

Tämä on alkuperäisen artikkelin rinnakkaistallenne (kustantajan versio).

Rinnakkaistallenteen sivuasettelut ja typografiset yksityiskohdat saattavat poiketa alkuperäisestä julkaisusta.

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Lämsä, A-L., Rasa, M. & Viinonen, S. 2022. Kumppanina korona – hanketyön haasteet. Lumen – Lapin ammattikorkeakoulun verkkolehti (2).

URL: <https://www.lapinamk.fi/loader.aspx?id=4315390f-4f60-414b-886b-65dd9074e5a9>



## Kumppanina korona – hanketyön haasteet

*Anna-Liisa Lämsä, KT, verkostopäällikkö, Pohjois-Pohjanmaan TYP, Mielenvireys Ry:n puheenjohtaja*

*Marjukka Rasa, YTT, yliopettaja, Osallisuus ja toimintakyky, Lapin ammattikorkeakoulu*

*Sanna Viinonen, YTM, lehtori, Osallisuus ja toimintakyky, Lapin ammattikorkeakoulu*

Asiasanat: resilienssi, kumppanuus, hankesuunnittelu

Henki ja elämä – luonto toipumisen lähteenä -hanke on Euroopan sosiaalirahaston rahoittama TL 5:n hanke. Hankkeen tavoitteena on köyhyden torjunta ja syrjäytymisen ehkäisy. Hankkeen kohderyhmänä on työelämän ulkopuolella olevat ja työttömät mielenterveyskuntoutujat. Keskeisenä syynä hankkeen kohdentamiseen mielenterveyskuntoutujiin on mielenterveysongelmien yleistymisen viimeisten kymmenen vuoden aikana. Kun mielenterveyshäiriöiden osuus sairauspäivärahoista oli vuonna 2012 16 prosenttia, oli se vuonna 2019 jo 25. Mielenterveyden häiriöt olivat vuonna 2012 työkyvyttömyyseläkkeen perusteena 57 prosentissa ja seitsemän vuotta myöhemmin 64 prosentissa tapauksista. Pohjois-Pohjanmaalla kasvu on ollut koko maata suurempaa. Sairauspäivärahoissa mielenterveyden osuus on kasvanut vuosina 2012–2019 Pohjois-Pohjanmaalla 16 prosentista 26 prosenttiin ja työkyvyttömyyseläkkeissä 58 prosentista 66 prosenttiin. (Kelan tilastotietokanta Kelasto 2022.)

Hankkeen keskeinen tavoite on kehittää ja kokeilla luonto- ja taidelähtöisiä työskentelymenetelmiä kuntoutustyöhön yhteistyössä luonto- ja maatilayrittäjien kanssa. Luonto- ja taidelähtöisten menetelmien käyttö mielenterveydentukena perustuu näyttöön, tämänkaltaisten menetelmien hyödyllisyydestä mielenhyvinvoinnin edistämiseksi (MTKL 2021; myös Lämsä 2010; Lämsä 2012).

Hankkeen päätoteuttajana on Lapin ammattikorkeakoulu ja osatoteuttajina ovat Mielenvireys ry, ProAgraria Oulu ry sekä Turkan Ratsurinne Ay sekä hankekumppaneita kolmannen ja

julkisen sektorin toimijoita Oulun, Kemi-Tornion sekä Rovaniemen seutukunnista. Käsittelemme tässä artikkelissamme hankkeen kumppanuuden, yhteistyön ja toiminnan ulottuvuuksia poikkeustilanteessa. Tässä teema-artikkelissa kutsumme niitä hankeresilienssiksi.

