpitämiseen ole riittävästi resursseja. Tämä on valitettavaa, koska käynnissä oleva sote-uudistuskin tähtää asiakaslähtöisempään ja toimivampaan palvelumalliin ja näitä hyviä malleja olisi jo olemassa mitä voisi jatkossa hyödyntää.

Tämän opinnäytetyön kirjoittaminen on ollut kiinnostavaa ja silmiä avaavaa. Olen saanut paljon uutta tietoa, jota olen voinut hyödyntää omassa työssäni yksilövalmentajana. Olen lukenut useita tutkimuksia pitkäaikaistyöttömyydestä ja sen kokonaisvaltaisesta vaikutuksesta ihmisen elämään.

Tässä kehittämistyössä luotu toimintamalli jää elämään Valtti-työpajalle, koska haluamme kehittää toimintaamme vieläkin asiakaslähtöisemmäksi ja yhteistyöverkostojamme palvelevaksi kolmannen sektorin toimijana Pohjois-Satakunnan alueella.

LÄHTEET

Ahoranta, J. 2016. NYT-hankkeen liikuntaryhmien merkitys työttömien nuorten aikuisten toimintakyvyn edistämässä sekä syrjäytymisen ennaltaehkäisyssä. Opinnäytetyö. Metropolia Ammattikorkeakoulu. Viitattu 13.4.2020. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/117028/Opinnaytetyo_Ahoranta.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ala-Kauhaluoma, M. & Tuusa, M. 2015. Sosiaalinen kuntoutus nuorten osallisuuden vahvistajana. Kuntoutus-lehti, artikkeli 1/15. Viitattu 2.5.2020. <https://issuu.com/kuntoutussaatio/docs/kuntoutus-1-15>

Böckerman, H. 2017. Sosiaalinen kuntoutus työelämäosallisuutta edistämässä. Ylempi AMK -opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Viitattu 2.5.2020. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/136602/Bocker-man%20Heidi%202017.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

EU. Kestävä kehitys. 2020. EU:n uudet painopisteet. Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development. Viitattu 4.4.2020 <https://sustainabledevelopment.un.org/post2015/transformingourworld>

Heikkinen, H., Huttunen, R. & Moilanen, R. 1999. Siinä tutkija missä tekijä. (toim.) Toimintatutkimuksen perusteita ja näköaloja. Juva. Atena Kustannus.

Heikkinen, H., Rovio, E. & Syrjälä, L. (toim.) 2007. Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Helsinki. Kansanvalistusseura.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2016. Tutki ja kirjoita. 21. uudistettu painos. Porvoo: Bookwell oy.

Hämäläinen, K., Hämäläinen, U. & Tuomala, J. 2014. The labour market impacts of a youth guarantee: lessons for Europe? Valtion taloudellinen tutkimuskeskus. Helsinki. Edita Prima Oy. Viitattu 23.4.2020. <https://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/148799/wp60.pdf>

Juvonen-Posti, P. 2018. Work-related rehabilitation for strengthening work careers. A multiperspective and mixed methods study of its mechanisms. Väitöskirja. Oulun yliopisto. Viitattu 19.3.2020. <http://jultika.oulu.fi/files/isbn9789526219271.pdf>

Kananen, J. 2017. Kehittämistutkimus interventiotutkimuksen muotona. Opas opinnäytetyön ja pro gradun kirjoittajalle. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Yliopistopaino Oy – Juvenes Print.

Kerätär, R. 2016. Kun katsoo kauempaa, näkee enemmän. Monialainen työkyvyn ja kuntoutustarpeen arviointi pitkäaikaistyöttömillä. Väitöskirja. Oulu. Oulun yliopisto D 134. Viitattu 10.04.2020. <http://jultika.oulu.fi/files/isbn9789526210865.pdf>

Kierikka, A. 2019. Kykyviisari osana Valtti-työpajan asiakastyötä sekä sen kehittämistä. AMK-opinnäytetyö. Satakunnan Ammattikorkeakoulu. Viitattu 28.9.2019. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/261519/valmis%20Kierikka.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Koistilainen, H. & Nieminen, A. (toim.) 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja. DIAK TYÖELÄMÄ 13. Helsinki. Viitattu 10.4.2020. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/141721/Diak_Tyoelama_13_verkko.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Kokko R, Nenonen T, Martelin T & Koskinen S. (toim) 2013. Työllisyys, terveys ja hyvinvointi – Paltamon työllistämismallin vaikutusten arviointitutkimus 2009–2013. Hankkeen loppuraportti. Raportti 18/2013. Helsinki. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