Henki ja elämä -hanke käynnistyi koronakriisin keskellä tammikuussa 2021. COVID-19-pandemialla oli jo sitä ennen ollut valtava vaikutus yhteiskuntien sosiaaliseen ja taloudelliseen toimintaan ja hyvinvointiin (Hämäläinen & Vataja 2020; Hergüner 2021, 2). Kevään 2020 aikana Suomessa ja myös useissa muissa maissa oli otettu käyttöön tiukat rajoitustoimenpiteet pandemian leviämisen rajoittamiseksi. Kouluja suljettiin ja ihmisten liikkuvuutta rajoitettiin ja taloudellinen ja sosiaalinen elämä heikkeni. (Blahušiaková, Mokošová ja Šoltés 2021, 203–204.) Pandemian haastoi myös sosiaalialan työn tekemisen tapoja, olosuhteita, asiakaskohtaamisia ja kumppanuuksia (Karjalainen 2020, 250). Osallisuushankkeissa pandemia näyttäytyi alun pelkotilanteen jälkeen uusien toimintojen, erityisesti digitaalisuuden, ja erilaisten hybriditoimintojen kehittämisenä (THL 2021).

Hankkeen käynnistymisvaiheessa poikkeustilaa oli eletty jo lähes vuosi. Käytössä olivat edelleen valtakunnalliset kokoontumisrajoitukset ja etätyösuositukset sekä kehoitus välttää sosiaalisia kontakteja. Tieto viruksesta oli tarkentunut yleisvaaralliseksi tartuntataudiksi, johon ei ollut vielä sopivaa roketta ja täsmälääkitystä. Kolmannella sektorilla poikkeustila näyttäytyi ensin monien toimintojen keskeytymisenä ja rokotusten alettua yhä useammin uusien toimintamuotojen etsimisenä ja kehittämisenä. Koko hankkeen toiminnan ajan korona on ollut kumppanimme, määrittänyt ja rajoittanut toimintaamme, välillä arvaamattomastikin.

## Monimuotoinen resilienssi

Resilienssin käsite kuvaa yhteisöjen kykyä sopeutua häiriöihin. Resilienssin etymologia on latinankielinen sana "resilire", "palata tai vetäytyä" tai palata normaalitilaan. Termiä käytetään myös ekologiassa, psykologiassa sekä yhteiskuntatieteessä ja kestävään kehitykseen liittyen. Yhdistyneiden kansakuntien kansainvälinen katastrofien vähentämisstrategia on määritellyt resilienssin olevan haavoittuvan järjestelmän, yhteisön tai yhteiskunnan kyky vastustaa, omaksua, mukautua ja toipua uhasta oikea-aikaisesti ja tehokkaasti, mukaan lukien ylläpito ja ennallistaminen (UNISDR 2021).

Resilienssi voidaan nähdä yksilön kykynä sopeutua stressaaviin elämäntapahtumiin ja - tilanteisiin (Norris 2010, 8), mutta sitä siis voidaan tarkastella myös yhteisön ominaisuutena, yhteisöresilienssinä. Yksilö- ja yhteisöresilienssi ovat kiinteässä yhteydessä toisiinsa vuorovaikuttaen ja vahvistaen toinen toistaan. Yhteisöresilienssi johtaa yksilöresilienssin kasvuun, sillä tiiviin vuorovaikutuksen yhteisöissä syntyy ja ylläpidetään myös kykyä tulkita ja antaa merkityksiä yhteiskunnallisille tapahtumille ja reagoida niihin osapuolten toimintakykyä ylläpitävin ja sitä vahvistavin tavoin. Yhteisöresilienssin määritelmä rajautuu sellaisiin ominaisuuksiin ja valmiuksiin, joiden varassa yhteisö kykenee selviämään ja palautumaan kriisiaikaisesta kokemuksesta ilman merkittävää ulkopuolista apua. (Hyvönen & Juntunen 2018, 6, 41.)

Yhteisöllisessä resilienssissä korostuu erityisesti ihmisten ja ryhmien välisten sosiaalisten suhteiden laatu. Keskeistä on muutoksen sietäminen, siihen sopeutuminen uuden ja luovan oppimisen edellytyksenä. Yhteisötason resilienssi paikantuu nimenomaan seurausten kanssa elämiseen ja niiden vaikutusten ennakoivaan lieventämiseen (Hyvönen ym. 2019, 38-41.) Resilienssi voi kiinnittyä inhimilliseen, sosiaaliseen pääomaan sekä instituutioihin ja fyysisiin ulottuvuuksiin (Campos 2020). Yhteisöresilienssin kontekstissa sosiaalisella pääomalla tarkoitetaan sosiaalisia verkostoja ja säännöllisiä kontakteja, jotka lisäävät ihmisten välistä luottamusta sekä kykyä toimia yhdessä poikkeavissa ja muutosta vaativissa oloissa (Hyvönen ym. 2019, 38 -41).