Koponen, P., Borodulin, K., Lundqvist, A., Sääksjärvi, K. & Koskinen, S. 2017. (toim.) Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa FinTerveys 2017 -tutkimus. Raportti 4/2018. THL. Viitattu 12.4.2020. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136223/Rap_4_2018_FinTerveys_verkko.pdf

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 812/2000.

Lappalainen, K. 2017. Työttömien työelämävalmiuksien tukeminen- painopisteenä terveydenhuolto ja verkostoyhteistyö. Väitöskirja. Itä-Suomen yliopisto. Terveystieteiden tiedekunta. Viitattu 20.4.2020. https://publications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-2452-0/urn_isbn_978-952-61-2452-0.pdf

Leemann, L. & Hämäläinen, R.-M. 2015. Matalan kynnyksen palvelut. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 30.4.2020. Saatavilla www.thl.fi/sokra.

Lemmetti, J. & Paulasaari, M. 2018. Raportti Seinäjoen SOSKU-osahankkeen yksilövalmennuksesta ja sen vaikuttavuudesta. Viitattu 23.4.2020. <https://thl.fi/documents/10531/3149614/Raportti+Sein%C3%A4joen+SOSKU-osahankkeen+yksil%C3%B6valmennuksesta+ja+sen+vaikuttavuudesta.pdf/97598f0a-8689-4d86-8efc-6524333358a3>

Niskala, A., Kairala, M. & Pohjola, A. 2017. Asiakkaan aseman ja toimijaroolin muutos. Teoksessa Pohjola A., Kairala M., Lyly, H. & Niskala, A. (toim) Asiakkaasta kehittäjäksi ja vaikuttajaksi-Asiakkaiden osallisuuden muutos sosiaali- ja terveystieteissä. Tampere. Vastapaino.

Nummela, T. 2011. Asiakkaan asema ja oikeuksien toteutuminen aikuissosiaalityössä. Väitöskirja. Itä-Suomen yliopisto. Yhteiskuntatieteiden ja kauppatieteiden tiedekunta. Viitattu 30.4.2020. https://publications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0365-5/urn_isbn_978-952-61-0365-5.pdf

Nuorisolaki. 2016. 21.12.2016/1285. 4 luku. Nuorten työpajatoiminta. Viitattu 28.04.2020. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2016/20161285>

Nuorisotakuu ja koulutustakuu. 2014. Hallituksen esitykset. HE 117/2014. Viitattu 25.4.2020. <https://www.finlex.fi/fi/esitykset/he/2014/20140117#idp446835264>

Oivo, T. & Kerätär, R. Selvityshenkilöiden raportti ; Osatyökykyisten reitit työllisyyteen - etuudet, palvelut, tukitoimet SOSIAALI- JA TERVEYSMINISTERIÖN RAPORTTEJA JA MUISTIOITA 43/2018; Viitattu 23.4.2020. <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161151/STM%20rap%2043%202018%20Osatyokykyisten%20reitit%20tyollisyyteen.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

Opetus- ja kulttuuriministeriö 2020. Nuorisotakuu. Viitattu 15.8.2020. <https://minedu.fi/nuorisotakuu>

Piirainen, K. & Kiviranta, M. 2019. Turvaverkkoa paikkaamassa. Diakonia-ammattikorkeakoulun TKI-toiminnan vuosikirja 4. Tampere. Punamusta Oy.