## Hankeresilienssin ulottuvuuksia etsimässä

Kuvaamme ja käsitteellistämme tässä teema-artikkelissa kokemuksiamme hankeresilienssistä ja sen ulottuvuuksista Henki ja Elämä luonto toipumisen lähteenä- hankkeessa. Hankeresilienssissä on löydettävissä samankaltaisia piirteitä kuin yhteisöresilienssissä. Hanketta ei kuitenkaan muodosta yksi yhteisö, vaan useampia, toisistaan erillään työskenteleviä ja osallistuvia toimijoita ja tahoja. Hankkeemme toimijat ovat koostuneet hanketyöntekijöistä, järjestöistä ja niiden työntekijöistä, julkisen ja yksityisen sektorin toimijoista, yrittäjistä sekä mielenterveyskuntoutujista. Hyvösen & Juntusen (2018, 6) mukaan resilientti yhteisö voi olla taustaltaan hyvinkin erilainen, mutta tärkeää on, että yhteisön erilaiset ryhmät ja niiden näkemykset saavat tilaa. Lisäksi yhteisön sisäisten ryhmien on oltava aito osa yhteisöä ja kaikilla osapuolilla on oltava kokemus kuulluksi tulemisesta. (Hyvönen & Juntunen 2018, 6.)

Kuvaamme seuraavaksi kokemustemme perusteella keskeisiä hankeresilienssin piirteitä vuorovaikutuksen, yhteisön, luovuuden ja turvallisuuden näkökulmista. Keväällä 2022 ei olla palauduttu koronapandemiaa edeltävään arkeen. Rajoitukset ovat yhä läsnä toiminnassamme.

## **Vuorovaikutus**

Pandemian aikana rajoitustoimet ovat rajoittaneet totuttuja vuorovaikutustapoja monin tavoin. Tuttavalliset, yhteiset hankkeen osatoteuttajien ja kumppanien väliset kohtaamiset ovat muuttuneet etäyhteydellä toteutetuiksi. Liikkumista paikasta toiseen ja kasvokkaisia kohtaamisia on minimoitu. Etäyhteyksillä tapahtuvassa vuorovaikutuksessa on ollut tärkeää kunnioittava suhtautuminen toisiin sekä puheenvuoron antaminen ja aito kuuleminen. Yhteisesti sovittujen päämäärien saavuttaminen on vaatinut ilman kasvokkaisia kohtaamisia kaikilta toimijoilta toistensa kunnioittamista ja yhteisissä sopimuksissa pysymistä.

Kasvokkaisissa kohtaamisissa, hankkeen ryhmätoiminnoissa on rajoitettu osallistujien määrää. Vuorovaikutus mielenterveyskuntoutujien kanssa on pidetty poikkeustilanteessa tietoisesti myönteisenä ja rauhallisena ja toiveikkuutta herättävänä, mutta tosiasiat huomioivana. Näin on haluttu tukea jokaisen mahdollisuutta selviytyä uudesta, haasteellisesta tilanteesta ja sopeutua pandemiatilanteeseen (Norris 2010, 8). Kasvokkainen vuorovaikutus on useassa kohtaa vaihtunut etävuorovaikutukseksi. Etävuorovaikutuksen kokemukset ovat yksilöllisiä, mutta pääsääntöisesti mielenterveyskuntoutajat ovat olleet tyytyväisiä palveluiden jatkumiseen etänä pandemian aikana (Kaihlainen ym. 2021,6).