Raivio, H. 2018. Enemmän sosiaalista toimintakykyä, lisää osallisuutta!: Yhteiskehittäen vaikuttavampaa sosiaalista kuntoutusta. SOSKU-hankkeen 2015-2018 loppuraportti. THL. Viitattu 15.4.2020. <http://www.julkari.fi/handle/10024/136144>

Rakennerahastot.fi/Satakunta. 2020. Viitattu 23.4.2020. <http://www.rakennerahastot.fi/web/lansi-suomen-suuralue/satakunta>

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2020. Maailmanterveysjärjestö. Viitattu 15.4.2020. <https://www.stm.fi>

Soteuudistus.fi 2020. Viitattu 24.5.2020. <https://soteuudistus.fi/etusivu>

Stakes. 2009. Toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus ICF. Jyväskylä, Stakes. Viitattu 14.2.2020. <http://www.stakes.fi>

Suomen virallinen tilasto (SVT): Työvoimatutkimus [verkkojulkaisu]. ISSN=1798-7830. Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 2.5.2020]. Saantitapa: <http://www.stat.fi/til/tyti/2020/03/>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2020. Viitattu 14.3.2020. <https://thl.fi/fi/>

THL www.sivut. 2020. Mitä toimintakyky on. Viitattu 16.3.2020. <https://thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on>

THL www.sivut. 2020. Osallisuuden edistäminen. Viitattu 14.2.2020. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-mallit/uudista-asiakastyota-luovasti-ja-leikkisasti/luovat-menetelmat-vahvistavat-osallisuutta>

THL www.sivut. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke. 2020. 1.10.2014–30.9.2020. Thl.fi/Sokra. Viitattu 14.2.2020. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sokra>

THL www-sivut. 2020. Toimintakykymittarin kehittäminen. Viitattu 13.2.2020. www.thl.fi -> aiheet -> toimintakyky -> toimintakyvyn arviointi -> toimintakykymittarin kehittäminen.

Tilastokeskus www-sivut. 2020. Käsitteet. Pitkäaikaistyötön. Viitattu 23.4.2020. <https://www.stat.fi/meta/kas/pitkaaikaistyot.html>

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. Tampere. University Press. korjattu 3. painos. Viitattu 12.4.2020. https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/100802/Toikko_Rantanen_Tutkimuksellinen_kehittamistoiminta.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Tuomisto, M. T. & Lappalainen, R. 2012. Kognitiivinen käyttäytymisterapia. Teoksessa M. O. Huttunen & H. Kalska (toim.) Psykoterapiat. Helsinki: Duodecim.

Työ- ja elinkeinoministeriö. 2020. Nuorisotakuu. Viitattu 20.8.2020. <http://www.te-palvelut.fi/te/fi/tyonhakijalle/nuoret/nuorisotakuu/index.html>

Työ- ja elinkeinoministeriö. 2020. Työllisyyskatsaus.fi Satakunta. 3/2020. Viitattu 30.4.2020. <https://www.temtyollisyyskatsaus.fi/graph/tkat/tkat.aspx?ely=14>

Työterveyslaitos. Kykyviisari. 2020. Työ- ja toimintakyvyn muutosta tukemassa. Viitattu 16.2.2020. http://www.toimintakykykuntoon.fi/wp-content/uploads/2017/11/Kykyviisari_ty%C3%B6-ja-toimintakyvyn-muutosta-tukemassa_101117.pdf

Työterveyslaitos. 2020. Solmu-hanke 2014-2020. Viitattu 10.4.2020. <https://www.ttl.fi/tutkimushanke/sosiaalinen-osallisuus-tyo-toimintakyvyn-muutos-solmu-koordinaatiohanke/>

Valkeinen, H. & Anttila, H. 2014. ICF-luokitus ja toimintakykymittari: mitä, miten ja miksi? Julkari. STM. THL. Artikkelit. Viitattu 16.3.2020. <http://www.julkari.fi/handle/10024/116875>

Valli, R. & Aaltola, J. 2015. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. (toim.) Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä. PS-Kustannus.

Valtakunnallinen työpajayhdistys. 2020. Viitattu 10.4.2020. <https://www.tpy.fi/>

Valtiontalouden tarkastusviraston tarkastuskertomukset. 2020. 8/2014. Nuorisotyöttömyyden hoito. Viitattu 30.4.2020. <https://www.vtv.fi/app/uploads/2018/06/26080604/nuorisotyottomyyden-hoito-8-2014.pdf>

Valtti-työpaja. 2019. Toimintakertomus. Viitattu 15.3.2020. Julkaisematon lähde.

Valtti-työpajan www-sivut 2020. Viitattu 16.3.2020. <http://valtti.fi/>