Etävuorovaikutus kuin myös vuorovaikutus suhteessa mielenterveyskuntoutujiin on osa yhteisöresilienssiä, pandemian seurausten kanssa elämistä, kasvokkaisen vuorovaikutuksen ja sen puutteen ennakoivaa lieventämistä pandemian ja siitä johtuvien suositusten yhä jatkuessa (ks. Hyvönen & Juntunen 2018, 6; Hyvönen ym. 2019, 38-41.) Kehittämistyön kautta hankkeessa luodaan uudenlaista toimintaa ja käytäntöjä etävuorovaikutuksen tuella. Resilienssi voi kiinnittyä inhimilliseen, sosiaaliseen pääomaan sekä instituutioihin ja fyysisiin ulottuvuuksiin (Campos 2020). Hankkeen sosiaalisen pääoman kasvaminen uudenaikaisissa kehyksissä sekä onnistunut etävuorovaikutus ovat olleet hankeresilienssissä keskeisiä tekijöitä. Rauhallinen, tilanteen huomioiva ja toiveikkuutta herättävä vuorovaikutus on tukenut myös kuntoutujien kykyä ja mahdollisuutta selviytyä tilanteesta.

## **Yhteisö**

Työelämän ulkopuolella oleville mielenterveyskuntoutujille hankkeen toimintoihin osallistuminen on tarjonnut kokemuksen yhteisöön kuulumisesta, sen toimintaan osallistumisesta ja osallisuudesta (ks. Nivala & Ryyänen 2019, 138-143.) Pääosa hankkeen kuntoutujista on työelämän ulkopuolella. Tilanteessa, jossa heillä ei ole työyhteisöä, hanke ja sen toiminnot ovat muodostaneet yhteisön, johon kuulua ja jonka toimintaan osallistua. Mielenterveyskuntoutajat ovatkin nostaneet hankkeessa kerätyissä palautteissa yhteisön ja sen mahdollistaman vertaisuuden tärkeiksi ja merkityksellisiksi kokemuksiksi. Hankeyhteisön ulkopuolella elämä on yksinäistä. Tämän vuoksi rajoitusten tuomia muutoksia hankkeen toimintoihin on ollut vaikea hyväksyä. Pandemian tuomat rajoitukset ovatkin muodostaneet riskin, jossa moni kuntoutuja on ollut vaarassa eristäytyä kotiinsa, koska tuttua yhteisöä ja totuttua toimintatapaa ei ole ollut mahdollista täysimääräisesti toteuttaa.

Hankkeen sisällä yhteisöjä on muodostunut sekä osatoteuttajien toiminnan piiriin että hankkeen toimintojen, esimerkiksi soveltavan taiteen ryhmien tai päiväretkisarjojen ympärille. Yhteisöjen rakentuessa erilaisten tilanteiden, tapaamisten ja kohtaamisten ympärille yhteisöjä ja niiden kehittämiä toimintatapoja ja selviytymiskeinoja on ollut useita. Resilientti toiminta on rakentunut ja toteutunut toiminnallaan erilaisten ja eri kokoisten hankkeessa toimineiden yhteisöjen toiminnassa, mutta toisaalta myös niiden mukautumisessa ja samanaikaisessa toipumisessa (ks. UNISDR 2021). Kuuluminen johonkin hankkeen aikana toteutuneeseen yhteisöön on edellyttänyt sitä, että kaikki toimijat ovat hyväksyneet poikkeustilan tuomat rajoitteet ja toimineet yhteisön jäseninä niiden edellyttämällä tavalla. Jokaisen toimiminen yhteisten, uusien sopimusten mukaan on ollut tärkeää.

Hankkeen ja pandemian tässä vaiheessa voi todeta hanketyöntekijöiden, osatoteuttajien, kumppaneiden, kuntoutujien yhteisenä kokemuksena, että pandemian ja rajoitusten aikana eri toimintaympäristöissä toteutunut yhteisöllinen toiminta on ollut yhteisöllinen, yhteisöjä ja sen toimijoita vahvistava, resilientti kokemus siitä, että haasteellisesta tilanteesta on selvitty yhdessä toimimalla.

## **Luovuus**

Keskeistä yhteisöresilienssissä on luovuus ja uuden oppiminen (ks. Hyvönen ym. 2019, 38–41.) Olemme kaikki saaneet toimia pandemian aikana luovasti, uutta kehittäen. Kehittämistyö on kuitenkin toteutunut hyvin rajatuissa ja tiukoissa kehyksissä. Henki ja elämä -hankkeen ydin on luontoperustaissa ja taidelähtöisissä kuntoutusmenetelmissä. Hankkeen lähtökohtana ne ovat olleet kiitollinen perusta koronapandemian kourissa, kun toimintoja on muokattu ulkotiloja, etätaapamismahdollisuuksia ja digitaalisuutta hyödyntäen (THL 2020). Myös luonto- ja kulttuuriympäristöretkikohteita on vaihdettu muuttaen kaukaisempia kohteita lähikohteiksi tiiviiden kuljetusten välttämiseksi. Hankkeen taloudellista resurssia on tilanteen vaatiessa kohdennettu myös kuntoutujien ulkoiluvarusteisiin, jotka ovat mahdollistaneet esimerkiksi pidempikestoiset tapaamiset talvisessa Lapissa.

Toimiminen uusissa luonto- ja kaupunkiympäristössä on avannut uusia näkökulmia lähiympäristöihin ja näin, toimintaamme kriisitilanteessa muuttaen on löydetty myös uusia sisältöjä toiminnalle. Hankkeen edistymiseksi on tehty luovia ratkaisuja mukautuen, sopeutuen ja jatkuvuutta hankeresilientisti pohjustaen yhteistyössä kuntoutujien ja hankekumppaneiden kanssa.

## **Turvallisuus**

Turvallisuutta on pidetty vakaan ja turvallisen yhteiskunnan kivijalkana. Turvallisuuden saavuttamiseen tarvitaan eri toimijoiden yhteistyötä (Sisäasianministeriö 2017). Henki ja Elämä- hankkeessa turvallisuutta, sen tasoja ja muotoja on kudottu hanketoimijoiden välisessä yhteistyössä. Turvallisuutta voi jakaa monin tavoin, esimerkiksi kahtaalle: objektiiviseen ja subjektiiviseen turvallisuuteen, jossa objektiivisella tarkoitetaan esimerkiksi sitä, miten tarkastelemme koronakriisissä valtakunnallista tartunnan saaneiden tai sairastuneiden määrää ja millaisia ajatuksia se meissä herättää. Subjektiivisella turvallisuudella taas viitataan yksilölliseen kokemukseen turvallisuudesta esim. oman tai läheisen sairastumisen pelkoa (Kekki 2014, 14). Nämä näkökulmat eivät ole suorassa yhteydessä toisiinsa, eikä yksilön kokema pelko tai turvattomuus välttämättä siten vähene esim. valtakunnallisen koronatilanteen helpottaessa (Mankkinen ym. 2014,18).

Vuoden 2021 mielenterveysbarometrin mukaan pääosaa suomalaisista huolettivat koronan vaikutukset mielenterveyteen. Vastaajista, joilla itsellään tai lähipiirissään oli mielenterveyden problematiikkaa, 82 prosenttia uskoi koronan lisäävän mielenterveyden haasteita. Muista

vastaajista näin kyselyn mukaan ajatteli noin 70 prosenttia (MTKL 2021). Koronan tuomiin rajoituksiin ja turvattomuuden kokemukseen oli hankkeen alkaessa jo ehditty reagoida ja niihin oli muodostunut käytäntöjä, kuten pienryhmätoiminta, ilmoittautumiskäytännöt osallistujamäärien hallitsemiseksi ja etätapaamiset. Myös koronapassi otettiin vuoden 2022 aikana käyttöön ja Tartuntatautilain väliaikainen 48 a § toi sosiaali- ja terveydenhuollon työnantajille velvoitteita, joihin hankkeen tuli reagoida kohtaamisten koronaturvallisuuden varmistamiseksi.

Hankeresienttiä toimintaa on ollut aktiivinen ja tiivis yhteys hankekumppaneihin ja kuntoutujiin sekä hanketoteuttajien kesken. Valtakunnallisen koronaohjeistusten seuraaminen ja niistä keskustelu sekä tilanteen pohtiminen yhdessä on ollut jatkuvaa ja avointa, mikä on tukenut yhteistyötä ja käytännön toimintaa. Hankkeen kohderyhmän kokema turvattomuus on välittynyt sekä osatoteuttajittain että kumppanien kautta. Hankeresilienssiä tukeviksi toimiksi todettiin esimerkiksi kuntoutujanäkökulmasta organisaatioiden, tilojen ja ihmisten pysyvyys ja tuttuus kriisistä huolimatta, toiminnassa olevien rutiinien merkitys supistettuinakin ja toisaalta uudet kokeilut (etätapaamiset, luontoon viedyt toiminnat eri vuodenaikoina). Ne on koettu virkistävinä ja arkea vahvistavina. Onkin todettu, että osa toiminnasta pidetään mukana sellaisenaan, myös rajoitusten poistuttua.

## Pohdintaa

Haasteellisesta pandemiatilanteesta huolimatta hanke on edennyt lähes aikataulussaan tavoitteiden mukaisesti. Toimintoja on toteutettu koronatilanne huomioiden ja toimintamalleja on kehitetty monipuolisesti. Edelleen keväällä 2022 alussa ryhmätoimintojen aloittamista on jouduttu siirtämään alueelliset ja toimijakohtaiset rajoitukset huomioiden. Paluu kasvokkainiin kohtaamisiin ja toimintoihin hankesuunnitelman mukaisesti ei ole ollut täysimääräisesti mahdollista, eikä ole vielä näköpiirissä.

Yksittäinen hanke on lopulta pitkä prosessi, jossa aika ydinryhmän lähtöideasta loppuraportin julkaisuun voi viedä viisikin vuotta. Se on yhteistyön ja ajattelun pitkä yhteinen kokemus, johon liittyy odotuksia, toiveita ja konkreettisia suunnitelmia toiminnasta ja kehittämistavoitteiden saavuttamisesta. Sillä on myös tunteiden ulottuvuutensa. Hanketoiminnalle ominaista on myös kohtaamisten ja suunnitelmien ainutkertaisuus, ne toteutuvat vain kerran.



Koronakriisi haastoi meitä soveltamaan hankesuunitelmaa, kehittämään luovasti uusia, turvallisia kokemuksia. Koronakriisi haastoi meitä myös sietämään epävarmuutta, seisomaan tyynenä myrskyn keskellä ja välittämään tätä tyyneyttä mielenterveyskuntoutujille. Olemme kehittäneet paitsi hankesuunnitelman mukaista toimintaa, myös hanketoimintaa poikkeusajassa yhteistyössä kumppanin kanssa. Näille kokemuksille tulee antaa arvo, kiittää hankkeen parissa toimineita ihmisiä, jotka toiminnallaan ovat osoittaneet hankeresilienssin merkityksen ja tärkeyden.

## Lähteet:

Blahušiaková, M., Mokošová, D. & Šoltés, E. (2021). Education in online environment from students' and teachers' perspective. *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education (IJCRSEE)*, 9(2), 203–226. DOI: 10.23947/2334-8496-2021-9-2-203-226; <https://doaj.org/article/4a9f036a69d4422998cb211cf1099741> Viitattu 18.3 2022

Campos, P. (2020). Resilience, education and architecture: The proactive and “educational” dimensions of the spaces of formation. *International Journal of Disaster Risk Reduction*. Volume 43, February 2020, 101391 <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2212420919304650> Viitattu 18.3 2022

Hergüner, B. (2021). Rethinking public administration education in the period of pandemic: Reflections of public administration students on online education through a SWOT analysis. *Thinking Skills and Creativity*. Vol. 41. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2021.100863>; <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S187118712100078X?via%3Dihub> Viitattu 18.3 2022

Hyvönen, A-E. & Juntunen, T. 2018 Resilienssi avaimena laaja-alaiseen kokonaisturvallisuuteen: haasteita ja mahdollisuuksia. Valtio neuvoston selvitys- ja tutkimustoiminta. 25/2018 Näkökulmia ajankohtaisiin yhteiskunnallisiin kysymyksiin ja poliittisen päätöksenteon tueksi.

Hyvönen Ari-Elmeri, Juntunen Tapio, Mikkola Harri, Käpylä Juha, Gustafsberg Harri, Nyman Markku, Rättilä Tiina, Virta Sirpa & Liljeroos Johanna 2019 Kokonaisresilienssi ja turvallisuus: tasot, prosessit ja arviointi Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminta. Helmikuu 2019 Valtioneuvoston selvitysja tutkimustoiminnan julkaisusarja 17/2019. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161358/17-2019-Kokonaisresilienssi%20ja%20turvallisuus.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 18.3 2022.

Hämäläinen T. & Vataja K. 2020. Korona paljasti yhteiskunnan haavoittuvuuden. <https://www.sitra.fi/artikkelit/korona-paljasti-yhteiskunnan-haavoittuvuuden/> Viitattu 19.3 2022

Kaihlanen Anu, Virtanen Lotta, Valkonen Paula, Kilpinen Juuso, Hietapakka Laura, Buchert Ulla, Hörhammer Iris, Isola Anna-Maria, Laukka Elina, Kouvonen Anne, Kujala Sari, Heponiemi Tarja, THL

Haavoittuvat ryhmät etäpalvelujen käyttäjinä – kokemuksia COVID-19-epidemian ajalta. THL Tutkimuksesta tiiviisti 33/2021 Viitattu 19.3 2022 [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/142805/URN\\_ISBN\\_978-952-343-687-9.pdf?sequence=1](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/142805/URN_ISBN_978-952-343-687-9.pdf?sequence=1) Viitattu 21.3 2022

Karjalainen Pekka 2020. Muutokseen taipuva sosiaalityö poikkeusoloissa. Teoksessa Sosiaaliala uudistuu Tietopohjan ja vuorovaikutuksen kysymyksiä. Toim. Lea Suoninen-Erhiö Anneli Pohjola Mirja Satka Jenni Simola Huoltaja-säätiön julkaisuja. s.254-268. <https://www.huoltaja-saatio.fi/wp-content/uploads/2020/12/SU-ia.pdf#page=249> Viitattu 21.3 2022

Kelan tilastotietokanta Kelasto 2022. Kelan työkyvyttömyyseläkkeen saajat sairauden mukaan ja Sairauspäivärahojen alkaneet kaudet. <https://www.kela.fi/kelasto> Viitattu 3.4.2022.

Lämsä Anna-Liisa 2011 (toim.) Mieli maasta – Masentuneen nuoren kohtaaminen ja tukeminen. PS-kustannus. Juva.

Lämsä Anna-Liisa 2012 (toim.) Miltä musta tuntuu? Masennus ja siitä toipuminen. PS-kustannus. Juva.

MTKL 2021. <https://www.mtkl.fi/tiedotteet/78-uskoo-koronan-lisaavan-mielenterveysongelmia-tulevaisuudessa/> Viitattu 3.4.2022.

Nivala Elina & Ryyänen Sanna 2019. Sosiaalipedagogiikka Kohti inhimillisempää yhteiskuntaa. Gaudeamus. 2. painos. Tallinna Raamatutrukikoda.

Norris, F. H. (2010). *Behavioral science perspectives on resilience: introduction to the review in behavioral science perspectives on resilience*. Dartmouth Medical School. National Center for PTSD. National Center for Disaster Mental Health Research. National Consortium for the Study of Terrorism and Responses to Terrorism. Report Prepared for The Community and Regional Resilience Institute (CARRI) Oak Ridge National Laboratory. <https://s31207.pcdn.co/wp-content/uploads/2019/09/Behavioral-Science-Perspectives-on-Resilience.pdf> Viitattu 19.3 2022

Sisäasianministeriö 2017. Hyvä elämä - turvallinen arki. Valtioneuvoston periaatepäätös sisäisen turvallisuuden strategiasta 5.10 2017. Sisäasiainministeriön julkaisu 15/2017. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80782/sisaisen-turvallisuuden-strategia-verkko.pdf?sequence=4&isAllowed=y> Viitattu 21.3 2022

THL 2020. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/ajankohtaista/osallisuushankkeiden-toiminta-korona-ajan-poikkeusoloissa>. Viitattu 22.3 2022

UNISDR (2021). The United Nations International Strategy for Disaster Reduction. Terminology. *Resilience*. <https://www.undrr.org/terminology/resilience> Viitattu 19.3 2022.